

18+

Тахир
Мухамедалиевич
Ганиев

**Запор – это
миф?!**

Тахир Ганиев

Запор – это миф?!

«Издательские решения»

Ганиев Т. М.

Запор – это миф?! / Т. М. Ганиев — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-968972-6

Ноу-хау в медицине случается не каждый день. Запор путешественника, геморрой и другие болячки зачастую родом из детства. Как справиться с запорами, не прибегая к лекарствам, диетам, тренировкам, доступно сообщается в этой брошюре.

ISBN 978-5-44-968972-6

© Ганиев Т. М.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Вместо введения	7
Вместо развязки	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Запор – это миф?!

Тахир Мухамедалиевич Ганиев

© Тахир Мухамедалиевич Ганиев, 2022

ISBN 978-5-4496-8972-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Т. М. Ганиев

Запор – это миф!?



Екатеринбург 2018 т.

Предисловие

В брошюре представлена бомба! Способ побороть запоры настолько прост, что удивительно – почему до сих пор его никто не использует? Кто-то теперь справится с проблемой за 10 секунд, а кто-то за минуту. Итак, друзья, вперед к оздоровлению!

Автор: Тахир Ганиев

Запор – это миф!?

Вместо введения

Самый простой способ, метод, приём, алгоритм действия при запоре мне стал известен 30 лет назад. Он мне помогал всё это время. Я ни разу не доктор, и даже не кандидат медицинских наук. И всё же весной 2016 года я решил написать об этом книгу. Прошло более двух лет, а у меня, увы, ещё пишется только первая глава. Лень и обстоятельность – противники прогресса! Конечно же, хочется поделиться и другими секретами оздоровления. Бессонница, головная боль, фурункулы на носу, подагра, остеохондроз, сердце, и далее по списку человеческих органов. Каждый раздел мечтал снабдить эпиграфом или афоризмом. Ибо, к месту рассказанный анекдот вызывает наибольшее доверие публики к оратору. Хотелось начать разговоры о запоре с анекдота о «Запорожце». Но, как говорил О. Генри, «Искусство повествования заключается в том, чтобы скрывать от слушателей всё, что им хочется знать, пока вы не изложите своих заветных взглядов на всевозможные, не относящиеся к делу предметы».

Хотел ещё рассказать анекдот о предназначении на земле. Но решил, что не в этой брошюре. Потому, что на книгу меня может и не хватить, а люди страдают! Много думал, как назвать решение проблемы. «Способ Ганиева», «Детский метод» и другие варианты приходили в голову. Но в какой-то момент понял – это неважно, давайте уже к делу.



Лечение запора

по-челябински

RusDemotivator.Ru

Вместо развязки

Запор – это такой геморрой...

Теперь, если вас интересует только сам способ, то можете пропустить все написанное ниже, и переместиться в конец, туда, где жирный шрифт с подчёркнутыми словами!

Люди стали прагматиками – читают заголовки, да ещё по диагонали...

Зачастую многие страдают запорами. По-хорошему, если запор случается нечасто, то проще «пропустить», т.е. не мучиться и отложить это дело на завтра. Но бывает так, что необходимо срочно облегчиться именно сегодня, и даже сейчас. Кстати, я сам прошел через все эти круги: запоры, геморрой, операция. И рассказываю обо всем не понаслышке.

Когда мне сделали операцию по удалению геморроя, несколько дней у меня не было стула. По простоте душевной я принял таблетку с сенной (послабляющее средство). А дело было в пятницу. Друзья! Никогда не принимайте судьбоносных решений в пятницу в больницах, подобных совковым! Так вот. Трубочку из заднего прохода (которую вставляют, чтобы газы отходили, да и отверстие не заросло) мне забыли удалить. И я каждые полчаса бегал в туалет. Еле успевал. В понедельник во время обхода я высказал врачу свои обиды. И тут же трубку он вытащил за 2 секунды. Сосед по палате сказал, потом, смеясь, дескать, ну всё, доигрался, готовься к выписке.

Если человеку предстоит важное дело, или, например, длительная поездка, то сходить по-большому бывает целая проблема. Недаром есть даже термин «запор путешественника». Есть и «диарея путешественника», но это уже другая история. Так вот, в настоящее время рекомендуют следующие способы:

1. Теплые напитки (утренний чай или кофе);
2. Раннее пробуждение (на акт дефекации запасать не менее 30 мин.);
3. Массаж нижней части живота;
4. Установка ректально глицериновых свечей;

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.