

Žilní systém a jeho detoxikace Tlusté střevo

Letní škola v Táboře

Základní regulace podle Pischingera

Hudba je nejmocnějším vzdělávacím nástrojem

Nezapomněli jste?

Podzimní počasí klade na lidský organismus vysoké nároky.



Dobré zásobení vitaminy a minerály je důležitou podmínkou pro udržení přirozené schopnosti organismu detoxikovat se. Vitavite®, Vitatone®, Minemax® – vitaminové a minerální přípravky s informační složkou

úvodník

Poprázdňinové zamyšlení

Letošní léto ve firmě Joalis se neslo především ve znamení letních škol, a tak bych vzpomínkou na ně chtěla začít i tento úvodník. Účastníci Letní školy v Táboře mohli z úst pana doktora Jonáše zaslechnout myšlenku, že člověk je rosol. Pro filozofa hledajícího definici člověka je to idea bezesporu velmi zajímavá. Pokud jste tuto přednášku neslyšeli, odpověď na otázku „Jak to pan doktor myslel?“ najdete v článku s názvem Základní regulace podle Pischingera.

Jiná věc ovšem je, že se tak nějak pomalu stáváme „rosolem“ i vzhledově. V roce 2006 jsme mezi státy Evropské unie obsadili druhé místo ve výskytu obezity. Se špatnou stravou a nedostatkem pohybu souvisejí i další smutné statistiky: nejčastější příčinou úmrtí

Obsah

téma měsíce	Žilní systém a jeho detoxikace	3
psychika & detoxikace	Hyperaktivní dítě X	5
galerie preparátů	VasoDren	6
příležitostné	Spíte dobře?	7
příležitostné	Za ucpávání cév může stres	7
psychika & detoxikace	Hudba je nejmocnějším vzdělávacím nástrojem	8
orgány čínské pentagramu	Tlusté střevo	8
příležitostné	Rakovina – nemoc 21. století	10
	Máme světové prvenství	10
	Objeven enzym šířící rakovinu v těle	10
	Epidemie rakoviny?	11
	Nákaza rakovinou čípku hrozí i malým dívkám	11
	Léky na rakovinu jsou na dohled	11
naše reportáž	Letní škola v Táboře	12
psychika & detoxikace	Toxičtí lidé XII	12
lidské emoce & pentagram	Agrese, vztek	14
naš komentář	Základní regulace podle Pischingera	15
příležitostné	Obezitu dědí dcera po matce, syn po otci	15
portrét	Marie Šafránková	18
příležitostné	Kletba místo analgetik	18
naše reportáž	Letní škola na Slovensku	19
naše reportáž	Vzpomínky z Letní školy v Polsku 2009	20
mikrobiologie	Candida albicans	20
za zdravím na zahrádku	Dobromysl obecná, ostropestřec mariánský	22
zdravě & chutně	Špenátovo-špaldové lívance, cizrnový salát	23
kalendář akcí	Připravované akce	24

Foto na titulní straně Mgr. Petra Kotková

v České republice jsou nemoci oběhového systému a v počtu případů rakoviny tlustého střeva máme dokonce světové prvenství. I o těchto tématech je náš bulletin.

Na přednáškách v Táboře zazněla ještě jiná zajímavá myšlenka. Krokodýli jsou plazi staří asi dvě stě milionů let. Jejich evoluční výhoda spočívá v tom, že nemají emoce. Neznají závist, vztek ani výčitky svědomí, netrápí se tím, co udělali, neudělali, mohli či měli udělat. Tím není řečeno, že by člověk neměl mít emoce – ztratil by tím to, co ho dělá člověkem. Avšak bohužel právě emoce nakonec stojí vždy v pozadí našich zdravotních problémů.

Řešení existuje našťástí hned několik, stačí jen si vybrat. Psychologové například doporučují poslouchat hudbu: určité skladby pomáhají zklidnit se a lépe se soustředit a celkově zlepšují duševní schopnosti. Ještě lepší ovšem je, když hudbu sami provozujete. Se svými emocemi můžeme také aktivně pracovat, jak píše pan inženýr Jelínek ve svém článku, a negativní emocionální programy je samozřejmě možné ovlivňovat i pomocí detoxikačních kapek. O přiměřené pohybové aktivitě a vyváženém zásobení organismu všemi potřebnými látkami asi není třeba hovořit.

Statistická data nejsou neměnná a jejich osud je v našich rukou. Otázka tedy nezní, jestli můžeme, nebo nemůžeme něco udělat, ale jestli chceme, anebo nechceme...

Mgr. Petra Kotková

■ téma měsíce


Žilní systém a jeho detoxikace

V tomto čísle našeho informačního bulletinu se zmiňujeme o preparátu VasoDren, což je preparát vhodný pro detoxikaci části kardiovaskulárního systému (arterií), a proto pokládám za vhodné, abychom vytvořili alespoň trochu ucelenou představu o fungování kardiovaskulárního systému a jeho toxické problematice. Nyní se tedy budeme věnovat žilnímu systému.

V učebnicích pro základní školy se uvádí, že v žilním systému proudí krev, která se zbavila ve tkáňích kyslíku. Tato krev se žilním systémem dostává do srdce a plic, kde je okysličována, aby opět roznesla kyslík ke všem buňkám našeho organismu. Představa krve jako tekutiny, která roznáší kyslík, je velmi naivní a vhodná opravdu jen pro první stupeň vzdělávacího systému. Ve skutečnosti krev jako taková nemá přímý vztah k trubicím, ve kterých proudí, tedy k arteriím a vénám.

Žíly mají jinou anatomickou skladbu než tepny, a proto trpí také jinými zdravotními poruchami. Stěna žíly je relativně tenká a chudá na svalovinu oproti stěně arterií, kde hraje svalová vrstva daleko důležitější úlohu. Tato „konstrukční vada“ v žilním systému má u člověka často fatální důsledky, protože hydrostatický tlak, který působí na žíly dolních končetin ve vzpřímené poloze, je značný. Člověk se ke své smůle obvykle pohybuje vzpřímeně (až na krátké období ležení po čtyřech), a to znamená, že jeho pojivový aparát, lymfatický systém a žilní systém dolní části těla trpí. V žilách se nacházejí chlopně, které zabraňují zpětnému toku krve, takže krev, která je poháněna stahy svaloviny žilní stěny, ale také stahy kosterního svalstva, nemůže proudit nazpět. Srdce, které vypuzuje krev do arteriálního systému, nemá na pohyb žilní krve nijak významný vliv. Střídavé stahy a uvolnění svalstva dolních končetin, pohyby končetin v kloubech a stahy samotné svalové vrstvy žilní stěny, to vše tvoří pumpu, která vytlačuje krev z dolních končetin směrem k srdci.

Žilní systém je velmi bohatý a nachází se v něm trvale asi šedesát procent krve. Nejčastější poruchou žíly je žilní nedostatečnost, která vzniká roztažením žilní stěny. Kvalita žilní stěny je velice závislá na genetických faktorech a na věku. Kombinací těchto faktorů dochází k vytažení žilní stěny a k selhávání funkce chlopní a krev se kyvadlově pohybuje sem a tam. Vznikají primární varixy neboli křečové žíly. Čím jsou genetické dispozice horší, tím snadněji dochází k tvorbě varixu. Vznik varixů přímo ovlivňuje rovněž těhotenství a tělesná nadváha. V poškozené žíle vzniká zánět (varikoflebitida), tento zánět může přejít ve flebotrombózu (tvorbu trombu). Žilní nedostateč-



nost vede k prosakování tekutiny skrz žilní stěnu a následně ke tvorbě otoků. S tekutinou však odcházejí i jiné látky, např. bílkoviny, čímž nastávají změny okolní tkáně. Dojde k tzv. fibróze (vazivové změny), postupně i ke kožním změnám a nakonec vede nedostatečné zásobení kůže kyslíkem k tvorbě vředů neboli otevřených ran způsobených rozpadem kůže a podkožní tkáně.

V hlubokém žilním systému se vytvářejí záněty a tromby, které jsou nebezpečné, protože se mohou odtrhnout a způsobit embolii tím, že jsou krví zaneseny nejčastěji do plic, kde ucpou některou cévu. Podobné procesy však mohou probíhat i v mozkovém žilním systému a pak mohou vést k náhlé mozkové příhodě (ictus). Tromby se ale mohou nacházet i v jícnových žilách, je-li průchod žilním systémem jater poškozen probíhající cirhózou nebo jiným závažným jaterním onemocněním. V tom případě hrozí protřžení jícnového varixu a vykrvácení. Poruchy žilního systému tedy nemůžeme brát na lehkou váhu. Popsané onemocnění je velmi časté, vlivem věku a nadváhy riziko prudce stoupá.

Oprava

V červencovém čísle bulletinu byl v článku Lupus erythematodes a detoxikace omylem uveden chybný název preparátu OssaDren – správně OsteoDren. Za chybu se omlouváme.

Žilní stěna může být poškozena i vzácnějším autoimunitním onemocněním, které vede k poškození stěny kterékoliv žíly v lidském organismu. Často to bývá tzv. portální žíla neboli třetí jaterní oběh (portální žíla přivádí krev ze střeva do jater). Nezřídka se lékaři mohou setkat i s trombem dlouhým až 50 cm; vlaje pak v žilním řečišti a hrozí jeho odtržení.

Žilní systém, zvláště žilní systém dolních končetin, je úzce propojený s lymfatickým systémem prostřednictvím četných spojek, které předávají krevní plazmu do lymfatického systému. Tyto spojky fungují zároveň jako pojistka, podobně jako slavná Krčínova Nová řeka na Třeboňsku, která jistí kraj před povodněmi z Lužnice tím, že odvádí vodu do Nežárky.

Je vhodné také vědět, že se z krve tvoří tzv. tkáňový mok. Tkáňový mok zajišťuje výměnu vody, látek a plynů mezi plazmou a tkáněmi. Tvoří se na základě tlaku v kapilárním systému. Jestliže stoupá žilní i tepenný tlak, zvyšuje se i tlak v kapilárách a vzniká větší množství tkáňového moku, což vede k otokům a celkovému zavodnění mezibuněčného prostoru. To je další z problémů, na kterém se podílí oběhový systém a který postihuje značnou část lidstva.

