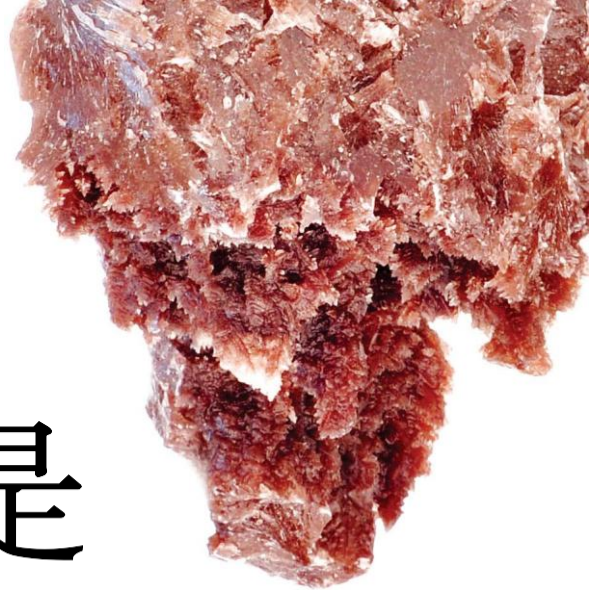




用矿物质丰富的盐 炼成的

竹盐是科学

朴時佑 著

用科学的方法阐明〈对竹盐和盐的 真实与误解〉

Bamboo salt is science

炼竹盐像种地一样。以叫盐的种子，利用竹子，黄土，松脂收获一种叫竹盐的新物质。用高温从新排列盐的构造，把盐中的矿物质变成对我们人体有益的高活性矿物质。不仅如此是一种合成有药理作用的新矿物质的好方法。



Bamboo nodes fully filled with solar salt and sealed with clay.

用矿物质丰富的盐炼成的

竹盐是科学

Contents

可以解决矿物质缺乏的 生命之盐 - 竹盐·····	2
什么是矿物质? ·····	3
盐不是单纯的氯化钠·····	4
难道盐是高血压的元凶吗? ·····	5
推荐用盐补充体内缺乏矿物质 ·····	8
什么是竹盐? ·····	10
盐与竹盐的成分分析·····	11
竹盐, 海盐, 精制盐的 氧化还原实验·····	15
竹盐, 海盐, 精制盐的 除氯酸(次氯酸)实验·····	19
竹盐是生理活性物质 ·····	23
对盐的科学研究迫在眉睫·····	24
竹盐的 应用 ·····	26
恢复健康时的好转反应·····	31

可以解决矿物质缺乏的 生命之盐 – 竹盐

矿物质是人体细胞重要组成原料，参与某些酶和维生素的活化活动，调节人体荷尔蒙（激素）广泛参与生命活动，起到重要作用。又是圆满完成排泄，解毒等新陈代谢，比起其它营养元素更具有保持健康与防御疾病的因素。

现代农业滥用化学农药与化学营养素，严重污染土壤，产生食物缺乏必需矿物质，直接影响人体健康，好多癌症，心血管疾病，糖尿等现代文明病的主要原因。

这本书说明了，矿物质在人体中起到什么作用，而且注意到含有丰富矿物质的天然物质—盐。还深层了解这个原因和盐的特征。研究了把盐装在竹筒里烤制后用高温熔化制造竹盐，并通过实验了解矿物质的变化，结合对竹盐的多种论文，考察竹盐的功效与特征。

笔者的小小愿望是，通过这本书能了解竹盐的最基本特征，在学术界能起到新的眼光看竹盐，研究竹盐的一个契机。更大的愿望是大家能通过这本书正确认识《食盐危害论》这个社会病理现象，应该要重新认识盐的作用，做到吃咸点，用好盐。让这种正确的思想变成社会共识，期望早点实现这种生活模式。

