

E-BOOK

„CIVILIZAČNÍ CHOROBY“



OBSAH

Název	Strana
1. BOLESTI KLOUBU A JEJICH ONEMOCNĚNÍ	3
2. DIABETES II. TYPU	6
3. RAKOVINA	8
4. SNÍŽENÁ IMUNITA	9
5. ÚNAVA NEJASNÉHO PUVODU – ÚNAVOVÝ SYNDROM	12
6. REFERENCE	14
7. O AUTOROVI	15
8. ZÁVĚR	16

BOLESTI KLOUBU A JEJICH ONEMOCNĚNÍ



Bolestmi kloubů trpí velmi mnoho lidí a nejsou to jen staří lidé. Příčin těchto kloubních bolestí je více. Patří mezi ně dna, osteoporóza, artritida, artróza, osteoartróza.

Osteoporóza

Patří k tak zvaným civilizačním chorobám a představuje jedno z nejzávažnějších onemocnění. Její rozvoj často probíhá bez příznaků a projeví se až závažnými komplikacemi například různými zlomeninami. Zlomeniny postihují nejčastěji starší lidi.

Některé příčiny vzniku osteoporózy se nedají ovlivnit. Jsou to genetické dispozice, vyšší věk, ženské pohlaví.

Jiné se ale ovlivnit dají docela dobře. Sem patří hlavně správná výživa a celkově zdravý životní styl bez pití kávy, alkoholu a nápojů, které obsahují fosfáty a také nekouřit. Kouření v mnoha případech silně omezuje možnosti působení přírodních preparátů. Je také třeba omezit přísun cukru. Zapomeňte také na salámy, paštiky a jiné masné pochutiny a těžké smetanové omáčky. Vyhněte se kakau, rebarboře, chřestu a luštěninám. Úpravou stravy se celá řada potíží vyřeší. Ideální je tento zdravý životní styl dodržovat po celý život.

Velmi škodí vysoký příjem bílkovin. Například mléko, sýry, jogurt i máslo obsahují bílkoviny. Pokud je velké přetížení bílkoviny, organismus musí bílkoviny ukládat do vazivové tkáně. A pokud se bílkoviny už ukládají do vazivové tkáně, jsou to první známky toho, že člověk jednou onemocní osteoporózou. Osteoporóza je poškození vzniklé z nadměrného přívodu bílkovin. Je proto třeba zamezit konzumaci potravin, které obsahují bílkoviny alespoň po dobu 3-4 týdnů. To je nutné k tomu, aby se nadbytečné bílkoviny uložené ve vazivové tkáni dostaly zpět do krve. Tělo může vylučovat bílkoviny jen tam, kde je sliznice. Například dýchací cesty – chronická bronchitida je vždy vylučováním nadbytečných bílkovin, výpotek z kloubů je totéž – pokus o ozdravení se. Totéž se děje při atopickém ekzému, zánětu střeva apod. Je to velmi důležitý moment, kdy je vylučována bílkovina. Na bílkoviny se váže vápník, mangan a selen. Velmi důležité je, že mangan se váže na skupiny sulfidů a tak podmiňuje lámavost kostí. Totální zastavení příjmu bílkovin může udělat velmi mnoho. Jejich příjem by neměl přesáhnout 40 g za den. To bychom měli dodržovat po léta.

Na vznik osteoporózy mají ale také vliv některé choroby jako například zvýšená činnost štítné žlázy, chronická onemocnění jater a ledvin, některé krevní choroby a další. Rovněž tak užívání některých léků jako jsou kortikoidy a léky na snížení srážlivosti krve například Warfarin, léky potlačující imunitu mohou přispívat ke vzniku osteoporózy.

Jak se tato nemoc léčí? Klasická medicína používá vysoké dávky vápníku, který se ale ve vyšším věku nemusí dobře vstřebávat, dále pak vitamin D také ve vyšších dávkách.

V alternativní medicíně je základem harmonizace ledvin, protože ledviny ovládají všechny klouby. Nutné je také dodržovat pitný režim. Jako náhradu vápníku je možné použít koloidní roztok prvků, kde je vstřebatelnost až 98%, případně samotný vápník v koloidní formě. Nezbytné je doplňovat také další minerály a to hořčík, draslík a zinek. Hořčík zlepšuje vstřebávání vápníku ve střevě. Pokud je snižená hladina draslíku, zvyšuje se křehkost kostí (náchylnost ke zlomeninám) i v případě, že je vápníku v kostech dostatek. Zinek hraje roli v zesílení kostní hmoty. Dále vitamin D má nezastupitelnou roli při vstřebávání vápníku, fosforu a hořčíku ve střevě. Jeho přítomnost zlepšuje vstup minerálů do kostí.