Abychom dobře pochopili také význam toxinů v kardiovaskulárním systému, musím se zmínit o jednom orgánu, který je jeho významnou součástí. Jedná se o tzv. endotel, což je výstelka, která pokrývá celý kardiovaskulární systém. Tato výstelka se skládá z jediné vrstvy buněk a vytváří rozhraní mezi krví a stěnou cévy. Endotel však není pouhým „teflonem“, který by měl tzv. nepřilnavé vlastnosti a nedovolil buňkám krve se na něm zachytávat, ale představuje skutečně multifunkční orgán s velmi širokým spektrem aktivit. Kontroluje významné procesy

v cévním systému, např. propustnost cévních stěn, napětí cévních stěn či průchodnost cévy. Aktivuje se také při poranění a reguluje ucpání rány destičkami, fibrinem a dalšími látkami, které zabrání úniku krve. Endotelové buňky uvolňují kyslíčnický dusnatý (NO), který reguluje krevní tlak i průchod tekutin cévní stěnou. Endotel produkuje i další látky, jako prostacyklin nebo endotelin. Endotel tedy ve zdravých cévách slouží jako protisrážlivý orgán a jako orgán ovlivňující průchodnost cév. Arterioskleróza je vždy charakterizována poruchou endotelu a obdobně je výrazem poruchy endotelu v žilním systému tvorba trombů neboli přichytávání fibrinů a krevních destiček na žilní stěnu.

Nyní, když jsme si vysvětlili, jak cévní systém funguje, snadno usoudíme, že toxiny, které se v žilní stěně usazují, vedou k poruše její funkce a k výše popsaným potížím. Toxiny se usazují především ve vazivové vrstvě žilní stěny a ve vrstvě endotelové. Hlavní úlohu tu hraje dědičnost, ostatní faktory, jak jsme si říkali, jsou víceméně podružnější, ačkoliv nadváhu nelze podceňovat, protože zvyšuje ortostatický tlak a zatížení dolních končetin.

Žíla jako taková spadá do sféry vlivu srdce jakožto mateřského orgánu kardiovaskulárního systému. Avšak protože jsou v žilní stěně i jiné tkáně, jako je např. vazivo, bude ve hře ještě další mateřský orgán – slezina. Slezina rovněž ovlivňuje svalovou složku. Hlavními detoxikačními preparáty pro žilní systém jsou tedy CorDren a VelienDren, doprovodnými preparáty pak VenaDren a Mezeg. Kardiovaskulární systém však spojuje mnoho tkání a orgánů v celém organismu, a tak musíme počítat i s dalšími vlivy. Dobré zkušenosti mám s provedením kompletní detoxikace, ve které využijeme i UrinoDren

pro detoxikaci urologického systému a LiverDren pro detoxikaci jater. V poškozené žilní stěně se ukládají toxické kovy (preparát Antimetal), nezanedbatelné jsou také např. důsledky kouření (preparát Antidrog). Relativně častějším problémem může být i součinnost autoimunitní poruchy – v tom případě využijeme preparáty Cranium, LiverDren a Mezeg.

Jednoduše řečeno – je velmi důležité zabránit zánětům v žilním systému, které oslabují žilní stěnu a porušují endotel. Poškozenou žílu s vytahanou žilní stěnou již neopravíme a tvar jí zpátky nevrátíme. Můžeme však zlepšit prokrvení perivaskulárních tkání a kůže, a tak výrazně přispět k zahojení bércevého vředu. Protože spodina tohoto vředu je vždy infikována, snažíme se najít i mikrobiální zátěž, kterou odstraníme obvykle preparátem NoBacter; přítomny však mohou být i plísně.

Kardiovaskulární systém je skutečně velmi komplexním systémem, se kterým se setkáme v kterékoliv části našeho organismu. Jeho rozdělení na srdce, arterie a žíly je vhodné pouze pro školní výuku; pro detoxikaci ale musíme tyto části pokládat za jednotný celek. Vzhledem k propojenosti s dalšími tkáněmi a orgány pak tvoří nejkomplexnější systém, v němž proudí nejdražší tekutina tohoto světa.

V krvi se nachází mnoho důležitých látek a buněk a z tohoto důvodu je detoxikační péče o kardiovaskulární systém (venózní systém) jednou z nejobtížnějších v detoxikační medicíně a cílená práce s ním je velmi složitá. Detoxikace pro bércevé vředy, tromboflebitidy a nakonec i autoimunitní záněty žilního systému je velmi účinná, a proto věnujme této kapitole velkou pozornost.

MUDr. Josef Jonáš

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

telegraficky

Hamburgery způsobují astma

Hamburgery z rychlého občerstvení způsobují u dětí nadměrnou dušnost. S tímto objevem přišli podle agentury MeDitorial novozélandští lékaři. Hlavním viníkem je podle nich sůl. Jeden hamburger obsahuje 579 mg soli, což o 179 mg překračuje doporučenou dávku pro děti na celý den. Vliv soli na vznik astmatu je navíc stejný u štíhlých i obézních dětí. Novozélandští lékaři testovali děti ve věku zhruba 11 let, u kterých prováděli kožní testy a protizátěžový test plicní funkce. Děti dále vyplňovaly dotazník týkající se jejich stravy a byl jim vypočten Body Mass Index. Závěry odborníky pořádně překvapily. Alergolog K. Wickens zjistil, že děti, které nikdy nejedly hamburgery, mají výrazně nižší riziko dušnosti než ty, které si tuto pochoutku dopřávají pravidelně.

Zdroj: Aha! 12. 12. 2008

Gen dlouhověkosti

Gen, který má přímou souvislost s dlouhověkostí, objevili němečtí vědci z univerzity v Kielu. Prozkoumali vzorky DNA 388 lidí, kteří dosáhli vyššího věku než sto let, a zjistili, že většina těchto lidí má zvláštní typ genu FOXO3A. Jiné pokusy dokázaly, že tento gen přímo souvisí s délkou života, a to nejen u lidí, ale i u dalších živočichů.

Zdroj: 100+1, 13/2009

Jak omezit dětský stres

V průběhu 20. století prodělal rodinný život obrovské změny. Především je to přechod od třígenerační rodiny k rodině nukleární a snížení počtu dětí. Současná městská rodina má v průměru jedno až dvě děti.

Za druhé se změnila struktura rodiny, zvýšila se autorita matky. Metody výchovy v současných rodinách jsou méně autoritativní.

Jednou z nejdůležitějších společných příčin těchto jevů je změna základních společenských hodnotových orientací, v jejichž centru se nyní místo rodiny jako celku nachází jedinec, individuum.

Každý člen rodiny je neopakovatelnou, jedinečnou, unikátní osobností, která může být užitečná pro svoji rodinu i pro celou společnost. Nehledě na mnoho společných rysů má každý rodinný příslušník svoji vlastní, odlišnou povahu, své unikátní osobnostní rysy, své vlastní záliby, koníčky, životní cíle.

Každý člen rodiny, včetně dětí, má své místo ve struktuře rodinných vztahů, svá práva a povinnosti. Čím je dítě starší, tím větší je rozsah jeho práv, povinností a odpovědností, které přebírá. S růstem dítěte se mění i struktura rodinných vztahů, což může vyvolávat dočasné potíže, zejména v období dospívání, kdy se dospívající postupně „odpoutává“ od rodiny a získává větší nezávislost.

Každé dítě je členem rodiny, skupiny přátel a známých, školního kolektivu. To znamená, že je velmi důležité nejenom dát najevo své vlastní city a přání, ale také naučit se být vnímavým a citlivým vůči jiným lidem, umět poslouchat, snažit se pochopit jejich city, případně jim pomoci.

Příčinou špatné komunikace v rodině nebo s přáteli je nejčastěji nezáměr a nepozornost vůči projevům citů ostatních lidí, neschopnost nebo neochota jim naslouchat, orientace jenom na sebe sama bez ohledu na city a přání jiných lidí (například agresivní způsob vyjadřování svých negativních citů – křik, zvyšování hlasu). K dobré komunikaci nevede ani obviňování ostatních nebo negativní neverbální projevy (zamračenost, projevy hněvu). Častými důsledky špatné komunikace jsou pak konflikty v okolí, pocity podrážděnosti, výbušnost a zlost.

Hovořte se svým dítětem, naslouchejte mu, respektujte jeho osobnost, nekladte na něj neúměrné požadavky. Důraz na tvrdou soutěživost a vysoké výkony zvyšuje úzkost dítěte a snižuje jeho ochotu pomáhat a laskavost, tedy svým způsobem podporuje bezohlednost vůči tomu druhému.

Zejména předškolní děti mají být za splnění úkolů nebo získání nových dovedností chváleny.

Rodiče musí dávat najevo, že přijímají a uznávají své dítě bezvhradně a za všech okolností, že nehledě na jeho neukázněné chování či problémy ho mají rádi. Bylo prokázáno, že přísné, bezcitné

tělesné tresty zvyšují dětskou agresivitu. Aby dospělý lépe chápal svět dítěte, někdy stačí zavzpomínat si na vlastní dětství...

Hyperaktivní děti nemají rády změnu a nedokážou snadno a rychle přecházet od jedné činnosti ke druhé. Proto potřebují pravidelný rozvrh, který jim dodává pocit bezpečí a řádu. Součástí každého dne by měla být zájmová činnost a zábava, kterou lze rovněž využít jako odměnu. Rodiče by se měli dítěti pravidelně věnovat.



Vaše pravidla a požadavky vůči dítěti mají být velmi jasné a přesné – v kolik hodin chodí spát, kdy musí uklízet pokoj, kam může jezdit na kole. Dbejte na důsledné dodržování těchto pravidel, i za cenu neustálého opakování.

Každé dítě by mělo mít svůj vlastní pokoj nebo dětský koutek, který je jen jeho a kam se může uchýlit. Dětský pokoj by měl svým vybavením podněcovat dítě ke smysluplné činnosti a k vlastním aktivitám.

Domov je psychickým útočištěm, kde hledá civilizací štvaný člověk uvolnění a ztracený mír v duši. Celková atmosféra obydlí vyjadřuje majitelovu osobnost, jeho přání a představy o světě. Bohužel často ani návrat k domácímu krbu a celý způsob bydlení nezahojí každodenní stresy a mrzutosti. Mnoho domácností zatěžuje děti přemírou věcí a podnětů, například hlukem. Vysavač, rádio, televize, hudba ve vedlejším pokoji, poněkud hlučnější rozpravy u sousedů nebo na chodbě, hluk z ulice se mohou stát pověstným „posledním hřebíčkem“ v návalu nejrůznějších stresorů. Dítě, které si potřebuje doma odpočinout od podnětového chaosu mimo domov, se vystavuje v domácím prostředí další změti neuspořádaných a často škodlivých vjemů.