什么是矿物质？

矿物质是构成人体组织、维持正常的生理功能和生化代谢等生命活动的主要元素及营养素。虽然在人体体重里约占3.5-4%但在广泛生命活动当中起着巨大的影响。

人体或食品中的氧、碳、氮、氢称为主要元素，主要以有机化合物形式存在外，其余称为无机盐或矿物质。

人体90%矿物质一天所需量为100mg以上的叫主要矿物质，有钠、氯、钙、镁、钾、磷、硫。剩下10%矿物质一天所需量为100mg或以下的叫微量元素，有铁、铜、锌、锰、铬、碘、硅、硒、钴、铬、氟、钼、钒、硼、钨等。这些微量元素虽然量少，但在生物酶和生命活动中必不可少的营养素。



盐不是单纯的氯化钠

氯化钠是钠和氯的化合物(精制盐)。盐是氯化钠以外含有钾、钙、镁、铁、铜、锰、锌、硅、硫等数十种矿物质。

盐含有跟人体最接近的矿物质比例，人体所需的大部分元素都在盐里。

人体不能自己生成钠，没有钠人体不能保持体内水分平衡，防止脱水；有助于神经活动和肌肉收缩，包括心肌活动；同时可将营养物质运送到细胞内。缺氯可能导致胃液不足难以消化食物中的脂肪。

生物酶的活化还需要锰、锌、镁；维持钠的平衡离不开钾的作用；没有铜就不能造血，缺钙可能产生神经紊乱。

以上可以看出盐是人体消化和各种新陈代谢中必不可少的物资。盐里含有的各种矿物质在人体生命活动当中起着及其重要的作用，没有它们的作用人体就很难维持生命。所以可以维持生命的就是盐，我们不吃盐几天，生命就受到很大的威胁。

难道盐是高血压的元凶吗？

“盐是高血压的起因” – 最初提这个《盐危害论》的人是Ambard和Beaujard学者1904年提出来的。他们在实验中给患者食用盐以后检查血压，发现高血压患者吃低盐水果为主的有降血压的结果。以后发表盐是血压上升的因素。

但是这个实验没有阐明不同的盐（精制盐，海盐，竹盐）对身体产生不同的结果，所以缺乏科学性。

纯粹氯化钠有提高血压的血管紧缩素转化酵素活性作用。但是矿物质丰富的盐对血压的影响是不一样的。

韩国木浦大学海盐（天日盐）生命科学研究所做了这样的实验，对盐敏感的老鼠分别提供海盐（天日盐）和食盐（精制盐），观察收缩期和弛缓期血压。

结果发现吃海盐（天日盐）组的老鼠比吃食盐（精制盐）组的老鼠血压低。海盐（天日盐）的镁，钙，钾等矿物质促进多余氯化钠的体外排除，维持正常血压。

美国俄勒冈州波特兰医科大学教授David McCarron 的研究中心对1

万3百72名美国人进行饮食习惯和健康状况研究报告发表在科学杂志上。

血压高的人钙摄取量比血压正常的人钙摄取量的少19.6% 说明高血压不是摄取食品中盐含量过多，而是钙摄取量不足。

高血压专门医生柴田二郎在书中写到，盐和高血压根本没有关系。

他写到“我想向主张盐引发高血压的医生们问一个问题。我看过好多医学书籍，从来没看到治疗低血压服用大量长期的盐可以治低血压。”

如果普通人吃盐得高血压的话，低血压患者吃大量盐是不是可以治疗低血压？但是还没有发现谁提这个问题，也没人写。这件事说明盐与高血压没有根本关系，也说明盐分明不是提血压的食品。尽管如此普通人，医生，甚至医学者当中信盐引发高血压的人不少，像迷信一样信盐是高血压的元凶。高血压患者当中80%是原发性高血压，就是先天性，遗传性，原因不清等疾病，剩下20%是继发性高血压。肾炎，内分泌异常，肾动脉狭窄，药物性等高血压。

