



В результате проведенного эксперимента под руководством доктора Роджера Сюра из Центра лечения почечнокаменной болезни при Калифорнийском университете в Сан-Диего выяснилось, что употребление натурального напитка, приготовленного из лимонов, помогает избавиться от камней в почках.

Профессор уверен, что этот метод ничуть не хуже, чем увеличение объема жидкости, снижение соли, кальция и белка в рационе. У его пациентов, ежедневно выпивавшие натуральный лимонад, приготовленный из 2 л воды и более 100 мл восстановленного лимонного сока, уровень образования камней в почках снизился с 1,00 до 0,13 камня на каждого больного. Дело в том, что лимоны из всех цитрусовых имеют самое высокое по концентрации содержание цитратов (солей и эфиров лимонной кислоты), которые естественным образом останавливают образование камней в почках и мочевыводящих путях.