Většina dětí je soustavně přetěžována nejenom hlukem, ale také informacemi. Stačí nechat běžet televizi či rádio v průběhu celého dne. Kupodivu schopnost vnímat nové podněty se nezvyšuje, ale poklesne, protože energie velkého množství podnětů je rozdrobena, dítě nevnímá a nezaměřuje pozornost na takovou informaci, která může být důležitá. Důsledkem takového celodenního psychologického znečištění mohou být především poruchy pozornosti, projevy hyperaktivity, bolesti hlavy, poruchy spánku, únava a paradoxně pocit nudy a prázdnoty. Tento pocit má parametry bludného kruhu – pocit nudy a nespokojenosti nutí vyhledávat další přetěžující, v podstatě zbytečné podněty a někdy obsahuje i prvky závislosti na „přesyceném prostředí“. A tak se dítě snaží utéct do přeplněných ulic a obchodů nebo do videopůjčoven, ačkoliv má doma několik desítek televizních kanálů.

Tento problém je ožehavější, než by se mohlo zdát na první pohled. Závislost na přesyceném prostředí totiž daleko častěji ohrožuje děti a dospívající. Například závislost na hracích automatech vzniká tehdy, když se běžný život zdá být fádni, neuspokojivý, bez

prvků vzrušení a napětí. Rodiče by se měli zamyslet nad tím, jestli doma vytvořili pro své ratolesti hodnotné a smysluplné prostředí, prostor pro rozvíjení tvořivých nápadů a hravosti dítěte, což je pro toto věkové období zcela normální a žádoucí. Má vaše dítě vlastní knihovničku? Nebo možnost vylepovat si plakáty svých idolů? Zamysleli jste se nad tím, že i do paneláku lze pořídit ribstol?

Dospělí a starší lidé ve většině případů potřebují domácnost, která je „oázou“ klidu, pohody, uvolnění a odpočinku. Zvláště ve městech bývá tato potřeba velmi silná. Naopak děti a dospívající potřebují aktivizující prostředí vhodné po hru a tvořivé činnosti, otevřené návštěvám, přístupné změnám podle okamžitých potřeb, poskytující pocit větší osobní svobody, samostatnosti a improvizace. Potřeby každého jedince při zařízení bytu a chodu domácnosti by se měly respektovat.

*Zdroj: MUDr. J. Jonáš, MUDr. D. Stehliková:
Hyperaktivní dítě – přírodní léčení
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz*

galerie preparátů

VasoDren

Hic sunt leones. Tímto prohlášením bývala zaplněna bílá místa na mapách. Zde jsou lvi: tak zněla výmluva na nedokonalost starověkých map a neznalost jejich autorů. Řečtina i latina z našeho jazyka mizí, a tak ve firmě Joalis nebudeme nahrazovat chybějící preparáty lahvičkami s tímto latinským pořekadlem. Bílá místa na mapách byla postupně zaplňována a dnes by se takový nápis do žádného atlasu nevešel. Přesně stejným způsobem postupujeme i v detoxikační medicíně: chybějící detoxikační postupy pro jednotlivé orgány zaplňujeme. Jedním z posledních orgánů, jež bylo potřeba dořešit, jsou arterie.

Cévní systém (či lépe kardiovaskulární systém) je složen ze srdce, tepen a žil. Každý z těchto orgánů má jinou funkci a jiné anatomické složení. Proto i detoxikace jednotlivých orgánů kardiovaskulárního systému má své odlišnosti. Arteriální stěna má složitou skladbu, ve které bychom našli výstelku, vazivové vrstvy i svalovinu. Kvůli svému anatomickému uspořádání a složité funkci trpí velmi častými poruchami, a proto se kardiovaskulární systém stává nejohroženějším systémem našeho organismu vzhledem k zachování života. V arteriálním systému nalezneme kromě tkání, které jsem zjednodušeně popsal, ještě velice bohatou nervovou síť, která funkci arterií významně ovlivňuje. Z hlediska zdraví je

pochopitelně nejdůležitější vnitřní vrstva cévy, tzv. *tunica intima*, což je jednovrstevný epitel vystýlající cévu. Tato vrstva má za úkol mj. vytvářet nesmáčivý povrch, který má podivuhodné vlastnosti: na zdravém endotelu se neuchytí žádné součásti kolující v krvi. Tato nesmáčivá vrstva má však i aktivní vlastnosti – brání srážení krve na svém povrchu a působí na hladké svaly arterie, které cévu mohou roztáhnout (dilataovat) nebo sevřít (tj. působit konstriktivně). Tento proces je spuštěn látkami vylučovanými buňkami arterie; konkrétně se jedná o oxid dusnatý (působí vazodilatačně) anebo endotelin (působí vazokonstriktivně). Oxid dusnatý je velmi populární plyn, který je hlavním účinným agens známé Viagry. Na arterii působí i řada jiných látek, např. acetylcholin, antidiuretický hormon, angiotenzin, bradykinin a další.

Arterie v důsledku své funkce vykazuje dvě nejdůležitější poruchy: 1. porucha endotelu a vytváření defektů v této vrstvě, které vedou k postupnému ucpávání arterií (arterioskleróza); 2. porucha regulace průsvitu arterie, což vede ke vzniku vysokého krevního tlaku (esenciální hypertenze). Plocha endotelu v arteriích je obrovská, jen kapilární systém by rozvinutý zabral plochu 1000 m².

Detaily o stavbě a funkci arterií uvádím proto, abychom si mohli uvědomit, že detoxikační preparát, který by zvládal všechny poruchy funkce arterií, nemůže vzniknout, protože arterie jsou příliš široce zapojeny do vlivů celého organismu. Jejich funkce je ovlivňována hormony dřeně nadledvinek, nervovým systémem, hormony neurohy-



pofýzy, ledvinovými hormony, kostní dření a dalšími orgány. Proto bude detoxikace arterií vždy komplexní záležitostí.

Arterie spadají pod mateřský orgán srdce, ale jak již bylo řečeno, zásadní vliv má i hypotalamus, hypofýza, nadledvinky, ledviny, játra. Preparát VasoDren bude tedy vždy jen doplňkový preparát k celému postupu detoxikace kardiovaskulárního systému, který je systémem velmi kompaktním a uceleným.

Je namístě, abych podrobněji rozebral různé detoxikační postupy, které budou mít na arteriální systém vliv. Játra ovlivňují tukový metabolismus, přičemž cholesterol i triacylglyceroly mají velmi důležitý vliv na zachování vlastností endotelu. Podle tradiční čínské medicíny však játra ovlivňují také vše, co se svírá, stahuje, zhušťuje, co souvisí s konstrikcí. Tímto způsobem ovlivňují játra i arteriální systém, a to prostřednictvím autonomního nervového systému. Například migréna je dávana do souvislosti s konstrikcí cév v mozku, játra

Děti trpící tzv. hyperkinetickým syndromem (ADHD, Attention Deficit Hyperactivity Disorder), který kombinuje deficit pozornosti s hyperaktivitou, stejně jako lidé s depresí zažívají oproti průměru až pětkrát častěji poruchy spánku. Dosud se mělo za to, že tyto problémy se spánkem jsou důsledkem psychických poruch, nyní však vědci přišli s názorem, že je tomu naopak. Nejnovější výzkumy prokázaly, že u lidí, kteří pětadvacet hodin trpěli spánkovou deprivací, docházelo k vyšší aktivitě v amygdale (což je část mozku reagující primitivně na citové podněty), a to o šedesát procent. Zároveň byla oslabená komunikace mezi amygdalou a prefrontálním kortexem, který výbuchu primitivních citů brání.

Pokusy ukázaly, že jediná probdělá noc může mít za následek únavu, někdy až depresi, nespolečenské chování, sníženou aktivitu a neschopnost podávat plný pracovní výkon; imunita se snižuje až o třicet procent. Trvá-li špatné spaní delší dobu, reaguje organismus tak, jako by byl napaden virem. Snižuje se svalová schopnost, hladina cukru v krvi je hůře regulovaná, tělesná teplota klesá. Objevují se psychické potíže, někdy i poruchy. Špatný spánek také prudce zvyšuje hladinu stresových hormonů v těle, které pak ve dne vedou k úzkostným stavům a depresím. Člověk může být neklidný, citlivý, vznětlivý, někdy až paranoidní.

Špatný spánek tedy může podstatným způsobem zhoršit jak fyzický, tak psychický stav člověka. Nezáleží přitom na tom, zda jste „jen“ špatně spali nebo zda jste nešli spát vůbec.

Zdroj: 100+1, 10/2009

budou mít poměrně důležitý vliv i na vysoký krevní tlak. Preparát LiverDren tedy využijeme i ke zlepšení funkce arteriálního systému, a to nejen z hlediska lipidů kolujících v krvi, ale i z hlediska funkce arterií.

Hypotalamus řídí jak nervový, tak i hormonální systém. Autonomní nervstvo řízené hypotalamem (který velmi silně podléhá vlivu mozkové kůry a emocionálních mozkových struktur) je tedy důležitým regulačním mechanismem krevního oběhu. Cranium, Hypotal, Supraren, Emoce, Streson, to jsou preparáty, které rovněž promlouvají do funkce arteriálního systému. Vzhledem k tomu, že (jak již bylo řečeno) je arteriální systém nejohroženějším systémem našeho organismu, je široké spektrum detoxikačních preparátů namístě. Ohroženost arteriálního systému není dána jenom jeho nedokonalým anatomickým uspořádáním, ale především tím, že je tento systém velmi ovlivňován mnoha orgány a velice citlivě také našimi emocemi. Ne nadarmo se srdce a s ním i vaskulární systém spojuje s emocemi. Do tohoto systému se také vždy lokalizovalo mnohé z našich citových prožitků.

Funkci arteriálního systému dále ovlivňují ledviny, využijeme tedy preparát UrinoDren. Protože je mateřským orgánem srdce, základním doprovodným preparátem k VasoDrenu bude Cordren.

VasoDren je preparát, který v budoucnu ještě projde procesem zlepšování

funkce a kompletizování účinnosti. Arterie a jejich poruchy jsou tichým zabíjákem: nebolí, a tak zůstávají poněkud stranou zájmu většiny lidí. Pro svůj arteriální systém však můžeme něco udělat. Ústředním bodem je strava, především tzv. středomořská kuchyně s pokrmy z ryb, které jsou bohaté na omega kyseliny, a olivovým olejem či vínem, jež obsahuje velmi účinné antioxidanty. Lze říci, že je to velmi příjemné ošetření kardiovaskulárního systému, které však zatím nevede k takovému zlepšení, jaké by si lidstvo představovalo. Musíme hledat další způsoby, jak kardiovaskulární systém ošetřit a jeho detoxikace se k tomuto účelu přímo nabízí.