我们人体有血压才能把营养素运到全身，把代谢垃圾排出体外。吃盐，吃食物一时血压高的现象是为了运送营养物而体现的能量，盐完成这个角色血压就会到正常。

没有含丰富矿物质的盐作用，我们就不能充分消化食物，不能把营养物送到细胞内，不仅如此因低盐生活引发人体矿物质不足，导致人体酶活化功能降低，产生人体解毒力和免疫力下降。含丰富矿物质的盐可以排除人体内多余的钠，调整血液循环，反而对治疗高血压起

到积极的作用。

吃氯化钠（精制盐）我们体液中缺乏拮抗，互补作用的矿物质，而引发新陈代谢紊乱，导致人体失去正常生命活动。

不分盐的种类而所做的实验结果来谈《盐引发高血压》，这是一种所谓科学所制造的现代迷信！



推荐用盐补充体内缺乏矿物质

在韩国1963年制定盐管理法时，规定了制造食品与加工时必须使用精制盐，以后就白色的精制盐开始普及使用。

为主的主要调料从此被精制盐代替，因此大部分的食堂与食品加工都使用精制盐。这一规定近五十年来给国民健康带来了恶影响，也至今遵守着。大部分餐饮业和食品加工业调味和食品生产当中所需食盐必须用精制盐。所以现在食盐=精制盐。

很长时间内，我们食用了缺乏矿物质的精制盐、而且为了增进香味食用了添加化合调料的精制盐。怀孕的孕妇应该更需要补充各种矿物质，但一般不太认知它对人体的重要性，也长时间食用了精制盐。

人体要是缺乏矿物质的话会让骨质与牙齿疏松，而且会增加儿童牙齿的缺少与缺损。若阻碍正常新陈代谢，可损害孩子们的健康。

1979年，日本大阪大学组织了食盐调查研究会且发表了研究结果。公布了加工盐的有害性，还说道：“我们食用的白色盐是：会杀人的盐”。

我们一直以为精制盐与是同样的。因此精制盐导致的健康危害，也理所应当的以为：凡是盐，就都是同样的、都危害国民的健康。

日本粮食营养学会会长井上说道：“现时代是史无前例的营养过剩与营养缺乏共存的世界”。不断出现身体强壮且肥胖、营养过剩的同时因缺乏矿物质导致骨质疏松的状态。警告的说“丰裕的加工食品带来了孩子们的营养不均衡”。

我们应该认识到盐不是单纯的氯化钠，不同种类的盐会对人体产生不同的影响。

食品中矿物质缺乏与空气中排放的大量污染物质，会加剧人体对矿物质的流失。

能消除现代人矿物质缺乏症状的有效方法是什么呢？

矿物质与脂肪，蛋白质，碳水化合物，维他命等相互反应而被人体吸收。偶尔一两次服用的维他命或矿物质制剂因吸收率下降，所以达不到恢复体能或改变体质的效果。

因此吸收矿物质的最有效方法是与用矿物质丰富的盐与食物一起烹饪，坚持食用。

矿物质丰富的盐会补充食物中缺乏的矿物质消减现代人对矿物质缺乏症状。

什么是竹盐?

竹盐是将装入大青竹中，两端以天然¹土封口，以松树为燃料，经 $700^{\circ}\text{C} \sim 800^{\circ}\text{C}$ 高温煅烧。经过煅烧竹子变成竹灰，²土变成陶盖，剩下的竹盐成了盐棒形状。然后把第一次煅烧的竹盐粉碎，再放进竹子里烧。这样的过程反复八次，到第九次烤制时往火中洒进松脂将温度调到最高限度（ 1300°C ）时，盐将变成液体状。经过了九次煅烧以后竹盐的功效能得到最佳的体现。不多不少，必须是九次。将完成的九烤竹盐捣碎成粒状或粉状即为直接用唾液含服或用于食品调料的天然盐使用的——竹盐。



竹盐创始者 仁山 金一勳先生

这一盐 加工法 是 仁山：金一勳
(1909~1992 先生在大韩画报 1971年 11月刊~1972 年7月刊中以连载的方式公开了制造方法，在1980年的著作「宇宙与神藥」中公开后被世人揭晓。

