Цель — не снизить кальций «в организме», а не допускать его избытка и осаждения, особенно в жёлчи. Это достигается питьевым режимом, сбалансированным питанием и исключением провоцирующих факторов

[Sent from Yahoo Mail for iPhone](https://nam02.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fmail.onelink.me%2F107872968%3Fpid%3Dnativeplacement%26c%3DGlobal_Acquisition_YMktg_315_Internal_EmailSignature%26af_sub1%3DAcquisition%26af_sub2%3DGlobal_YMktg%26af_sub3%3D%26af_sub4%3D100000604%26af_sub5%3DEmailSignature__Static_&data=05%7C02%7Cmayskiya%40coned.com%7Ce96b2c07694544006b6508dd9dee0a14%7Ce9aef9b725ca4518a88133e546773136%7C0%7C0%7C638840367918548498%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJFbXB0eU1hcGkiOnRydWUsIlYiOiIwLjAuMDAwMCIsIlAiOiJXaW4zMiIsIkFOIjoiTWFpbCIsIldUIjoyfQ%3D%3D%7C0%7C%7C%7C&sdata=eYVtc10obQvGcWSgYb9UkRlOv2fyIHkSs41CXoF%2BJmk%3D&reserved=0" \t "_blank)

On Monday, May 26, 2025, 9:10 AM, Anatoly May <[anatolymay@yahoo.com](mailto:anatolymay@yahoo.com)> wrote:

* Билирубин в свободной форме негативно заряжен и легко соединяется с двухвалентными ионами — например, Ca²⁺ (кальций).
* Это соединение плохо растворимо → осаждается → начинает расти камень.

**Упрощённо:**

1. В крови распадаются эритроциты → выходит билирубин.
2. Печень выделяет его в жёлчь.
3. В жёлчи есть немного кальция.
4. Если жёлчь застаивается → билирубин + кальций выпадают в осадок.
5. Образуется твёрдый камень (билирубинат кальция).

**Упрощённо:**

1. В крови распадаются эритроциты → выходит билирубин.
2. Печень выделяет его в жёлчь.
3. В жёлчи есть немного кальция.
4. Если жёлчь застаивается → билирубин + кальций выпадают в осадок.
5. Образуется твёрдый камень (билирубинат кальция).