Dobré jsou také léčivé koupele obsahující minerály, které se pak vstřebávají přes kůži. Je také potřeba ovlivňovat základní onemocnění pomocí preparátů na ně účinkujících a to u chorob štítné žlázy, jaterních a plicních. Součástí prevence osteoporózy je také pohybová aktivita. Jelikož osteoporóza je skutečně závažným onemocněním, rozhodně se preventivní opatření vyplatí.

Osteoartróza a artróza

Jedná se o degenerativní onemocnění chrupavčité výstelky kloubu, většinou kyčelního nebo kolenního. Chrupavka se rychle opotřebovává a odírá. Tento typ onemocnění se vyskytuje hlavně u starších lidí. Je potřeba užívat doplňky stravy, poskytují kloubní výživu například Celadrin. Pomáhá k obnovení chrupavky. U artróz obvykle bývá také nedostatek zinku. Měl by se začít dodávat v přírodní formě, například 2x denně 1 lžičku dýňového oleje.. Nedostatek vitamínu A, C, E se může vyrovnat podáváním rakytníku, který je obsažen v dobře vstřebatelné formě.

Revmatická artritida

Chronické zánětlivé onemocnění kloubů. Kromě kloubů se může projevit i na vnitřních orgánech (plíce, srdce, cévy, periferní nervy, tkáně oka a další). Revmatoidní artritida vede k výraznému pohybovému omezení. Jde o autoimunitní proces s tvorbou autoprotilátek. Dnešní medicína nedokáže uspokojivě léčit toto onemocnění.

Velmi dobrým lékem ale při alternativním způsobu léčby mohou být například třešně, ale i višně a to nejenom na artritidu, ale i na dnu. Snižují bolesti i zánětlivost. Jsou výjimečně bezpečné, účinné a rychle působící vzhledem na odstranění otékání a

bolesti. Konzumace už jen několika třešní nebo višní denně působí regulačně na hladinu kyseliny močové v těle a je prevencí proti vzniku dny. Dokonce i průmyslově zpracovaná třešňová šťáva dokáže stejný zázrak, jako syrové třešně.

Kromě revmatické artritidy existuje také ještě

Infekční artritida

Jedná se o zánět kloubu, který vzniká na základě bakteriální infekce. Tato infekce může vzniknout z nejrůznějších příčin – následkem infekce močových cest, pohlavních orgánů, při zápalu plic či jiných. Ale může být i důsledkem poranění, kdy infekční zárodky vnikly přímo do kloubu.

I v tomto případě je dobré upravit stravu a vynechat nebo omezit na minimum brambory a všechny lilkovité rostliny (rajčata, papriky, okurky).

U řady případů pomáhá zvýšený přísun vitaminů skupiny B a velmi dobře na klouby působí lněný olej.

DNA

Jedná se o metabolické onemocnění, které úzce souvisí s výživou a přejídáním. Vzniká při vysoké hladině kyseliny močové v krvi, která se pomocí krystalků ukládá v kloubech. Vysoká hladina této kyseliny ukazuje na nedostatečnou funkci ledvin.

Léčba – velmi účinný je Jančův ledvinový čaj. Pije se po dobu 8 týdnů 3x denně 1 šálek. Nálev musí být vždy čerstvý a jeho pití by se nemělo vynechávat.

Nutné je naopak vynechat maso a uzeniny, brambory a lilkovité plody, nejíst vnitřnosti, sardinky, masové extrakty, masové polévky a omáčky, červená masa, luštěniny, alkohol, víno a sůl.

Doporučuje se pít velké množství vody, alkalické minerálky. Jíst se může hnědá rýže, kukuřice, vařené zelí nebo kapusta, celer, mrkev, cibule, zakysané mléčné výrobky, čerstvé mandle.