盐与竹盐的成分分析

成分分析结果表明九次煅烧后竹盐的钾、磷、铁、铜等矿物质含量高，也经过第九次熔化后镁的含量急剧减少。制造烟花爆竹的原料中就有镁，它属于金属元素所以再高温处理后基本消失了。因此虽然镁是很重要的矿物质，但是通过竹盐来补充镁矿物质实际很难。镁是植物叶绿素分子的组成部分，所以蔬菜是很好的镁提供者。均衡的饮食习惯能摄取必要的镁元素，避免镁缺乏。

九次煅烧后的竹盐中钾的含量为12,280ppm, 8,870ppm 是钾含量的两倍以上，这可能是青竹中丰富的钾成分与盐合成而产生的。

人们利用钾不断的进行抗高血压的研究。钾与钠恰恰相反，有助于钠钾泵的活性化，能使血管扩张，其降血压。摄取的钾含量增加时，参与肾原位输尿管与集合管中钠再吸收的醛固酮分泌减少，从而促进通过肾排除钠的量。

竹盐中矿物质含量增加最多的是磷。磷是人体矿物质成分中仅次于钙。磷是构成人体骨骼和牙齿的重要物质，与钙结合保持人体骨骼和牙齿健康。

表3-2

分析：韩国陶瓷研究院

单位 ppm, mg/kg

海盐（天日盐）样品：仁川 瓮津郡北岛面矢岛里

竹盐样品：三精竹盐(制造日：2011. 1. 31)

成分	海盐 (I)	竹盐 (九烤)
钾 ^K	4087	8870
磷 ^P	<1	449
钙 ^{Ca}	2529	457
镁 ^{Mg}	21043	27
硅 ^{Si}	168	50
铁 ^{Fe}	14	100
铝 ^{Al}	8	<1
铜 ^{Cu}	<1	27
钡 ^{Ba}	<1	25
钒 ^V	5	3
锰 ^{Mn}	10	5
锌 ^{Zn}	9	15
钛 ^{Ti}	<1	<1
砒 ^{As}	<1	1
锗 ^{Ge}	<1	<1
钼 ^{Mo}	6	17
硒 ^{Se}	<1	14
铂 ^{Pt}	<1	3
硫 ^S	14293	4895
锶 ^{Sr}	82	36
镓 ^{Ga}	<1	<1
硼 ^B	45	12
锂 ^{Li}	5	3
钴 ^{Co}	<1	<1
氟 ^F	<1	<1
碘 ^I	为检测到	为检测到
溴 ^{Br}	为检测到	为检测到



减少



增加

磷是人体组织中大量存在，人体肌肉组织的必需物质。而且是蛋白质细胞的组成部分，它存在于所有细胞内，参与组织的呼吸作用。是生物的氧化过程与还原作用中必须的谷胱甘肽Glutathion的组成部分，也起到预防重金属中毒与解毒功效。

竹盐中检测出约14ppm的硒，是抗氧化酵素的组成部分，与维生素A C E一起共同参与抗氧化作用。功效是以抗氧化剂而周知的天然维生素E的1 970 倍、合成维生素的2940倍，有效抑制有害金属的毒性，能够阻止发癌物质的活性，抑制癌细胞的成长。