VasoDren tedy využijeme nejen jako preventivní preparát v celém systému detoxikační medicíny, ale také pro detoxikaci především arteriosklerotických poškození. Hypertenzní chorobu budeme spíše detoxikovat jinými preparáty, jak již bylo v článku uvedeno. V úvahu přichází i autoimunitní onemocnění arteriálního systému (vaskulitis autoimunitní), kde bude VasoDren rovněž důležitou součástí komplexní detoxikace. Myslím, že v nejbližší budoucnosti bude velmi prospěšný balíček pro prevenci kardiovaskulárních onemocnění, a na nás je, abychom pozitivně ovlivnili skeptický postoj společnosti vůči prevenci poruch arteriálního systému.

MUDr. Josef Jonáš

Za ucpávání cév může stres

Ateroskleróza je zákeřná nemoc, protože postupuje nenápadně a nebolí, ale její důsledky mohou být až život ohrožující.

V buňkách hladké svaloviny ve stěnách cév se nejprve usazují tukové kapénky. Následně se tuky a cholesterol ukládají i mimo svalové buňky, v cévní stěně se hromadí vápenaté soli. V této usazenině (tzv. aterosklerotický plát) pak dochází k zánětu. Některé buňky hynou, céva se začíná zužovat. Pokud aterosklerotický plát pukne, sráží se na něm krev a vytvořený chuchvalec může cévu zcela uzavřít. Důležitou roli zde mají mrtvé buňky uvnitř aterosklerotického plátu. Ty uvolňují do okolí látky narušující povrch plátu a tím zvyšují riziko jeho prasknutí.

Tým lékařů vedený Irou Tabasem z newyorské Columbia University provedl pokusy s geneticky upravenými myšmi a došel k závěru, že masovou smrt buněk v cévě stíženě aterosklerózou má na svědomí stres. Stresované buňky v aterosklerotickém plátu totiž produkují velká množství bílkoviny CHOP, která ovládá funkci řady genů. Nabuzení těchto genů vede k masakru svalových buněk ve stěně cév.

Zdroj: Lidové noviny, 29. 5. 2009

Hudba je nejmocnějším vzdělávacím nástrojem

Platonův citát, který jsme použili jako titulek k tomuto článku, je starý více než dva tisíce let. Již tehdy lidé věděli, že hudba má na člověka velký vliv.

V současné době je tento způsob, jakým hudba člověka ovlivňuje, předmětem mnoha výzkumů. Psychologové z irvinské univerzity v Kalifornii prokázali, že u čtyřletých dětí, které se po šest měsíců učily hrát na klavír, se o 34 % zvýšily intelektuální schopnosti v oblasti vnímání času a prostoru. Vědci vysvětlují, že pokud se věnujeme učení tak komplexní činnosti, jako je hudba, cvičíme si velmi rozsáhlé oblasti mozku.

Gottfried Schlaug z Harvard Medical School se svým týmem zase zkoumal šestileté děti v oblasti Bostonu, které necvičí na žádný hudební nástroj. Patnáct z nich následně začalo navštěvovat každý týden lekce hry na klávesy a vědci je po dobu patnácti měsíců sledovali. Šestnáct dětí dál zůstávalo bez hudebního vzdělání. Vědci porovnávali činnosti jejich mozku pomocí magnetické rezonance. Zjistili, že u mladých muzikantů

narůstaly oblasti mozku spojené se sluchem a zručností. Ti na konci tréninkového období překonali netrénované děti v plnění specifických úkolů souvisejících jak s manuální zručností, tak s rozlišováním zvuků.

Studie se zaměřují také na to, jaké účinky má která hudba. Hudba W. A. Mozarta a hudba barokních autorů je bohatá na symetrii a opakující se motivy, které posilují duševní schopnosti. Vědci uvádějí, že díla G. F. Händla, A. Vivaldiho, J. S. Bacha, A. Corelliho či G. P. Telemanna stimulují obě mozkové he-



dela, A. Vivaldiho, J. S. Bacha, A. Corelliho či G. P. Telemanna stimulují obě mozkové he-

orgány čínského pentagramu

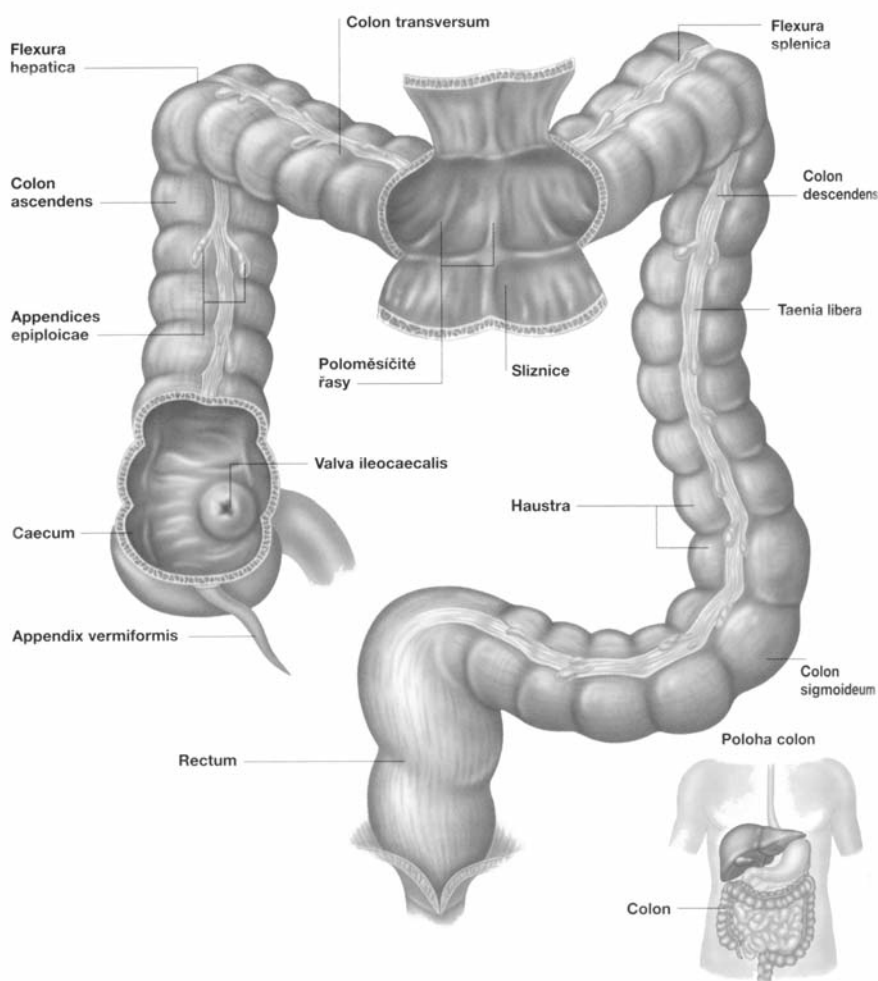
Tlusté střevo

V minulých číslech bulletinu informační medicíny jsme probrali pět základních orgánů čínského pentagramu – srdce, slezinu, plíce, ledviny a játra. Jsou to takzvané primární (hlavní) orgány pentagramu. Jím jsou podřízené další orgány a těm se budeme věnovat v následujících dílech seriálu.



Tlusté střevo je orgán podřízený plicím. Okruh orgánů plic, jehož je tlusté střevo součástí, obecně souvisí s vůlí (a tedy s tím, že se mi chce něco udělat, nebo naopak nechce). Nedostatek vůle vede k propadům nálad a k pocitům méněcennosti, může vést až k depresi.

Tlusté střevo tvoří poslední úsek zažívacího traktu. Jeho délka je přibližně 1,5 m. Na rozdíl od tenkého střeva se v něm živiny vstřebávají daleko méně. Sliznice tenkého střeva totiž obsahuje klky, záhyby, které mají za úkol maximálně zvětšit vstřebávací povrch střeva. Sliznice tlustého střeva však zase obsahuje velké množství žlázek produkujících hlen (hlen je proteinová látka naprogramovaná v genomu člověka). Tento hlen chrání stěnu tlustého střeva před poškozením látkami, jež vznikají při biologických pochodech probíhajících v tlustém střevu při konečném zpracování potravy a vzniku stolice.





misféry, které se díky tomu aktivují a navzájem se doplňují. To pomáhá zklidnit se a lé-

jí za to, že k tvoření nových nervových spojení je nevhodnější Mozartova hudba.

pe se soustředit. Díky diagnostickým metodám, jako je magnetická rezonance a tomografie, se podařilo prokázat, že poslech barokní hudby (nebo jiné hudby zachovávající rytmus šedesáti úderů za minutu) v prvních letech života posiluje nervovou síť v mozku dítěte, stimuluje jeho tvořivost a ty oblasti mozku, které podporují motivaci. Dokonce se zdá, že taková hudba může přispívat k zachování milionů buněk, kterými jsme obdařeni po narození a které by odumřely, kdybychom jich nevyužívali.

Don Campbell, autor řady knih o účincích hudby na rozumové schopnosti, patří k velkému počtu odborníků, kteří ma-

Konkrétně Don Campbell doporučuje:

- V těhotenství: Kvartet pro smyčce d moll (K 421), Koncert pro lesní roh Es dur (K 417), Smyčcový kvartet č. 11 (K 171), Andantino.
- V prvních 18 měsících: Symfonie č. 25 g moll (K 183), Andante, Kvartet č. 20 D dur (K 499), Adagio.
- Od 18 měsíců: Malá noční hudba (K 525), Rondo, Variace na Ah! Vous dirais-je, Maman (K 265).
- Od 6 let: Symfonie č. 6 (K 43), Andante, Symfonie č. 24 (K 182).
- Od 8 let: Houslový koncert č. 2 D dur (K 211), Symfonie č. 17 (K 120).

Zdroje:

Nessia Laniado: Jako od malička rozvíjet inteligenci dětí. Portál, Praha 2004,

Eva Bobůrková: Hodiny hudby prospívají mozku. Sanquis 65/2009

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

Tlusté střevo se nachází v břišní dutině a je v ní připevněno „pouty“ z vazivové tkáně. Navazuje na střevo tenké, mezi oběma těmito orgány se nachází **slépé střevo (caecum)**, z něhož vystupuje **červovitý přívěsek (appendix vermiformis)** mající délku zhruba deset až patnáct centimetrů. Appendix se nachází v pravé dolní části břišní dutiny. Obsahuje velké množství lymfatické tkáně, proto tento orgán řadíme spíše k okruhu orgánů sleziny.

Po slépém střevu následuje část zvaná **vzestupný tračník (colon ascendens)**, nacházející se v pravé části břišní dutiny. **Příčný tračník (colon transversum)** je nejvýše uloženou částí tlustého střeva a spojuje vzestupný tračník s **tračníkem sestupným (colon descendens)**, který se nachází v levé části břišní dutiny. Následuje **esovitá klička (colon sigmoideum)**, uložená v pánvi, a po ní **konečník (rectum)**, poslední úsek tlustého střeva, dlouhý okolo deseti centimetrů. Konečník ústí na povrch těla **řitním otvorem (anus)**.