DIABETES II. TYPU



Je to onemocnění, kdy dochází k poruše zpracování cukrů, tuků a bílkovin v organismu. Jednou z hlavních příčin tohoto onemocnění je obezita – u obézního člověka je až 53x větší možnost, že onemocní touto chorobou.

Další velmi závažnou příčinou této nemoci je celkové překyselení organismu.

Obezita i překyselení vzniká celkovým špatným životním stylem a nevhodnou stravou.

Léčba cukrovky klasickou medicínou, kdy pacient drží dietu, užívá léky, případně dostává inzulín nevede k úplnému vyléčení této choroby. K úspěšnému potlačení choroby je zapotřebí mnohem více úsilí.

Podívejme se na další potřebné kroky, které nutné udělat.

U všech diabetiků se vyskytuje běžná motolice *Eurytrema pancreaticum*, jež pochází od dobytka, u kterého se vyskytuje převážně ve slinivce. Člověk se těmito parazity nakazí většinou při konzumaci masa a mléčných výrobků v syrovém stavu. Není těžké se tohoto parazita zbavit za pomoci našich přístrojů.

Tato motolice se v naší slinivce neusadí a nebude se tam množit, dokud v těle nebude přítomen metylalkohol (metanol). Metanol se v potravinách vyskytuje poměrně často. Bývá v balené vodě, umělých sladidlech (místo toho, aby postiženým cukrovkou pomáhala, ještě jim škodí), sodovkách, dětské výživě a všech druzích instantních nápojů.

Všichni diabetici mají rovněž ve slinivce jistý virus, který je označován jako HA. Tento virus se množí v kůži jako bradavice, ale je také rozšířen po celém těle (kromě slinivky také ve slezině a v játrech). Není nutné tento vir ničit, neboť zmizí sám, jakmile se zbavíte slinivkové motolice, ke které náleží.

Diabetes má ještě další aspekty. Jedná se například o často se vyskytující alergii na pšenici a obilniny, které obsahují lepek. Slinivka by se uzdravovala mnohem lépe a rychleji, pokud by se z potravy na nějakou dobu vyloučily obiloviny.

Při cukrovce velmi pomáhá konzumace pískavice (řecké seno).

Metanol se rovněž koncentruje v očích, a proto existuje úzký vztah mezi cukrovkou a očními nemocemi. Dobrým prostředkem jak na cukrovku, tak na nemocné oči je borůvkové listí. Uvařte si čaj tak, že dáte ¼ hrnku listů na tři hrnky vody. Pijte ¾ hrnku čaje každý den.

Diabetici by měli rovněž užívat chrom, protože pomáhá inzulínu, aby se dostal do jejich buněk.

Vzhledem k tomu, že ve slinivce se hromadí zlato, měly by z vašich zubů zmizet veškeré těžké kovy, včetně zlatých korunek, a neměli byste nosit žádné kovové šperky (ani zlaté) přímo na kůži.

Detoxikace

Slinivka patří do okruhu orgánů Slezina-Slinivka břišní – Žaludek. Mateřský orgán v tomto případě představuje slezina. Pokud slinivka není v pořádku, je zapotřebí odstranit toxická ložiska ze sleziny. Žaludek i slinivka břišní jsou také velice citlivé na toxiny z oblasti jater, takže se můžeme setkat s nemocemi a poruchami funkce slinivky břišní a žaludku, aniž bychom v nich našli infekční ložisko. Objevíme v nich však vliv toxinu, který vzniká z ložisek v jaterní tkáni. Z toho vyplývá, že pokud se budeme chtít zbavit toxinů ve slinivce, je třeba se zbavit toxických ložisek také ve slezině a játrech.

Diabetici mají také chronický nedostatek vitaminů a minerálů a proto je musí přidávat ke stravě. Nutné je, aby byly v koloidním stavu. Důležité je také přidávat vitamin D, protože jeho nedostatek podporuje nejen cukrovku, ale i rakovinu. Snížení cukru v krvi je také možné aplikací betaglukanů z hlívy ústříčné.

Strava

Vyhýbejte se všem zpracovaným jídlům. Nejezte nic rafinovaného. Sem patří bílé pečivo, polotovary z masa, (které mají velký vliv na vznik diabetu), nebo mléčné výrobky. Přejděte například z kravského mléka na mandlové mléko, omezte ve svém jídelníčku sýry. Pokud jíte maso, preferujte jen čerstvé nezpracované suroviny a nikdy nejezte jídla připravená z baleného masa, protože to obsahuje nitrát sodný – chemikálii, jež poškozuje činnost slinivky. Takže už žádnou mraženou pizzu, polévku ze sáčku, sendviče apod. !