根据加拿大温哥华哥伦比亚大学实行的医学报告中，成人在糖尿病发病时若同时服用铬，钒话可以大大减少胰岛素的注射量。

铬跟胰岛素一起促进全身组织细胞对葡萄糖的摄取和利用。若铬缺乏的话会增加胰岛素需求。竹盐中含有3~11ppm钒，成人体内约有0.2mg 利用于糖尿病治疗而成名。

钒对健康的骨骼与软骨，牙齿的正常发育及钙化有关，也是细胞新陈代谢的必需物资。参与脂质代谢，妨碍胆固醇的合成，也是人体成长和生殖所需物资。

竹盐中检测出微小的1ppm锗、它是非常优秀的干扰素的诱导体。在人体体内不会堆积，是预防癌和免疫疗法中起着很重要的物资而备受关注。

竹盐中的又一个重要的矿物质为铂，含有3ppm。利用铂已研制的抗癌剂的种类很多，化妆品、健康食品中也被广泛利用。但对影响人体研究就很稀少。

仁山先生说：“盐里含什么呢？盐里有铂。盐里有铂，才可以合成钙质（矿物质）。

用钙质合成骨骼，说明骨骼合成就是铂的作用。有铂的互动产生神经。有铂的气运骨质才象手指甲般变白，那是铂的气运有几万份之一，没有铂钙质就变沙”

铂是阻止化学反应的触媒作用《·铂能合成矿物质》这一理论是非常合理的。

所以在食物中放入竹盐，能促进使食物中矿物质的合成。即竹盐能提高食物矿物质的吸收，会促进矿物质的运用与合成，从而圆满完成触媒剂的作用。

竹盐丰富有铁、硅、铜、钒、锰、锌、钼、硒、铂、锶、硼、锂等人体必需矿物质。

除此之外推定竹盐中还含有多种微量元素，还有待反复分析，需要大量费用和时间，希望相关研究机构与研究家们继续研究，得到更标准的数据。还需要持续研究竹盐里的矿物质对人体生理机能的影响与普通矿物质的区别。

竹盐, 海盐, 精制盐的 氧化还原实验

竹盐、海盐(天日盐)、精制盐各20克溶解于200ml水中, 做成10%盐水, 放入生锈的钉子于3天, 观察其变化。

准备竹盐、海盐、精制盐各20克



竹盐、

海盐、

精制盐



竹盐、海盐、精制盐各20克溶解于200ml水中, 做成10%盐水, 竹盐水呈现浅蓝色, 海盐水比精制盐水稍微浑浊。



放入生锈的钉子，观察其变化。



[10分后]竹盐水中钉子生锈的部分变成黑色，逐步还原。但是海盐水和精致盐水中的钉子无变化。



[9小时后]竹盐水变为黑色，海盐水和精致盐水中的钉子呈现为深黄色，明显深层次生锈。



[一天后]竹盐水变清，透过水能看清容器中的数字。海盐水变为黄色，精致盐水中的钉子继续生锈。



[三天后]竹盐水无大变化，海盐水和精致盐水中的钉子继续生锈。



[三天后]竹盐水无大变化，海盐水中钉子稍微还原，水呈现黄色，精致盐水中的钉子严重的生锈。

结论：竹盐水发生还原反应，海盐水和精致盐水发生氧化反应。那么，引起不同反应的原因是什么呢？

竹盐在水里溶化产生的氢离子，硅，锰等离子化的矿物质把钉子的锈分解并还原。

海盐含有很多矿物质，但不能产生还原反应，是因为天然盐在水里溶化时，海盐的矿物质成分不能提供离子使其产生还原反应



竹盐，海盐，精制盐的除氯酸（次氯酸）实验

我们喝的水的代表净化方法是氯消毒法。

氯气或氯化物直接注入的消毒法，比其它消毒法费用低，杀菌效果更为突出。把氯气或二氧化氯放入水中会产生次氯酸。

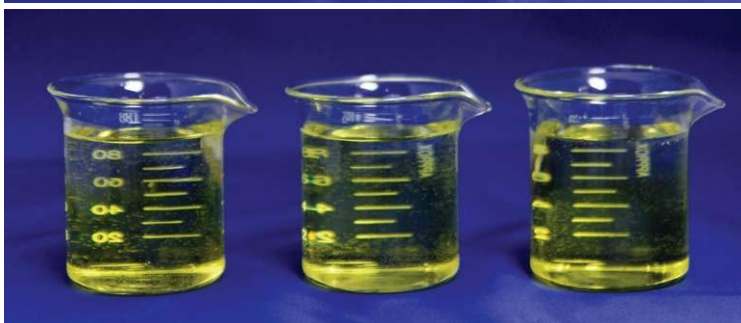


在此过程中氯和水中的有机物发生反应，产生叫三卤甲烷的致癌物质。三卤甲烷一旦进入体内不易分解，同时堆积在脂肪细胞中，导致DNA变性和人体免疫力降低。次氯酸能够产生强烈的活性氧，把体内的脂肪细胞和维生素E分解。恶化过敏性皮炎，诱发痤疮，疥疮，湿疹。还可以使头发的天然成分受损，使头发分④，干燥，没有弹力和光泽。