Podle čínské medicíny je tlusté střevo „správcem nad stokami“. To znamená, že z něho odchází zbytek toho, „co bylo proměněno“ (jinými slovy vstřebáno) v tenkém střevu. Konečník se pak nazývá „bránou odpadků“.

V tlustém střevě se shromažďují zbytky nestrávené potravy. Z obsahu nestrávených zbytků se zpět do organismu vstřebává hlavně voda (a to zejména ve vzestupném tračníku), cukry a některé minerály. Obsah tlustého střeva se tím zahušťuje. Přes stěnu tlustého střeva se také vstřebává vitamin K produkovaný bakteriemi, které zde žijí.

Stolice je normálně tvořena ze tří čtvrtin vodou. Zbytek obsahuje kromě anorganických látek také průměrně okolo třiceti procent mrtvých bakterií, dvě až tři procenta bílkovin a deset až dvacet procent tuků pocházejících z činnosti bakterií a z oloupaných epitelů (povrchových částí vnitřní tkáně). Dále obsahuje nerozložené vlák-

ninové části potravy a zbytky trávicích šťáv (například žlučová barviva, která jsou mimo jiné odpovědná za barvu stolice).

V tlustém střevě žije obrovské množství anaerobních bakterií (tj. těch, které žijí bez přístupu vzduchu). Poměr jednotlivých druhů těchto bakterií je velmi individuální. Jejich druhová skladba i jejich aktivita pak určují složení plynů vznikajících během trávicích proce-

- **V tlustém střevě se nachází více bakterií než ve zbytku těla dohromady.**
- **Mikroflóra tlustého střeva zajišťuje až osmdesát procent některých trávicích procesů (zejm. trávení živočišných bílkovin a tuků).**
- **Červovitý výběžek tlustého střeva údajně pomáhal našim předkům trávit rostlinnou potravu.**
- **Všechny látky vstřebané z tlustého střeva procházejí játry; proto vše, co souvisí se střevem, souvisí zároveň i s játry.**
- **Tlusté střevo reflexně ovlivňuje i další orgány v lidském těle, mj. prostřednictvím vegetativních nervových vláken.**

sů v tlustém střevě, a tedy i zápach stolice, který je proto zcela individuální. Z bakterií žijících v tlustém střevě je asi nejznámější *Escherichia coli*. Tato bakterie patří mezi gramnegativní fakultativně anaerobní tyčky přitom tvoří pouze asi jedno procento všech bakterií žijících v tlustém střevě. Celkové množství všech bakterií je obrovské, může tvořit až padesát procent suché hmotnosti stolice!

Průchod tráveniny z tenkého střeva do tlustého až po vyprázdnění trvá obvykle dva až tři dny. Rychlost značně ovlivňuje složení potravy, zejména obsah vláknitých složek. Čím více vlákniny (nestravitelné složky potravy) potrava obsahuje, tím rychlejší jsou pohyby střev. Pro lepší peristaltiku můžeme tedy doporučit konzumaci potravin s velkým podílem vlákniny. Strava evropského člověka, Če-

chy nevyjímaje, však nestravitelných složek obsahuje jen malý podíl. Přitom je právě optimální pohyb v tlustém střevě důležitý pro ochranu jeho sliznic a značně souvisí i s výskytem rakoviny tlustého střeva, tedy s dobou kontaktu karcinogenů se sliznicí střeva.

Sliznice tlustého střeva patří mezi nejrychleji se obnovující tkáň lidského organismu, její regenerace trvá pět až sedm dní. Je zde tedy velké riziko vzniku nekontrolovaného dělení buněk (karcinogeneze) působením karcinogenů z potravy. Rakovina tlustého střeva je vůbec nejčastějším druhem nádorů u Čechů (v souhrnu za obě pohlaví). Zároveň je ale také nejvíce ovlivnitelným druhem karcinomu právě prostřednictvím množství a složení přijímané potravy.

Pohyby tlustého střeva můžeme rozdělit na místní a celkové (peristaltické), které pohybují tráveninou směrem ke konečníku. Regulace pohybů je převážně reflexní – tlak tráveniny na stěny tlustého střeva vyvolává jeho pohyby. Střevní peristaltika je ale také řízena vegetativním nervovým systémem (parasymptikem), nezávislým na vůli člověka.

Trávenina nakonec doputuje do rekta, kde začne postupně tlačit na jeho stěny a člověk pocítuje nucení na stolicí (tzv. defekační reflex). Samovolnému vyprazdňování konečníku brání dva svěrače – vnitřní a vnější. Vnitřní svěrač je vůlí neovlivnitelný, zatímco svěrač vnější ovlivnit vůlí lze. Při vyprazdňování oba tyto svěrače ochabují a zapojují se také břišní svaly a bránice. Na tlaku se podílejí též hrudní svaly při výdechu z plic a zavřené hlasivkové šterbině. (Zde také vidíme souvislost pohybu střev se správným dýcháním a pohybem plic, které jsou podle čínské medicíny pro tlusté střevo nadřazeným orgánem.)

Denně se vyloučí přibližně 100–300 gramů stolice v závislosti na charakteru stravy. Přírodní národy (například africké), které mají větší podíl nestravitelných složek v potravě, mají jednak rychlejší pohyb tráveniny ve střevech, jednak větší hmotnost stolice (až 500 gramů).

Detoxikace tlustého střeva patří k základním úkolům všech detoxikačních terapií, tedy i těch našich. Než vyjmenujeme preparáty, které jsou k detoxikaci anatomických struktur střeva vhodné, zmiňme se nejprve o tzv. metodách mechanických:

- Změnou jídelníčku a zvýšením množství přijímané vlákniny zrychlíme pohyb střev, a zajistíme tedy i pravidelnější „čištění“ střevní sliznice.
- Vhodným půstem dáme možnost anatomickým strukturám střeva zabývat se více vlastní regenerací než zpracováním přijaté potravy.
- Takzvaná „jaterní kúra“ je vlastně očistou jaterních žlučovodů a zároveň i očistou střev, protože projímadlo používané v této terapii spustí pohyb střev a tím často odejdou ze střeva útvary, které zde mohly zůstat i řadu let (tzv. střevní kameny). Jaterní kúra je popsána v knize MUDr. Jonáše „Praktická detoxikace“.
- Hydrokolon terapie spočívá v opakovaném výplachu střev vlažnou vodou pomocí speciálního přístroje. Doporučuje se provést několik výplachů za sebou, ideálně každý den jeden po dobu pěti dní za současného držení diety s vynečáním potravin, které tlusté střevo zatěžují.

Na detoxikaci tlustého střeva použijeme zejména tyto preparáty:

- Joalis ColiHelp
- Joalis Antichemik
- Joalis ColiDren
- a samozřejmě také preparáty
- Joalis Enternal
- detoxikující centrální nervovou
- Joalis Vegeton
- soustavu

Preparáty, které jsou určeny k detoxikaci střeva, nedetoxikují většinou od zbytků potravy (výše jsme zmínili například střevní kameny), nýbrž detoxikují jednotlivé anatomické struktury samotného orgánu střeva, jako jsou jeho svalové vrstvy, vazivové části nebo nervový systém.

Mnoho úspěchů při detoxikaci tlustého střeva přeje

Ing. Vladimír Jelínek

*Zdroj doplňujících informací: Walker R.:
Velká rodinná encyklopedie Lidské tělo. Slovart, Praha 2003*

*Ilustrace: Abrahams P., Druga R.:
Lidské tělo. Ottovo nakladatelství, Praha 2003*

příležitostné

Rakovina

– nemoc 21. století

V poslední době se v médiích objevilo mnoho novinek týkajících se rakoviny. Některé zprávy jsou dobré (např. objevy nových léčebných postupů), jiné špatné. Vyložené děsivá je pak prognóza, že do roku 2030 má být lidí postižených rakovinou třikrát více než nyní. Následující řádky obsahují nejzajímavější novinky z této oblasti.

Objeven enzym šířící rakovinu v těle

Největší komplikací při léčbě rakoviny je vznik metastáz v jiných orgánech než v tom, který je nemocí zasažen primárně. Vědci z Institutu výzkumu rakoviny ve spolupráci s Londýnskou univerzitou objevili, že šíření nemoci v těle a vznik metastáz umožňuje enzym LOX (lysoxidáza), který je v těle odpovědný za tvorbu odlišných typů kolagenu. Podle uvedeného výzkumu tento enzym „připravuje“ v těle nemocného rakovinou nová místa, kde by se nádorové buňky mohly vytvořit. Vědci věří, že pokud se funkci enzymu podaří zablokovat, zamezí se tím i tvorbě metastáz. Vyvinutí léku by mohlo pomoci k uzdravení až 90 procentům pacientů, kteří na rozšíření rakoviny do těla umírají.

Šíření nemoci v těle pomocí enzymu prokázaly testy s rakovinou prsu na myších, vědci ale předpokládají, že podobně budou fungovat i na lidech a také u jiných typů nemoci.

*Zdroj: Právo 12. 3. 09, cit. ve Vox pediatricae,
duben 2009*

Máme světové prvenství

Rozhodně to však není důvod k oslavám. Toto prvenství se týká výskytu rakoviny tlustého střeva. Rakovina tlustého střeva a konečníku je druhým nejčastějším zhoubným onemocněním u obou pohlaví. Podle docenta Pavla Kohouta, člena Fóra zdravé výživy, zaujímá Česká republika ve výskytu této choroby dokonce první místo na světě. Každý rok je tento zhoubný nádor zjištěn asi u 7800 osob. Počty pacientů i zemřelých stouply za posledních padesát let téměř trojnásobně.

Rakovina tlustého střeva většinou postihuje lidi starší padesáti let. Původem většiny

Epidemie rakoviny?

Rakovina je onemocnění, které má v ČR druhý největší počet obětí (po nemocech oběhové soustavy). Podle Ústavu zdravotnických informací a statistiky v České republice ročně onemocní přes 70 000 lidí, téměř 30 000 zemře. Avšak zatímco výskyt zhoubných nádorů v České republice dlouhodobě roste, úmrtnost na ně naopak klesá. To znamená, že z lidí, kteří onemocní, se jich více vyléčí. Neznamená to ale nutně, že by na rakovinu umíralo méně lidí v absolutních číslech. Ještě před několika lety naopak kvůli stárnoucí populaci počty lidí, kteří zemřeli na rakovinu, rostly.

