



Во время промывания кишечника водой (гипертоническим раствором поваренной соли, раствором ромашки) мужчинам полезно делать массаж предстательной железы, который устраняет застойные явления в ней самой и в ее протоках и стимулирует половую активность (эрекцию и даже эякуляцию). Предстательная железа (простата) прощупывается под передней стенкой прямой кишки введенным до конца средним пальцем в виде утолщения диаметром 3-4 сантиметра. Надев резиновую перчатку, напальчник или презерватив и смазав их вазелином или другим жиром, вы, сгибая палец и несильно придавливая, скользите по этому участку прямой кишки сверху вниз и по кругу в течение нескольких минут.

Желательно, чтобы больной удерживал воду в течение 10 минут, для этого ему лучше лежать на спине и глубоко дышать.

По окончании процедуры кружку Эсмарха моют теплой водой с мылом. Наконечник также тщательно моется с мылом, а затем кипятится