观察竹盐，海盐，精制盐有没有分解，对身体有害的次氯酸的分解能力



准备三杯自来水



将1ml的联甲苯胺溶液分别倒入3杯自来水中，与次氯酸发生氧化反应，变成黄褐色。



从左侧开始放入竹盐，海盐，精制盐各1克，混匀使完全溶解。



竹盐、

海盐、

精制盐

约两分钟后，放入竹盐的自来水中，次氯酸完全清除，但海盐，精制盐没有变化。

竹盐能把电子提供给次氯酸，转变为对人体无害的氯离子和水，这说明竹盐里的很多矿物质成分与海盐、精制盐的化学反应并不相同。竹盐里面的金属矿物质在水里溶化，产生一个或两个电子并离子化，因此许多矿物质能够参与还原反应。精制盐中只含有氧化物的氯化钠，并没有其它元素，所以不能发生特殊的反应。

海盐含有丰富的矿物质，但不能发生净化次氯酸的反应，这是意想不到结果。在生锈钉子的实验中，海盐的很多矿物质不具备放出电子，使其还原的能力。

结论；通过“生锈钉子的实验”和“去除氯的能力实验”中证明竹盐，海盐，精制盐等咸的盐也会产生完全不一样的化学反应，即竹盐是构成人体组织和活性化酶的活性物质，其效果比海盐，精制盐更为突出。

竹盐是生理活性物质

什么叫生理活性物质？凡是对生物生理现象产生影响的活性物质，统称为生理活性物质。参与调节生体机能物质的缺乏或过量分泌等非正常的病态现象。生理活性物质具有抗氧化作用，解毒，免疫力增强功能，荷尔蒙调节功能，抗菌，抗病毒作用，延迟老化，预防各种现代生活病的物资。

竹盐是很好的抗氧化作用的物资，竹盐里的各种矿物质可以激活人体内的活性酶，可以帮助人体解毒，也是制造荷尔蒙的原料。竹盐还有抗菌作用，提高免疫力预防各种疾病。

因此竹盐是把自然界的天然矿物质合成与盐的没有副作用的优秀的生理活性物质。



对盐的科学研究迫在眉睫

我们买衣服时挑颜色，看款式，摸质感，还试穿衣服等实在很苛刻。但是跟我们健康有密切关系，每天都吃的盐，我们却毫无关心。只想怎样提高料理味道而百般努力，对决定味道的盐却很无知。

盐对人体健康起着很大的作用，但为什么出现这种现象呢？

因《盐危害论》已经在头脑里深深扎根，而疏忽对盐的系统的，科学的研究。

现代科学疏忽了阐明对盐的种类，盐对身体的影响及药理作用。《盐升高血压》《，盐含有多量钠有害健康》等《盐危害论》支配地球村100年。

盐升高血压吗？

在前面我们观察到，不同的盐，对身体的影响有很大的差异，就是说矿物质丰富的盐 反而对维持正常血压有很大的帮助。

盐是钠元素多而不好吗？

钠是整个人体中很重要的必须矿物质之一。

纳调节人体体液酸碱平衡，传达神经刺激，放松肌肉，维持心脏正常启动，吸收营养，调节和维持昼夜，胰脏，肠液PH值，调节血压等生命活动中起着很大的作用。

纳是构成整个人体重要的必须矿物质。

科学家们说纳过量时有害健康，但是盐里含有平衡的钾，钙，磷的话，把多余的纳排除体外，降低血压，就是说血液里平衡的矿物质，就可以维持正常的新陈代谢。

相反没有平衡矿物质的纳（食盐）进血液时，不能维持正常新陈代谢而有害健康。重要的是矿物质的平衡，而不是钠的副作用。即现代科学所看的是没有平衡的氯化钠（食盐）的副作用。