Diabetes není nemocí, které by bylo těžké předejít nebo ji dokonce vyléčit, protože se nejedná o potíže, která by na vás „udeřila“ náhodně. Jde pouze o biologický účinek, který následuje určitý životní styl (špatné potraviny, žádné cvičení) a jeho odvrácení

je možné u každého. Podstatné ale je, že nikdo nevyлéčí váš diabetes za vás. Jediná léčba může pocházet od vás samotných – změnou vašeho jídelníčku a cvičením.

A proto je nejlépe začít už dnes.

RAKOVINA

Na vznik rakoviny působí více faktorů. Kromě virových příčin a zděděných dispozic nás musí z hlediska prevence zajímat hlavně souvislost mezi vznikem rakoviny a průmyslově vyráběnými potravinami. Velkou roli zde hraje také nedostatek enzymů, které právě v takto zpracované potravě chybí. Jejich nedostatkem je následně zaviněna porucha dělení buněk a tím vznik rakoviny. Podílí se na tom také překyselení organismu a přítomnost karcinogenů.

Jeden z vlivů na rychlý růst rakovinných buněk má přemíra sacharidů v krvi, což kromě růstu těchto buněk způsobuje také zvýšenou kyselost organismu a ta opět podporuje růst rakoviny. Navíc glukóza ve velkém množství je jed, hyperglykemie je zabiják. Jakmile je jí příliš mnoho ničí naše cévy, ledviny a kosti. Tělo se brání proti tomuto nebezpečí tvorbou tumorů – je to poslední pokus, jak se zbavit nadbytku glukózy.

Další nezanedbatelný vliv má prostředí, ve kterém se člověk nachází – jsou to různé rakovinotvorné chemikálie, které se nacházejí v ovzduší, ve vodě i v jídle, umělá hnojiva, insekticidy, konzervační látky, organické sloučeniny chlóru a fluóru, tabákové dehty, chemické léky a mnoho dalších.

Nezanedbatelnou velkou roli hraje také psychický stav člověka. Rakovina nemůže existovat bez stresu. Je to 100% nemožné.

Klasická léčba rakoviny jako je chemoterapie a ozařování nefunguje. Mnoho lidí zemře spíš na následky této léčby než na rakovinu samotnou. Také operace by se neměly dělat ukvapeně, protože po operaci rakovina roste dále a mnohdy ještě rychleji. Varováním lékařů, že jinak bude pozdě by se člověk neměl nechat zastrašit.

Z těchto důvodů je mnohem lepší snažit se zabránit vzniku rakoviny prevencí, což zahrnuje z velké části změnit způsob života.

A v první řadě je to změna stravy. Pro prevenci a případnou rychlejší léčbu potřebuje nemocný stravu, která obsahuje hodně enzymů a zároveň je zásaditá, tedy takovou, kdy se při látkové výměně netvoří kyseliny.

Kromě syrové zeleniny a ovoce (ovoce by se mělo jíst v menší míře než zelenina, protože obsahuje cukr) takové podmínky nejlépe splňují čerstvé zeleninové šťávy.

Denně vypít 1 litr čerstvé šťávy. Především z mrkve, červené řepy, celeru, ředkve, zelí, brambor.

Důležité je jíst většinou syrovou stravu, protože právě z ní mohou buňky načerpat živé enzymy, které potřebují ke své regeneraci. Můžeme také žvýkat slunečnicová a dýňová semena, která předem namočíme.

Vařené jídlo nemá vitální sílu a spíš vyživuje rakovinné buňky.

Když chemické jedy, které v takové potravě jsou, nejsou v krvi zlikvidovány játry, usazují se v jednotlivých buňkách a tam škodí.

I při syrové stravě nemůžeme jíst příliš mnoho a přetěžovat tak své orgány.

Ke zvýšenému příjmu potřebných enzymů je možné také přidat enzymovou terapii například užíváním Wobenzymu.

Dále organismus potřebuje zvýšený přísun vitaminů, hlavně vitaminu C, který je nejlépe podávat v infuzích a vitamin D – jako doplněk stravy, případně rozumným opalováním a pobytem na sluníčku v rozumné míře.

