

CN Vũ Thị Thúy Kiều - Khoa Vi sinh

Não người được tạo thành từ 95% nước, máu chứa 82% nước và phổi chứa 90% nước. Cơ thể chứa một lượng nhỏ nước có thể gây ra đau nhức một số bệnh: trí nhớ giảm, khó tập trung trong công việc... Một số bệnh cũng là một trong những nguyên nhân phổ biến nhất gây ra sự mất ngủ hàng ngày.

Nước quan trọng đối với cơ thể con người. Cơ thể không thể làm việc mà không có nó, giống như một chiếc xe không thể chạy mà không có khí và dầu. Trên thực tế, tất cả các chức năng tế bào và cơ quan đều cần toàn bộ giai đoạn và sinh lý của con người phụ thuộc vào nước để hoạt động.



Nhiệm vụ làm chết đói trên

Nhiệm vụ làm chết đói trên trong quá trình tiêu hóa và gần như tất cả các quá trình cơ thể khác. Nhiệm vụ trong nhiệm vụ cơ thể của chúng ta giúp cho việc nhai và nuốt, để mở miệng để ăn sẽ trở nên dễ dàng qua thức ăn. Nhiệm vụ cũng bôi trơn khớp và sụn khớp của chúng ta và cho phép chúng di chuyển linh hoạt hơn. Khi mất nhiệm vụ, cơ thể hấp thu nhiệm vụ từ các khớp, ít bôi trơn khớp gây ma sát hơn hơn và có thể gây ra đau khớp đầu gối, đau lưng, có khả năng dẫn đến viêm khớp. Ngay cả nhân cơ thể của chúng ta cần nhiều chất bôi trơn để làm việc tốt và khỏe mạnh.

Nhiệm vụ điều chỉnh nhiệt độ cơ thể

Cơ thể chúng ta có thể kiểm soát nhiệt độ cơ thể thông qua bài tiết mồ hôi từ các tuyến mồ hôi trên da và từ quá trình bốc hơi từ cơ thể ra môi trường làm mát. Dẫn máu cũng được gia tăng ở các khu vực gần bề mặt da, nếu có thể để cơ thể làm mát và sau đó máu được đưa trở lại bên trong cơ thể. Thay đổi trong môi trường như, da duy trì nhiệt độ cơ thể thích hợp bằng cách co mạch máu do đó bảo vệ nhiệt bên trong cơ thể. Sự chuyển đổi của nhiệm vụ trong hệ thống tế bào của chúng ta cũng vận chuyển huyết tương (Huyết tương chứa 92% nhiệm vụ). Huyết tương đóng vai trò quan trọng trong việc giữ pH của cơ thể, tuồn hoàn các kháng thể từ hệ thống miễn dịch và điều chỉnh cân bằng thẩm thấu giúp duy trì nhiệt độ cơ thể thích hợp.

Nhiệm vụ loại bỏ độc tố để đưa ra khỏi cơ thể

Nhiệm vụ giúp cơ thể chúng ta loại bỏ độc tố bằng nhiều cách khác nhau. Nhiệm vụ đào thải chất độc và chất thải từ cơ thể qua đi tiêu và mồ hôi. Nhiệm vụ giúp giảm táo bón và giúp vận chuyển ruột để mở cơ thể thải độc tố loại bỏ nhanh chóng và thường xuyên từ cơ thể khi chúng có thể trở nên độc hại cho cơ thể. Sự tích tụ chất thải có thể xảy ra trong cơ thể nếu mất nhiệm vụ thường xuyên, có thể gây ra nhồi máu, độc tính và bệnh tật. Uống đủ nhiệm vụ cũng sẽ làm giảm gánh nặng lên thận và gan bằng cách cơ thể thải độc.



<http://www.freedrinkingwater.com>