我们应该用正确的科学观对待盐的种类，盐的成分分析，及盐的成分状态分析，盐含有的矿物质构成比例，开始要研究对竹盐的药理作用。

我们要正确认识《纳有害健康，盐诱发高血压》的错吴观念，不然现代科学就失去意义，人类健康就无法改善。



竹盐的 应用

竹盐颗粒的用法

随身携带大米粒大小的竹盐颗粒用唾液含服，维持对牙齿，牙根，舌等口腔健康，对支气管系统疾病也有很好的作用。竹盐味道咸，刚开始服用，有点不舒服，但是习惯的话慢慢感到甘甜，口腔感到清洁舒服，自然而然身体需要竹盐。

对胃肠不好的刚开始有点恶心，呕吐，这是胃里的痰溶解而产生的好转反应，过2-3日就回到正常。

有这种现象的人更需要服用竹盐，而不是“竹盐不适合我”放弃，需要慢慢适应，消除这些症状。健康的人和儿童喜欢吃竹盐的列子也很多。

竹盐粉末的用法

喝竹盐粉末溶解水

矿泉水里兑半汤勺（3克左右）一天和两次，或喝酒后口渴时喝竹盐水有助于解酒，补充解酒而丧失的矿物质。

用竹盐粉刷牙

对一切口腔疾病竹盐有很好的治疗作用，如牙根松动，不好咀嚼，有炎症，口臭，出血等。用竹盐刷牙，漱口可以解决牙根炎症，保持牙齿健康。刷牙时牙刷里沾竹盐粉刷牙按摩牙根和牙齿对牙周炎，口腔疾病有很好的作用。一切饮食用竹盐粉调味。

生姜，大枣，甘草茶里放竹盐

生姜一把，大枣一把，甘草一把熬茶放3/1汤勺竹盐粉，每天分5~7回复用。榆树茶，大麦茶等营养饮料里加竹盐粉喝也可以。没有特别疾病的人一天服用4-8克竹盐一个月服用250克，可以调节人体酸碱度。

饱和竹盐水的用法

饱和竹盐水是把9回烤竹盐充分溶解在水里的最咸状态的竹盐水。是最浓的竹盐水，用水适当稀释而用。

洗眼睛

用饱和竹盐水10/1 + 10/9 水兑，兑成眼睛微刺时洗眼，浓度可以按自己的经验调节，最合适为止。儿童可以稀释12倍左右。对白内障，结膜炎，眼球干燥症都有帮助。

洗鼻子

用3/1的饱和竹盐水加3/2水稀释后洗鼻子，对鼻炎，鼻窦炎等鼻腔疾病用喷雾器喷或洗鼻子，很有帮助。

漱口

用饱和竹盐水适当稀释漱口，有助于一切口腔疾病。

洗发, 洗脸

洗发后洗脸盆3/1水里兑饱和竹盐水 (20ml左右)洗发，有助于预防头皮屑，脱发。

用这个水洗脸有助于粉刺和皮肤病。

用于调料

可以用于做汤，火锅及料理里用调料。

用于各种疾病

用于糖尿病，心脏病，低血压，高血压，消化不良，胃炎，胃溃疡，十二指肠溃疡，大肠溃疡，肾不全，口腔疾病，便秘，肥胖，支气管炎，肺炎，结核，鼻炎，鼻窦炎，久滞，粉刺。

1. 用唾液含服。
2. 兑生姜，大枣，甘草茶喝。
3. 用炒菜锅把大蒜烤透后沾着竹盐吃，一天5~6头。
4. 煮榆树根皮水加竹盐喝。

上面提了用竹盐和大蒜可以快速见到效果的疾病几种，但竹盐不是治疗为目的的药。调节好人体电解质浓度，提高免疫力，发挥自然治愈力而出现疾病治疗效果。因此对各种疑难病和癌症等疾病有着广泛效果。如果人体的电解质浓度失去平衡的话，人体就失去平衡，更难说治病。医院给患者打点滴食盐水就是这个道理。