Stopové prvky, hlavně selen a zinek udržují celkovou imunitu v dobrém stavu.

Podrobné informace jak o prevenci, tak i o léčbě rakoviny můžete získat v našem Centru moderní diagnostiky.

Objednat se je možné na info@zdraviaprevence.cz nebo na tel. 602 133 374

SNÍŽENÁ IMUNITA

Mnoho lidí trpících častými infekcemi má sníženou imunitu. Jelikož imunitní systém je zodpovědný za obranyschopnost našeho organismu, jedná se o dost závažný problém. Imunitní systém má také za úkol zapamatovat si údaje o škodlivinách a bakteriích a o možných způsobech jejich likvidace. Imunitní systém je tedy komplikovaná soustava různých vzájemně spolupracujících orgánů – kostní dřeň, brzlík, slezina, lymfatické uzliny, mandle a také kůže a plíce.

ODOLNOST – jsou všechny obranné mechanismy našeho organismu, které ho chrání před mikroorganickou nákazou. Odolnost proti infekcím svědčí o našem zdraví.

Pozornost, energie, výdrž, schopnost snadno a dostatečně relaxovat – to vše jsou známky dobrého zdraví. Vysoká odolnost proti nemocem je důležitým ukazatelem skutečného zdraví. Bakterie nebo jiné mikroorganismy mohou vyvolat onemocnění

jen v případě, kdy je organismus oslabený. A právě proto imunitní systém je rozhodujícím faktorem naší odolnosti vůči nemocem. Výživa, imunita a infekce jsou neoddělitelně spojené. Nedostatek živin zvyšuje naši náchylnost k infekcím a naopak infekce prohlubují nedostatek živin. Proto je velmi žádoucí posílit svůj imunitní systém.

S imunitním systémem úzce souvisí i psychika, neboli jinak řečeno optimistický stav mysli.

Co všechno útočí na náš organismus?

Bakterie, viry, houby, prach, škodlivé chemikálie a látky znečišťující prostředí, částičky pylu, proteiny z jídla, které nebylo stráveno atd. Škodlivé látky mohou také vznikat přímo v těle, jako například rakovinné buňky. Zdravé tělo je rozpozná a zaútočí na ně dřív, než se vymkne jejich růst kontrole. V případě, že je člověk oslabený, není tělo schopno reagovat dostatečně rychle.

O některých škodlivinách si můžeme povědět více.

Bakterie – tvoří ohromnou skupinu mikroorganismů. Bakterie nejen, že mohou prospívat v nás a tak ohrožovat funkci tkání nebo orgánů, které napadly, ale mohou také produkovat toxiny, které mají někdy dalekosáhlý vliv na celý organismus. Imunitní systém napadá bakterie stejným způsobem, jakým zachází s viry. Jsou vyměšovány protilátky, které ulpívají na povrchu bakterií a tím je poškozují. Některé buňky imunitního systému mohou bakterie pohltit. Jiná skupina buněk imunitního systému uvolňuje enzymy a jiné chemikálie, které bakterie ničí. Protilátky mohou také neutralizovat toxiny, které bakterie produkují.

Viry – jsou extrémně maličké – daleko menší než živá buňka. Viry buď vstupují do buněk své specifické cílové hostitelské buňky, nebo do ní pouštějí svůj genetický materiál, přičemž odhazují proteinovou skořápku. Virové geny se pak zmocní hostitelské buňky a přinutí ji produkovat velké množství replik virů a zároveň potlačují normální funkce buňky. Tak se vyprodukuje velké množství virů, až nakonec je jich tolik, že buňka praskne a odumírá. A tato spousta virů se posune dál a celý proces se opakuje.

Viry jsou drženy pod kontrolou protilátkami, které mohou virem nakažené buňky zahubit. Ničit viry pomáhají také vysoké dávky vitamínu C. Antibiotika viry neničí, pouze útočí na bakterie. Virovými onemocněními jsou nachlazení, chřipka, spalničky, zarděnky, vzteklna, neštovice, příušnice, žloutenka typu A a B, opar, HIV a řada dalších zhoubných chorob jako roztroušená skleróza nebo nervová onemocnění s poruchami hybnosti. Některé viry spojují svůj genetický materiál s genetickým materiálem hostitelské buňky. Nazývají se retroviry a mohou v hostitelské buňce zůstat určitou dobu v klidu – do té doby, než je například ultrafialové nebo rentgenové záření nepodnítí k akci a reprodukci. Výsledkem je pak bujení vadných

buněk a smrt hostitelských buněk. Retroviry mají také podíl na vzniku rakoviny, leukémie, lymfomů apod.