V USA se podle statistik v letech 1950 až 1998 zvýšil počet úmrtí na všechny druhy rakoviny o 150 procent. Dánský statistik Bjorn Lomborg však upozorňuje, že zároveň došlo také k celkovému nárůstu populace. Objektivnější údaj je počet úmrtí na 100 000 obyvatel – toto číslo je sice nižší, ale přesto poměrně alarmující: přibýlo jich o 43 procent.

V uplynulých desetiletích se ale také zlepšily diagnostické metody rakoviny, takže ji lékaři rozpoznají u většího počtu lidí. Zároveň se prodloužila délka života a došlo k celosvětovému rozmachu kouření. Pokud ze statistik odečteme věk a kouření, zjistíme, že úmrtí na rakovinu ve zmíněném období nepřibýlo, naopak jich ubylo téměř o 30 procent. Lomborg shrnuje, že míra úmrtnosti na rakovinu klesá a vedle zdravotní péče vidí jako zásadní faktory především ty, které souvisejí s osobní volbou životního stylu.

Předpokládaný trojnásobný nárůst výskytu rakoviny v příštích dvaceti letech tedy nemusí nutně znamenat stejně vysoký nárůst úmrtí na nádorová onemocnění.

Zdroj: Lidové noviny, 6. 6. 2009

Nákaza rakovinou čípku hrozí i malým dívkám

Virem, který způsobuje rakovinu děložního čípku, se mohou nakazit už malé dívky, a to mnohem dříve, než začnou se sexem. Zpráva vídeňské lékařské univerzity tak zpochybňuje názor, že papilomavirus, původce rakoviny děložního hrdla, se přenáší při pohlavním styku z muže na ženu.

Tým zkoumal výskyt virů u 110 děvčat od čtyř do patnácti let, která ještě neměla pohlavní styk. U patnácti procent z nich testy potvrdily přítomnost papilomaviru. Odborníci soudí, že se mohl přenést už při porodu, případně přes infikovaný předmět, například matčin ručník.

Rakovina děložního čípku je sedmým nejčastějším typem rakoviny evropských žen. Každý rok přibude 60 tisíc nových případů, 30 tisíc žen jí podlehne. V Česku je to tisíc nových případů a 400 úmrtí ročně.

Zdroj: Právo

Léky na rakovinu jsou na dohled

Na nedávném kongresu dvou a půl tisíce biochemiků, který se konal v Praze, zaznělo, že za dvacet let budeme pravděpodobně umět spolehlivě vyléčit rakovinu. Na těchto výzkumech se podílejí také čeští vědci, kteří přicházejí s významnými objevy.

Již v roce 1970 objevil biochemik a bývalý šéf Akademie věd Václav Pačes jako první enzym, který umí ovlivnit růst rostlinných buněk. Enzymy umožňují nejrůznější přírodní reakce, například štěpení látek. Účastní se většiny dějů v buňce, řada dějů se bez nich ani nepustí. Podle Václava Pačese bude v budoucnu možné nacházet, nebo dokonce vyrábět enzymy, které pozmění aktivitu jiných enzymů, čímž bude umožněna taková reakce, která v přírodě neexistuje. Tím budou moci vznikat molekuly s léčebnými účinky.

Využití či vyvinout enzymy, které mění reakce jiných enzymů a tím ovlivňují růst nádorové buňky, ostatně umíme již dnes. Například Miroslav Strnad objevil látku odvozenou od rostlinných růstových hormonů, která dostala jméno podle místa objevu – olomoucín. Ta

to látka má velký protinádorový účinek (zjednodušeně řečeno umí ovlivnit růst nádorů) a již se začala vyrábět. Další objev stejné laboratoře – látka roskovitín – je ve druhé fázi klinického zkoušení.

Václav Pačes se domnívá, že potrvá nanejvýš třicet let, než budeme mít léky na většinu nádorů i na nemoci, o nichž dnes ještě nemáme ani tušení. Pomocí genové terapie také bude možné měnit vadné geny za plně funkční. K dispozici budou cílené léky, které budou účinkovat ne na lidstvo, ale na konkrétní pacienty s jejich genetickou výbavou. Lék, který jednomu pomáhá, může totiž jinému dokonce škodit.

Výzkum v této oblasti významně urychlují nanotechnologie: na to, co dříve trvalo týdny, dnes stačí jen hodiny.

Pro generaci současných třicátníků by tak už rakovina nemusela být životu nebezpečná nemoc.

Zdroj: MF DNES, 9. 7. 2009

těchto nádorů (čtyři případy z pěti) jsou polypy, nezhoubné výrůstky na střevní sliznici, které se mohou časem rozvinout do zhoubné podoby.

Rané stadium onemocnění je bezpříznakové. Pokud se karcinom odhalí včas, je možné ho relativně snadno operovat a léčit. Jestliže se ale karcinom zvětší, dostávají se rakovinné buňky přes lymfatické žlázy do lymfatického systému a do krve a napadají i další orgány.

Za hlavního viníka byla označena česká kuchyně v kombinaci s nedostatkem pohybu. Obojí způsobuje, že se střeva málo hýbou, a škodliviny tak mají více času se vstřebávat. Mezi rizikové faktory patří především vysoký kalorický příjem spojený s obezitou, nadměrný příjem živočišných tuků, konzumace smaženého a pečeného masa a dále nízký příjem vlákniny v zelenině, ovoci, celozrnném pečivu a luštěninách.

Zdroj: <http://tn.nova.cz>

naše reportáž

Letní škola v Táboře

Letní škola v Táboře završila celý letošní cyklus letních škol (o polském a slovenském kurzu si můžete přečíst na jiných stránkách tohoto bulletinu). Tábořská škola byla tentokrát rozdělena na kurz pro začátečníky (30. 7. – 2. 8. 2009) a kurz pro pokročilé (2. 8. – 7. 8. 2009), což se velmi osvědčilo. Pro pořádání akce byl vybrán hotel Dvořák v Táboře, který se nachází přímo v historickém centru města. Hotel vznikl v roce 2004 velmi zajímavou rekonstrukcí historické budovy tábořského pivovaru, přímo sousedícího se zbytky hradu Kotnov ze 14. století. Účastníci si mohli užívat jak luxusního ubytování, tak hotelové gastronomie na vysoké úrovni.



Přednášející (MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková a další) se věnovali aktuálním tématům, jako jsou např. hormonální poruchy, antibiotika či problematika detoxikace v praxi, začátečníci byli seznámeni se základními principy detoxikační medicíny a s prací s přístrojem Salvia. V závěru vybraných přednášek zazněly soutěžní otázky, na něž účastníci odpovídali. Správné odpovědi byly poté slosovány a jejich autoři mohli vyhrát zajímavé ceny (např. detoxikační sety bioharmoni®, psychoharmoni® nebo bambiharmoni®) a jako hlavní cenu detoxikační vaničku.

psychika & detoxikace

Toxičtí lidé XII

Chodící dokonalost

*Zkřiví se jen tehdy, když ho tlačí boty.
Do dokonalosti mu chybí jen pár vad.*

Chodící dokonalost je člověk svěhlový, vládychtivý, dogmatický, přehnaně kritický a upjatý. Nade vším ohrnuje nos, je nekomunikativní, nudný, malicherný, samolibý, staromilský, snobský, namyšlený. Je nevyzrálý, nerozvážený, pesimistický, umíněný, přepečlivý a plytký, všechno ví a zná.

Chodící dokonalosti přísným okem shlížejí ze svých výšin na svět a považují se za krásné a neomylné. Jsou to lidé škrobení, upjatí a neobvykle kritičtí, od ostatních lidí očekávají, že budou žít podle jejich etických norem. S nelibostí pohlížejí na všechny, kdo kouří, pijí, mluví obhrouble, žijí ve volných svazcích nebo prostě chodí

jen méně upravení než oni. Plní pohrdání a opovržení, nevyznačují se přílišným pochopením. Jsou to perfekcionisté a jen málokdo a máloco je dokáže uspokojit. Podobají se fanatikům, bezohledným tyranům a kontrolním maniakům: „Bude to tak, jak chci já, a to úplně.“

Pobyt v jejich společnosti je nesmírně náročný a ještě více vyčerpávající je život po jejich boku, protože málokdo dokáže splnit jejich očekávání. Vedou dost marný život, nedokážou se uvolnit, užívat si života nebo se zastavit – na chvíli na všechno zapomenout a přivonět k růži.

Jejich upjatost je výsledkem snahy po zamaskování vlastní nedokonalosti. Protože jsou to taky jenom lidé, samozřejmě dělají chyby a podléhají svodům, což bortí jejich křehkou morální páteř. Aby tomu zabránili, stávají se z nich pokrytci, ale rozporuplné pocity, které se jich po porušení přísných norem čas od času zmocní, snižují v jejich očích pocit vlastní hodnoty.

Nafoukaný snob

Bude tě mít rád jenom v případě, že budeš mít rád stejné lidi jako on. S oblibou se seznamuje s lidmi, kteří ho znát nechtějí.

Potřeboval by plastiku nosu, aby se mu pořád nade vším neohrnoval. Nosí hlavu tak vysoko, že se mu vzadu na krku dělá hrb.

Nafoukaný snob je přesvědčený o vlastní nadřazenosti, namyšlený, po-



Streptokoky v těhotenství poškozují srdce plodu

Lékaři z dětské nemocnice v Ohiu studovali data více než 1500 dětí z různých částí Spojených států, které se během deseti let narodily s tzv. syndromem hypoplastického levého srdce. Tuto poruchu je třeba řešit operací během prvních dnů života. Badatelé objevili jasnou souvislost mezi syndromem a dobou těhotenství. Domnívají se, že při vzniku vady srdce hrají roli streptokokové infekce, se kterými se těhotné ženy setkávají ve zvýšené míře během zimních měsíců. Předběžné důkazy ukazují, že matky novorozenců s poruchou levé části srdce mají v diagnóze problémy s krčnými streptokokovými infekcemi.

Zdroj: *Rodina a zdraví*, 4/2009

Příčiny Alzheimerovy choroby

Podíl na poškozování mozkových buněk při Alzheimerově chorobě se již delší dobu přisuzuje bílkovinným částicím zvaným beta-amyloidy. Američtí vědci Michael Mayer a Jerry Yang přišli na to, jak tyto peptidy poškozují mozkové buňky: umožňují kalciovým iontům pronikat póry do buňky. Následná iontová nerovnováha pak zaviní její zánik. Díky tomuto objevu se nyní nabízí nové možnosti léčby – například iontové blokátory.