其他饮食疗法

- 肝脏疾病及肾脏疾病患者用竹盐代替食盐服用。
- 料理及做汤代替食盐调味，可以品尝更深的味道，普通豆芽汤变成扇贝汤。
- 糖尿和各种心脏病可以烤大蒜沾竹盐粉吃。

- 平时没力气的人可以在泥鳅汤，鸭子，鸡，牛骨汤加的盐吃。
- 打嗝儿用柿子蒂沾竹盐吃。
- 咳嗽，哮喘用萝卜，大蒜，生姜做包菜汤食用。
- 神经痛，关节炎用一只鸭加大蒜熬透后用竹盐稍微调咸点服用。
- 解酒用蜗螺做浓汤用竹盐调味服用。



恢复健康时的好转反应

发肿

刚开始服用竹盐时最常见的现象，平时饮食习惯淡的人，肾脏功能低下的人当中容易发生。一般一个星期左右就可以恢复，因为竹盐有还原作用把体内的垃圾，毒素排出体外时出现的短暂现象。身体会比以前更轻松，更干净，可以放心服用。肾脏不好的人1-2粒开始增加，让身体慢慢适应竹盐环境。

头痛 恶心 呕吐

胃里有痰（中医说的滞气，像肺痰似的）的人，分解痰时出现。过2-3日恢复正常，说明胃开始好转。

腹泻

胃肠得到活力把废气，垃圾排出体外时出现。服用竹盐后出现腹泻是好现象，可以排出宿便，肠道得到健康的过程。

瘙痒，出痘痘

服用竹盐最常见的现象，是体内的毒素排出体外时通过皮肤汗腺排出的现象，有这种症状的人更需要服用竹盐，调节身体及解毒。

坚持服用竹盐，竹盐水的人，按不同的疾病出现不同的好转反应，这是人体为了调整体内环境，改善病情而出现的现象，随着病情的好转自然消失。

服用好的盐，对人类健康及其重要。

在前面我们看得到，盐不是对身体不好，地球上的一切生物都离不开盐。“吃什么样的盐” – 需要我们深思。

是不是认为咸的盐都是一样的？

在前面我们了解过，有不同的盐，不同的盐对身体有不同的结果。我们每天吃的盐按10-20克计算，一个月300-600克，这不是小数字，但还是随便找个盐吃吗？想吃好盐有人要反对的吗？

人体缺少盐分，就开始发炎，导致各种疾病的发生。盐是很出色的防腐剂。为了防止鲜鱼腐败人们撒盐，我们也要认识适当摄取好盐，让身体抗炎，提高免疫力。

特别是经过处理去掉有害物资的竹盐，可以补充人体所需的 钠 氯 钾 钙 磷等数十种矿物质，调节好人体电解质浓度，参与营养素的搬运及排泄，解毒等生命活动，起到最直接，最有效的作用。

好多现代病 – 糖尿病，高血压，癌症等重病，要是远离盐，就根本无法治好！为了地球村全人类的健康，必须尽早改变对盐的认识。

想了解更多内容请参考《竹盐是科学》这本书。

现代人的身体普遍存在矿物质的缺乏 推荐用活性矿物质丰富的竹盐来解决

通过对盐的实验与成分分析,用科学的眼光说明了竹盐与盐。
对这世界只要是吃盐的人,大家要必读的好书。

盐是人们维持健康不可或缺的事物。
缺乏对盐的充分了解,何谈人的健康问题?

彻底击垮“吃咸有害,钠有害”-盐危害论的书。
想正确了解盐,这本书是必看无疑的好书。

炼竹盐过程是,盐里的矿物质转变成高生理活性矿物质的一种 21世纪最高的炼金术。