Z toho vyplývá, že člověk je stále ohrožen možností onemocnět a to i velmi závažnými chorobami. K tomu, aby se tak nestalo slouží imunitní systém. Čím víc je oslabený, tím větší nebezpečí člověku hrozí.

Imunitní systém je velmi pružný a může se přizpůsobit boji proti různým formám patogenů. Skládá se z více částí. K obraně těla slouží kůže, sliznice dýchacího a zažívacího systému, lysozym (enzym v slizích), B a T buňky imunitního systému a další.

Co potřebuje imunitní systém pro dobrou ochranu organismu?

Naskytá se tedy otázka, co může člověk sám pro svoji ochranu před nemocemi udělat a jak může svůj imunitní systém posílit?

V první řadě je zapotřebí zajistit si dobrou a dostatečnou výživu, protože chudá výživa má nedostatek základních aminokyselin a jiných potřebných živin, což vede ke snížené tvorbě T buněk a ke snížení schopnosti fagocytů ničit viry, bakterie a houby a tím se lidé stávají náchylnější k virovým, bakteriálním a plísňovým infekcím. Aby imunitní systém dostal živiny, které potřebuje k obraně těla, musí být výživa dostatečná.

Co je tedy dobré používat na zvýšení funkce imunitního systému?

1. Vitamin C ve velkém množství – podílí se na vytváření kolagenu z pojivových tkání a silná kolagenová vlákna omezují průchod virů.
2. L-arginin – aminokyselina vhodná při anticandidové kůře.
3. Koenzym Q 10 – je velmi důležitý v metabolické činnosti živých buněk, protože buňky spotřebují velmi mnoho energie, zvláště je-li člověk nemocen. Koenzym Q 10 je také cenný při léčení srdečního svalu.
4. Vitaminy B6, B12, kyselina listová, vitamin A, E – v megadávkách chrání tělo před jedy produkovanými houbou kandidou a jinými mikroorganismy.
5. Nutné je také doplňovat minerální látky – selen, hořčík, zinek – zinek je pro funkce imunitního systému naprosto nezbytný, protože v těle je víc než 70 enzymů na zinku závislých.
6. Velmi důležité je také zvýšit množství kyslíku v buňkách, protože imunitní systém vyžaduje velké množství kyslíku ke správné funkci. To je možné docílit zvýšeným příjmem germania, které se nachází v česneku, v aloi vera a ve jmelí bílém.
7. A v neposlední řadě je důležitá změna životního stylu celkově. To znamená především přestat kouřit a pít alkohol, což obojí velmi poškozuje imunitní systém.
8. Rovněž tak odbourat co nejvíce stres, který velmi výrazně imunitu snižuje.

9. Navíc v naší poradně dokážeme za pomoci biorezonančního přístroje odhalit přítomnost různých parazitů v těle a frekvenční terapií je zničit. A právě tím, že se tělo zbaví mnoha toxinů, které paraziti produkují, uleví se značně i imunitnímu systému.

ÚNAVA NEJASNÉHO PUVODU – ÚNAVOVÝ SYNDROM



Pocitem dlouhotrvající nebo stále se vracející únavy trpí v posledních desítkách let čím dál více lidí, lékaři se jím stále zabývají a mluvíme o něm jako o chronickém únavovém syndromu. Chronický únavový syndrom se vyznačuje pocitem hlubokého a dlouhodobého či trvalého vyčerpání. Nemocní mají také poruchy spánku, deprese, špatnou soustředěnost a nezvládají běžné denní úkoly. Probouzejí se s pocitem, že vůbec neodpočívali. Ale není to jen velká únava, co je trápí. Sužují je i bolesti hlavy, svalů i kloubů, slabá odolnost vůči infekcím, takže často trpí chorobami dýchacích cest, angínami, různými alergiemi apod. Mnozí pacienti před vypuknutím únavových potíží prodělali dlouhodobé infekce či chřipku.

