

■ 건강 칼럼 - 뼈를 살리니 건강이 보인다

아무리 해도 빠지지 않던 뱃살이 42인치에서 35인치로 확 빠졌어요

#1. “뱃살을 빠지게 해준다는 약을 10년 간 10만 달러 어치나 썼는데 별 효과가 없었다” 는 70대 김 모 씨는 어느 날 미라클터치를 만나 불과 2달여 만에 42인치가 35 인치가 되는 기적을 체험했다. 그동안 온갖 좋다는 것은 다 해보았지만 별 효과가 없었던 김 씨가 이런 기쁨을 맛보게 된 것은 아랫배에 들어가 있는 변독을 제거했기 때문이다.

#2. 불면에 시달리던 80대 강 모 씨는 “제발 한 시간 만이라도 잠을 잘 수 있게 해달라” 며 본 연구소를 찾았다. 미라클터치를 사용한 지 불과 한달반 만에 손 한 뼓 정도 허리 사이즈가 줄어들며 불면의 고통에서 벗어나 이제는 하루 7시간 이상 잠을 자게 되었다. 또한 불룩 솟았던 배가 줄어들며 혈압이 정상으로 돌아와 혈압약도 끊게 되었다.

위의 경우처럼 인간은 나이가 들며 아랫배가 점점 불러 온다. 왜 그럴까. 소위 똥배라는 것인데 말 그대로 똥의 기운이 아랫배에 가득 차 있는 것이다.

인간은 40대에 접어들며 혈기 즉 전기가 모자라게 된다. 그래서 40대 중반에 다다르면 노안이 찾아오고 50대에 이를 즈음엔 소위 어깨에 통증이 오는 오십견에 시달리게 된다. 이것을 방지하게 되면 목 뒤 통증도 불러 오고 머리로 가는 뼈가 솟고 근육이 고체화 되어 두개골에 압력을 가져와 혈압이 시작되고 이명, 비문증, 어지럼증, 편두통 등이 생겨나게 된다. 어떤 분은 손끝으로 가는 기운이 막혀 손마디가 좌, 우로 뺨뺨해지는 현상이 나타나고 손마디에 흑이 생기기도 한다. 이것이 관절염의 시초인 것이다.

■ 전기 보충해 대변 독 없애야

상기의 병은 전기 부족과 함께 항문에서 시작된 대변 독이 온 몸의 뼈로 전이되어 더 악화가 된다. 대변 독이 뼈 속에 많이 잠긴 병이 바로 대상포진이다. 그만큼 다른 사람보다 전기가 더 모자란 사람으로 보면 된다. 발 뒤꿈치에서 자가 발전이 되지 않거나 부부관계를 제대로 갖지 못해 자체 충전이 되지 않는 분들이다.

대변 독은 또한 나이가 들며 항문 괄약근의 힘이 풀려 제 때 빠져 나가지 못하기 때문에 더 뼈 속으로 잠기게 한다. 나이가 60~70대를 거치면서 점점 괄약근이 열려 항문 내 압력이 떨어져 변을 본 후에도 늘 시원치 않아 잔변감에 시달리게 된다. 보통 항문 삽입형을 사용하면 1~4달 내에 괄약근이 조여지게 된다. 성질이 급한 사람은 그리 오래 어떻게 기다리느냐고 불평을 하는 사람도



▲ 아무리 해도 빠지지 않는 뱃살은 뱃속 변의 기운을 제거해주어야 한다. 불과 한달도 되지 않아 뱃살이 쏙 빠진 분의 모습.

있다. 하지만 60~80년 사용한 뼈를 청소하기 위해서는 최소 몇 개월에서 가장 몇 년까지 소요된다. 매일 미라클터치로 뼈와 뼈 사이를 눌러 주면 뼈 구멍이 서서히 열려 모자라는 전기가 충전이 되며 대변독이 빠져 나간다.

항문의 압력방이 회복이 된 후에는 골반 전체를 깔판형으로 눌러 골반 곳곳에 스며 들어있는 변 독을 빼주어야 한다. 어떤 분은 김치 냄새, 어떤 분은 변 냄새가 터져 나온다. 아울러 불룩 솟아 있는 배 위에 침봉형으로 한 포인트당 30초씩 눌러 주어 변독이 사타구니와 소변, 대변, 옆구리로 빠져 나가게 해주어야 한다. 보통 2주가 되면 허리 사이즈가 많이 줄어 든 것을 느끼게 되고 2달 정도면 확연하게 뱃살이 제거되었음을 보게 된다. 뱃살이 빠지면 당뇨, 고혈압, 심장병, 대상포진 등 고질병의 뿌리가 사라지는 기쁨을 맛보게 된다.

◆ 미라클터치 뼈과학연구소

▶ 풀러턴: (213) 255-1410

653 W. Commonwealth Ave., Fullerton, CA 92832

▶ 엘에이: (213) 675-6877

3544 W. Olympic Blvd. #212, LA, CA 90019

■ 건강

임신 중 흡연하면 영아돌연사 위험 2배

임신 중 담배를 피운 임신부의 아기는 영아돌연사사망증후군으로 인한 사망 위험이 2배 가까이 높아지는 것으로 확인됐다.

‘코메디닷컴’에 따르면 12개월 이하의 아기가 잠든 이후 숨진 상태로 발견되며 사망 원인을 찾을 수 없는 경우 영아돌연사증후군(SIDS)이라 한다. 대개 12개월이 지나면 SIDS로 인한 사망 위험이 현저히 떨어진다. 미국에서는 영아 사망 원인 1위, 한국에서는 3위로 꼽힌다.

미국 아동 연구소 뇌 연구센터 타티아나 앤더슨 연구팀이 2007년에서 2011년 사이의 출산 및 영아의 사망 데이터 1만 9,000건 이상의 영아돌연사증후군 사례를 분석했다. 그 결과 임신 중에 담배를 피우면 그 후 태어난 아기가 영아돌연사증후군으로 사망할 위험이 2배 높아지며, 하루에 한 갑의 담배를 피우면 거의 3배 가까이 높아진다는 사실을 알았다.

담배를 완전히 끊는 것이 영아돌연사증후군으로 인한 사망 위험을 줄이는 데에 가장 효과가 있었지만 담배를 줄이는 것 또한 도움이 됐다. 임신 후기(28~40주)까지 흡연량을 줄인 임신부의 아기는 영아돌연사증후군 사망 위험이 12% 감소, 완전히 끊었을 때는 23% 감소했다.

앤더슨 박사는 “전자담배도 니코틴이 포함되어 담배 대체 요법으로 적절하지 않다.”고 말했다. 아기가 자는 동안 호흡을 멈추면 뇌가 산소 부족을 감지하고 호흡을 시작하도록 유발한다. 이를 자동 소생(auto-resuscitation)이라 하는데, 태아가 니코틴에 노출되면 자동 소생 능력이 떨어질 수 있다. 이 때문에 출생 직후 영아돌연사증후군으로 인해 사망할 수 있다는 것이다.

또한, 임신 중 흡연 시 혈액 내 산소량이 줄어들어 태반에서 또한 산소가 줄어들기 때문에 태아 두뇌 발달을 저해할 수 있다며 임신 중 금연을 권고했다.

www.myeevergreenschool.com

“아이들이 VISION을 꿈꾸는 학교”
5882 Beach Blvd., Buena Park, CA 90621

“에버그린 프리스쿨 임니다”

GOD IS LOVE 1JOHN4:19

evergreen

PRESCHOOL • KINDERGARTEN

SINCE 2012

714.670.9687