Zdroj: *www.sciencedaily.com*, cit. v čas. *Sanquis*

Přestávky mezi přednáškami využívali účastníci především k návštěvě místních pamětihodností. Kurz pro pokročilé byl delší, a tak zůstal čas i na společnou prohlídku Husitského muzea včetně podzemních prostor a chodeb ukrytých pod Žižkovým náměstím.

Oba intenzivní kurzy byly již tradičně zakončeny slavnostní večeří, resp. rautem. Pro účastníky letní školy pro pokročilé byl připraven program zahrnující mj. živou hudbu a výuku salsy.

Děkujeme všem přednášejícím za prezentaci mnoha cenných poznatků i všem přítomným za vytvoření příjemné pracovní atmosféry a těšíme se na další setkání.

Mgr. Petra Kotková

Foto: autorka



vrchní a arogantní. Všechno bagatelizuje, je malicherný, rezervovaný, nejistý, slabý, nepřívětivý, nekomunikativní, samolibý, nepřátelský, nedruzný, upjatý. Nade vším ohrnuje nos, všechno zlehčuje, je neupřímný, plytký a papežštější než sám papež.

Nafoukaný snob pohrdá celým světem. Tím si dodává sebevědomí, protože v nitru mu hlodá nejistota. Neustále ze sebe sype módní slova, bydlí na nejlepších a nejmonděnnějších adresách, což mu dodává pocit větší hodnoty. Jestliže nepatříte k „lepší“ společnosti, neuráčí se vám říci ani dobrý den. Chodí s nosem nahoru a baví se jen s elitou. K ostatním se chová protektorsky a opovrživě. Nafoukaní snobové patří ke stálým obyvatelům snobských klubů, které přijímají za členy jen známé osobnosti s odpovídajícím vzhledem a chováním nebo s takovým kontem, které jim umožňuje podplácet portýra.

Nafoukaný snob bývá náladový a vyžaduje velmi ohleduplné zacházení. Dokáže jednat bezohledně a chovat se jako rozmazlené děcko. To všechno jen proto, aby získal převahu nad ostatními lidmi. Postoj „lepšího člověka“, který prezentuje navenek, je jen póza, která má maskovat jeho vnitřní obavu, že je horší. Ve skutečnosti šíří jeho nepřátelské ego neustálá nejistota.

Stává se, že nafoukaný snob sice smrdí grošem, ale díky pověsti, kterou si buduje, se může stýkat s lidmi slavnými i bohatými. To je častý jev zvláště v místech, jako je Beverly Hills. Člověk, který tu jen asistuje nějaké známé osobnosti, se lehce stává jakousi zastupující osobností celebrity a přijímá pózu „jsem lepší než ty“.

Typ nafoukaného snoba je velmi dobře předveden ve filmu *Pretty Woman*. V jedné scéně tam Julia Roberts, oblečená v ošuntělých šatech, vejde do obchodu na exkluzivní Rodeo Drive. Snobské prodavačky usoudí, že nemá peníze, a zacházejí s ní jako s kusem hadru.

Osobně jsem takové zacházení v Beverly Hills poznala na vlastní kůži a musím říci, že ta scéna ve filmu má v sobě bohužel dost velký kus pravdy.



Ty prodavačky, které by si ani v nejdvořejších snech nemohly dovolit oblečení, jaké nosí jejich zákazníci, jsou typické představitelky nafoukaných snobů.

Zdroj: *Lillian Glass: Toksyczni ľudzie*
Ilustrační foto: *www.samphotostock.cz*

V tomto čísle bulletinu uzavřeme první část seriálu o základních lidských emocích podle čínského pentagramu. Od příštího čísla pro vás připravujeme pokračování, v němž si ukážeme, jak se různé emoce vzájemně ovlivňují.

Z pěti probíraných emocí je emoce agrese, vzteku a vnitřního napětí tou nejdynamičtější – pohání člověka k akci. Nedostatek této emoce ústí v určitou životní strnulost, naopak její nadbytek věští neustálé životní změny, vnitřní boje a partnerské souboje, v širším měřítku násilí a války.

Hlavním orgánem agrese a vzteku jsou játra. Jaterní buňka umí s trochou nadsázky z čehokoliv, co člověk pozře v potravě, vyrobit cokoli. Je tedy symbolem vysoké kreativity a dynamiky, jež se řadí k právě probíraným druhým emocím a z nich vyplývajících lidských vlastností.

O živlech spojených s játry jsme mluvili již v březnovém čísle bulletinu. Dnes tedy jen pro úplnost připomeneme, že v symbolické rovině je s játry spojena síla zdravého zeleného stromu, který svými kořeny dokáže roztrhat i skálu, a živel větru jako symbol pohybu a přeměny v přírodě.

Z lidských smyslů se k emoci agrese řadí zrak. Všechny prožívané pocity, které jsou spojeny se zrakovými vjemy a následným tříděním a hodnocením těchto vjemů, patří do skupiny „jaterních“ emocí.

Kdy člověk nejčastěji prožívá pocity agrese a vzteku:

- když je na někoho naštváný a v myšlenkách by nejráději druhému uškodil jak tělesně, tak materiálně
- když by někomu okamžitě oplatil projevenou agresi
- je to závist – pozorování druhého, co má, ať je to majetek, dobré partnerské vztahy, společenské postavení nebo uznání
- je to žárlivost na druhého člověka a neustálé pozorování, co dělá
- je to snaha neustále věci hodnotit a komentovat
- je to neustálé pozorování sebe sama a svých výtvorů
- je to vzhlížení se sám v sobě – narcismus
- je to vyhledávání soubojů, ať fyzických či slovních
- je to sklon k neustálému poučování druhých lidí – vidím svět svýma očima a chci, aby jej ostatní viděli také tak
- jsou to neustálé kritiky osob, věcí a událostí okolo sebe
- je to neustálé prosazování svého ega na úkor druhých
- je to pocit „jak budu vypadat před lidmi“
- je to pocit studu z nahoty
- je to zkoumání reality očima druhého člověka (jak by se na to dívala „autorita“ – rodič, učitel, partner), namísto sledování svého pravého já a zdravého sebeprosazení
- jsou to (byť i drobné) krádeže – krádež je provedena tajně tak, aby nebyla zpozorována

K takzvaným jaterním orgánům patří orgány, kterými se muž a žena liší na první pohled (tj. pochva a prsní bradavky u ženy, penis u muže). To jsou zároveň také orgány, které je zvykem zakrývat před zraky ostatních, protože se za ně člověk před druhými stydí. Zároveň se ale prostřednictvím těchto rozdílů realizuje milenecká touha a napětí, které vzniká mezi mužem a ženou. Bez tohoto napětí by nevznikla žádostivost po spojení, nevznikl by nový lidský život.

Od člověka, u něhož je emoce neustálého pohybu a agrese dominantní, uslyšíme často tyto promluvy:

- to jsem zvědavý, co na to lidi, až to uvidí
- nevím, jak se na to budou lidi dívat
- my jim všem ukážeme...
- zasluhuje... (pár facek)

- je ho třeba neustále sledovat
- počkáme, až se nebude dívat...
- já ho... (přetřhnu, až ho uvidím)
- vyškrábu mu voči...

Typickým povoláním pro tuto emoci je soudce, advokát, učitel, policista či lékař.

Zvukový projev agrese je křik nebo řev. Charakteristická barva je zelená – barva živého jarního výhonku stromu, který právě vyrašil ze země.

Vlastní vnitřní agresivitu nebo napětí překonává prvek kovu (např. pila prořeže bujné dřevo nebo mačeta proseká cestu zarostlým křovím). Prvek kovu představuje vůli člověka.

Agresivita (fyzická, slovní i mimoverbální) používaná ve správné míře a v pravou chvíli je ve skutečnosti kladná emoce. Umožňuje člověku obhájit si ve vztazích hranice, kam až lidé přicházející do styku s ním mohou zajít. Neschopnost vyjádřit pocit vzteku je také jedním extrémem této emoce. Většinou je tato neschopnost spojena s prožívanými strachy člověka.

Vizualizační technika na překonávání vlastních návalů vzteku, agresí nebo pocitů, že jsem pozorován druhými lidmi

(Hodí se pro člověka, který je pokročilý ve svých detoxikačních terapiích, je si své agrese schopen uvědomit, a nejedná se u něho tedy o zcela nezvladatelné stavy návalů vzteku.)

Cvičení č. 1: Pozorujte své emoce během dne a zkuste si přesně určit, v který okamžik a jak dlouho pocítujete vztek či vnitřní napětí anebo uvažujete, jak by se na to díval váš partner nebo rodič. Okamžiky agrese, vlastní stavy pozorování nebo pocity, že jsem pozorován jiným člověkem, si večer zapište.

Cvičení č. 2: Představte si konkrétní situaci, v níž osekáváte sekýrou větev stromu nebo prořezáváte keře. Soustřeďte se na kovový list pily nebo na kov sekýrky. Představte si své fyzické úsilí, které vynakládáte při ořezávání nebo osekávání dřeva.

Cvičení č. 3: V denní situaci, kdy si uvědomujete, že jste napjatí, prožíváte emoci agrese nebo máte pocit, že jste příliš pozorováni druhými lidmi, si vizualizujte obraz ze cvičení číslo 2. Pokud je prožívaná emoce správně přiřazena k emocím „jaterním“, po vizualizaci nutkavá emoce vymizí a úleva je provázena hlubokým podvědomým nádechem.

K agresi a vzteku (tj. i k okruhu orgánů jater) řadíme tyto snové archetypy:

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| • akční sny | • sny o vlastní nahotě |
| • sny plné agrese | • sny o lesu |
| • sny plné hádek | • sny o dřevu |
| • sny sexuální povahy | • sny o hájích |
| • sny o pohlavních orgánech | • sny o trávě |

Jako pomoc při odstraňování nezdravých stavů vzteku a agrese použijeme následující preparáty Joalis:

- | | | |
|-------------|------------|--------------|
| • LiverHelp | • Cranium | • Antimetall |
| • LiverDren | • Emoce | • Streson |
| • MindHelp | • No Degen | • NeuroDren |
| • MindDren | • Ionyx | • Mezeg |

Mnoho štěstí při překonávání stavů agrese přeje

Ing. Vladimír Jelínek

Ilustrace k tomuto článku najdete na str. 27.

Základní regulace podle Pischingera

Mechanismus, jakým probíhá proces detoxikace, je pro mnoho lidí záhadný. K jeho pochopení je třeba, abychom se seznámili se strukturou a funkcí tzv. základní hmoty (extracelulární matrix).