Lékařská vyšetření neukazují žádný konkrétní problém na úrovni těla a lékaři tak usuzují, že se jedná o problémy psychického původu a mnoho lidí tak končí na psychiatrii, kde jim ale také nepomohou.

Jelikož se jedná o únavový syndrom, přispívá k jeho vzniku také velkou měrou i stres, který oslabuje imunitu.

Dalším velmi škodlivým vlivem je špatný stav zažívacího traktu, konkrétně střev, kde chybí dostatečné množství přátelských bakterií potřebných ke správnému trávení potravy a vstřebávání živin. Naopak je zde velké množství špatných bakterií a hnílných plísní, které bývají prvotní příčinou různých alergických chorob nebo i rakoviny. Způsobují zničení klků ve střevech a tím dochází ke špatnému vstřebávání složek potravy.

Tělo se tak dostává do situace, kdy i přes dostatečný přísun jídla hladoví, protože mu chybí vitaminy a potřebné minerály. Zbytky potravy ale dále plesnivějí a hníjí v tlustém střevě a do těla se dostávají další toxiny a nevhodné látky. Dochází tak k samootrávení organismu a navíc zde také přetrvávají různí paraziti, kteří vylučují do těla člověka další toxiny. Následkem toho potom dochází k výše uvedeným potížím a hlavně neustálé únavě.

Oficiální medicína pacientům s chronickým únavovým syndromem nevěří. Stojí totiž na přesvědčení, že každá zdravotní porucha má nějakou objektivní příčinu. Tu se pak snaží najít. Na unavených pacientech se to však nedaří. Jsou totiž objektivně zdraví. Jenže se tak necítí. A proto velmi potřebují pomoc a léčbu, která by jim pomohla.

LÉČBA, která zabírá.

Únava je projev buněk otrávených lidskými jedy, buněk bez energie, bez kyslíku, bez živin, enzymů apod.

Prvním krokem při procesu uzdravování je pacientova víra v uzdravení. Je nutné, aby člověk uznal, že je opravdu nemocen a přijal omezení, která to přináší. To znamená odpočívat, když je unaven, jít domů, sednout si a necítit vinu, když se tomu poddá.

Je třeba také uznat, že léčba může trvat dlouhou dobu – na rychlé vyléčení není žádná naděje, a proto není třeba být zklamaný, když se neobjevuje náhlé nápadné zlepšení. Je třeba přijmout takový způsob života, který vám pomůže.

Prvních 6 měsíců by se neměla dělat žádná namáhavá cvičení ani sporty a mělo by se hodně odpočívat. Velmi důležitý je spánek. Pomocí spánku je tělo schopno zvýšit rychlost oprav poškozených tkání a zhroucení svalových buněk je sníženo. Snažit se neusínat, pouze zdržuje proces uzdravování.

Velmi důležitá je také očista střev, kdy je zapotřebí je zbavit všech škodlivin a hnilobných procesů, které v nich probíhají.

Únava také znamená podvědomou obranu těla proti zvýšenému stresu, nebo přemrštěným nárokům na naši výkonnost. Každý by měl znát své hranice výkonnosti a rozhodně by je neměl překračovat. Jestliže chce pacient dále pracovat, musí se přestat zbytečně namáhat, chodit pěšky co nejméně, a když tak pomalu, přemýšlet, než začne s jakoukoliv fyzickou aktivitou, která vyžaduje hodně energie, odpočívat a spát doma (dostatečně spát znamená 7-9 hodin za den, někdy i více) a obvykle také zrušit všechny společenské závazky.

Další důležitá věc je kvalitní strava s dostatkem cenných látek. Doplnění vitamínu C, A, E a skupiny B, vápník, hořčík, zinek, železo. Jelikož se téměř vždy objevuje infekce kandidou, je třeba přísně dodržovat antikandidový program. Dostatečný pitný režim – 2,5 litru tekutin denně, nejlépe čisté neperlivé vody.

Dvakrát do roka na jaře i na podzim si dopřát pořádnou očistnou kúru například jablečnou nebo zeleninovou kúru.

Užívat olej z pupalky a acidofilus.

Podrobné informace a návod, jak při únavovém syndromu postupovat se dozvíte v naší poradně.

Většina nemocných se uzdraví. Ale jestliže pacient neustále očekává, že se uzdraví „příští týden“, může to mít demoralizující vliv nejen na něho, ale i na lékaře. Pacient musí uznat, že je nemocný a nemocný člověk potřebuje odpočinek a trpělivost.

REFERENCE

[Hana 36 let. Praha](#)

Od bývalých sousedů jsem dostala nabídku vyzkoušet kompletní vyšetření v novém „Centru moderní diagnostiky“.

Proč to nezkusit, když je to o mém zdravotním stavu, který jsem měla dost špatný. Byla jsem hodně unavená, každý večer naprosto vyčerpaná a do postele jsem skoro "spadla" únavou.

Přišlo mi to zajímavé, tak jsem se domluvila a zašla na důkladné, a kompletní vyšetření celého těla.

Po kompletním vyšetření jsem se dozvěděla dost zajímavých věcí a začala jsem docházet do CMD na terapie. Po každé terapii jsem ze začátku byla unavená, ale ne tolik jako každý večer před tím.

Po čase jsem se začala cítit lépe a po nějaké době jsem byla jak vyměněná plná energie i lepší nálady.

Mohu říci, že zdravotní stav se mi zlepšil na tolik, že v současné době dokonce čekám i rodinu. To jsem si vůbec nedovedla před léčením představit.

Jsem moc ráda, že mě pomohli v CMD změnit život k lepšímu!!!

Díky za něj!!! Hanka.

Dagmar 75 let Praha

Měla jsem dlouhodobě zvýšenou sedimentaci, vyšetření u lékaře nic neobjevilo. V CMD mi zjistili zánět močových cest. Po terapiích a doplňcích stravy na bylinné bázi potíže ustaly a sedimentace se vrátila do normálu.

Renata 35 let Praha

Trpěla jsem 16 let bolestmi kloubů, svalů, nepřiměřenou únavou, která mi bránila v normálním životě, nebyla jsem schopná práce. Z hlediska lékařů bylo vše v pořádku. V CMD byla zjištěna přítomnost mnoha parazitů, virů a bakterií, které mi pomocí terapií vyhubili. Po půl roce jsem zcela v pořádku, mohu se pohybovat, věnuji se tanci i studiu v zahraničí a jsem zcela bez problémů.

Milan 57 let Praha

Měl jsem zánět močových cest. Po dvou dávkách antibiotik jsem měl stále potíže s vysokými teplotami. Po několika terapiích v CMD zánět odezněl, potíže i teploty zmizely. Nemohl jsem uvěřit v jak krátké době jsem byl zase v pořádku. Vřele doporučuji navštívit CMD a vyzkoušet. Věřím, že budete spokojeni stejně jako já.

Vladimír 73 let Praha

Měl jsem potíže s močením. Po 3 týdnech terapií všechny potíže ustaly. Močení se upravilo do normálu. Jako obrnář jsem také trpěl bolestmi páteře. Po terapiích v CMD je to mnohem lepší.

O AUTOROVI

O alternativní způsoby léčby přírodní cestou se zajímám již 20 let od doby, kdy vážně onemocněla moje dcera. Jelikož lékaři nedokázali její stav zlepšit, hledala jsem stále jiný způsob, jak jí pomoci. Přibližně po 10 letech se mi podařilo zjistit existenci přístroje Diacom, který velmi dobře účinkoval a zdravotní stav mé dcery se rychle zlepšoval. Krátce na to jsem měla možnost tento přístroj zakoupit a otevřít si své Centrum moderní diagnostiky. Navázala jsem spolupráci s lékaři, kteří se zabývali léčbou chorob pomocí přírodních preparátů a zajímal je i tento přístroj. Postupně jsme Centrum rozšířili o Poradnu pro civilizační choroby, kde se snažíme pomoci lidem hlavně s prevencí těchto chorob.

ZÁVĚR

Vzhledem k tomu, že chemické léky mají skoro vždycky vedlejší účinky, je mnohem lepší využít včas přírodní preparáty, které jsou účinné a neškodí. Příroda, která nás obklopuje má velkou sílu a moc pomoci v udržení zdraví a tím i ke spokojenému životu.



Pokud navštívíte naše Centrum moderní diagnostiky, rádi vám pomůžeme a poradíme, jak postupovat při vašich zdravotních problémech. Objednat se můžete na tel. 602 133 374 nebo na e-mailu info@zdraviaprevence.cz