Extracelulární tekutinu lze přirovnat k moři. Stejně jako moře obklopuje každého prvoka, obklopuje i strukturovaná extracelulární tekutina každou buňku vyššího živočicha. Zajímavé je, že i iontovým složením odpovídá základní hmota mořské vodě. V některých tkáních zaujímá tato hmota mnoho místa, v jiných se omezuje pouze na bazální membránu buněk. Proniká všemi mezibuněčnými prostory a dostává se ke každé buňce, ale zároveň reaguje jednotně. Systém základní regulace podle Pischingera je funkční jednotka sestávající z kapilárního systému, pojivových buněk a nervových zakončení. K této trojici patří také otevřený systém lymfatických drah. Extracelulární tekutina představuje médium, jímž musí projít všechny informace i látky, které mají k buňkám proniknout nebo které musí buňky opustit.

V roce 1975 prezentoval Alfred Pischinger, profesor histologie a embryologie na univerzitě ve Vídni, své poznatky týkající se systému regulace základní hmoty. Pischinger vycházel z prací svých předchůdců, mj. Carla von Rokitsanského a Hanse Eppingera. Von Rokitsansky říkal, že nemoc nemá původ v buňce samé, ale v poruše mikrocirkulace. Von Rokitsanského hledisko pak rozvinul Eppinger, který prokázal, že každá buňka vyžaduje pro úspěšnou mikrocirkulaci vhodné prostředí, tzv. základní hmotu. Pischinger potom navázal definováním spojení mezi touto základní hmotou a hormonálním a autonomním nervovým systémem. Tyto vě-

decké studie umožnily Pischingerovi popsat spojení mezi mozkem a základní hmotou, která se projevují, například když centrální nervový systém zaregistruje změny specifické pro danou situaci (somatopsychická informace) a deleguje zodpovědnost na periferii (psychosomatická informace). To zasáhne všechny spojené orgány, včetně složek základní hmoty. Tato komunikační síť je nyní známa jako systém základní regulace.

Pojivová neboli základní tkáň se skládá z těchto částí:

- buňky (fibrocyty, makrofágy a žírné buňky),
- strukturovaná mezibuněčná hmota,
- kapilární systém,
- nervová zakončení,
- začátek lymfatických cest.

Buňky základní tkáně, fibrocyty a makrofágy, patří fylogeneticky k nejstarším buňkám. Fibrocyty produkují základní hmotu, makrofágy ji dokážou zase odbourávat. Oba druhy buněk jsou vybaveny k tomu, aby na každou změnu velmi rychle a efektivně reagovaly a dokázaly obnovit fyziologickou rovnováhu.

Základní hmota produkovaná fibrocyty je hustá síť vysokomolekulových komplexů, které jsou převážně tvořeny proteoglykany, glukosaminoglykany a strukturními glykoproteiny (kolagen, elastin, laminin a fibronektin). Touto sítí musí procházet všechny látky a informace, a to jak směrem k buňce, tak z tkáně ven. Na hustotě proteoglykanů

a jejich molekulové hmotnosti závisí, které látky jejich sítí projdou a které ne. Elektrolyty přítomné v základní hmotě a jimi ovlivněné pH jsou navíc rozhodující pro konzistenci základní hmoty (koloidní, gelózní), a tedy i pro průchodnost „tranzitní cesty“.

Negativní náboj proteoglykanů má nesmírný význam pro vazbu vody a výměnu iontů v základní hmotě. Proteoglykany jsou odpovědné za homeostázu (dynamickou rovnováhu) v tkáni. Díky síťovité struktuře dodávají proteoglykany a glukosaminoglykany základní hmotě také mechanickou pevnost, takže ta funguje jako určitý tlumič mechanických vlivů.

Podíváme-li se na mikrostrukturu jednotlivých součástí základní hmoty, zjistíme, že jde o větší počet polygonálních strukturních jednotek. Tyto jednotky se zjednodušeně označují jako matrisomy. Při pokusech sestavit z matrisomů pomocí počítače vizuální podobu základní hmoty vznikl šroubovitý hyperboloid, jehož plochy mají minimální energetické nároky. Tyto plochy vykazují negativní Gaussovu křivku.

S principem energeticky minimálně náročných ploch se setkáváme v lidském těle prakticky všude, např. ve stavbě kostí, cévních stěn, nervů a šlach, u buněčných membrán. Mohou tak ovlivňovat energetické podmínky všech biochemických interakcí v těle. Přesuny energie probíhající na hyperboloidech jsou klíčem pro řadu léčebných postupů (homeopatie, akupunktura, biorezonance).

■ příležitostné

Obezitu dědí dcera po matce, syn po otci

Britští vědci z Plymouth's Peninsula Medical School sledovali zhruba tři sta dětí z 226 rodin v průběhu dvanácti let. Zjistili desetkrát větší pravděpodobnost, že obézní matky budou mít dceru se stejným sklonem. 41 procent osmiletých dcer podle této studie následuje v obezitě svou matku. Oproti tomu mají vysokou hmotnost jen čtyři procenta dívek, jejichž matka si udržuje váhu v mezích normálu. U tělnatých mužů je tendence k obezitě jejich synů šestkrát větší. Ostrovní specialisté tvrdí, že se tento sklon přenáší z matky na dceru a z otce na syna, nikoliv „křížem“. Případná vazba mezi rodičem a potomkem není ani tak genetická, spíše jde o přenos vzorců chování, konkrétně nezdravého životního stylu. Lékaři z Plymouthu proto navrhuji soustředit se na obézní rodiče a působit na ně preventivně.

Obezita je již celosvětovým problémem: dorazila i do regionů, kde by ji naši dědové neočekávali. Například v Číně, kterou ještě v polovině minulého století sužovaly hladomory, trpí nadváhou nejméně osm procent dětí. Situace není dobrá ani v USA: ve třiceti státech Unie je obézní nejméně třetina dětí. Češi patří mezi státy Evropské unie na přední místa, v roce 2006 se umístili na druhém místě za Němci. Světová zdravotnická organizace uvádí, že na celé planetě nyní žije 400 milionů obézních lidí včetně dvaceti milionů dětí mladších než pět let.

Zdroj: MFDNES, 14. 7. 2009

Jelikož tu jde o přesuny energie, nehraje už žádnou roli ani hmota léčebného prostředku ani volba léčebného postupu, nýbrž záleží pouze na pohybu energie (např. fotonu).

Makrofágy jsou vedle fibrocytů nejdůležitější buňky základního systému. Mohou základní hmotu odbourávat, ale také jí při fagocytóze neustále procházejí a při tom přijímají a předávají nejrůznější informace nezbytné ke vzájemné interakci buněk, enzymů a hormonů. Díky tomuto propojení dokáže systém a s ním i celý organismus mnohostranně reagovat, přizpůsobovat se a podávat vysoký výkon. Do tohoto komplexu je zahrnuta i psychika a imunita.

V základní hmotě lze také skladovat všechny živiny, a to především vázané na proteoglykanech. Sacharidy se skladují ve formě glukózy a galaktózy, tuky v podobě mastných kyselin a bílkoviny jako aminokupiny. V případě nadměrného příjmu sacharidů a bílkovin se tyto látky vážou na ostatní látky bílkovinné povahy (na imunoglobuliny, lipoproteiny, heteroproteiny, ale i na defektní molekuly bílkoviny a cizorodé bílkoviny). Tímto způsobem se pak v těle ukládají, což má velký význam zejména u starších jedinců a v případě některých chorob. Tyto proteoglykanové komplexy tedy hrají velmi významnou roli při zanášení pojivové tkáně zplodinami.

Alfred Pischinger kromě toho prokázal, že jedním z nejdůležitějších nástrojů regulace základní hmoty je schopnost leukocytů rozkládat se. Nejde přitom o degeneraci nebo rozpad poškozených leukocytů, ale o fyziologický proces, jehož pomocí lze v závislosti na hodnotě pH a rH obnovit homeostázu tkáně a krevní plazmy. Jestliže je tato regulační schopnost obnovy fyziologické rovnováhy narušena nebo snížena, rozvíjí se chronické onemocnění.

Vzhledem k selektivním a vazebným schopnostem proteoglykanů a glukosaminoglykanů může trvale docházet k zanášení základní hmoty. Pomalu se rozvíjí acidóza tkáně, stoupá množství radikálů, aktivují se proteolytické systémy a vytvářejí se podmínky pro vznik zánětu. Postižený pocítuje jen nevýrazné příznaky, které může i celé roky ignorovat. Postupně a nenápadně se dostává do kolotoče dysregulací a symptomů, které se vzájemně posilují a roztácejí *circulus vitiosus*.

Překyselení, nadměrné množství bílkovin a zplodin, porucha redoxního potenciálu a energetického toku, to vše vede k zatažení „tranzitní cesty“ a k následnému nedostatku energie v pojivu. Matrix tuhne v blokáde a nemůže dál plnit své funkce. Objevují se chronická onemocnění a známé degenerativní projevy, protože buňky a orgány nejsou dostatečně zásobovány.

Pro úspěch terapie je rozhodující, aby došlo k přeladění prostředí a k vypojení škodlivin. Stejně velkou roli však hraje i detoxikace.

Aby detoxikace měla smysl, je třeba si vyjasnit, co, kam a kdy se má vyloučit. Pomocí terapie by se mělo v otevřeném systému obnovit proudění i jeho rovnováha. Přitom je třeba dbát na to, aby se informace dostala skutečně tam, kde se nachází objekt detoxikace, a aby inkriminovaný objekt dodané

Stejně mnohotvárné jako blokády, usazené zplodiny a jiné překážky zdravého fungování organismu jsou i metody, které má přírodní léčba k dispozici.

Kůže je zde uvedena na prvním místě, protože tento rozsáhlý vylučovací orgán je nejlépe přístupný. Metody akupunktury a akupresury využívají tzv. Heineovy válce, které představují přímé spojení mezi povrchem kůže a pojivem uloženým pod ním. Jde o válcovité útvary, které jako membrány obklopují svazky cév a nervů vystupujících z hloubky k povrchu. Disponují nižší vodivostí než okolní tkáň. Těmito „válcí“ může být přijímáno elektromagnetické nebo magnetické vlnění a přenášeno hlouběji do základní hmoty. Tento jev také vysvětluje skutečnost, že i tak rozmanité postupy (masáže, magnetoterapie či mechanické postupy jako Kneippova vodoléčba, vpichování jehel, lokální anestetika a laserová terapie) vyvolávají stejnou reakci. Energie a informace přiváděné do těla akupunkturními body jsou totiž předávány do základní tkáně, odkud se velmi rychle šíří do celého těla. Tímto způsobem lze např. přes kutiviscerální reflexní oblouk oslovit celé orgánové systémy. Pro očistu kůže můžeme použít např. různé zábaly, omývání, koupele, saunu, masáže, akupunkturu či akupresuru.

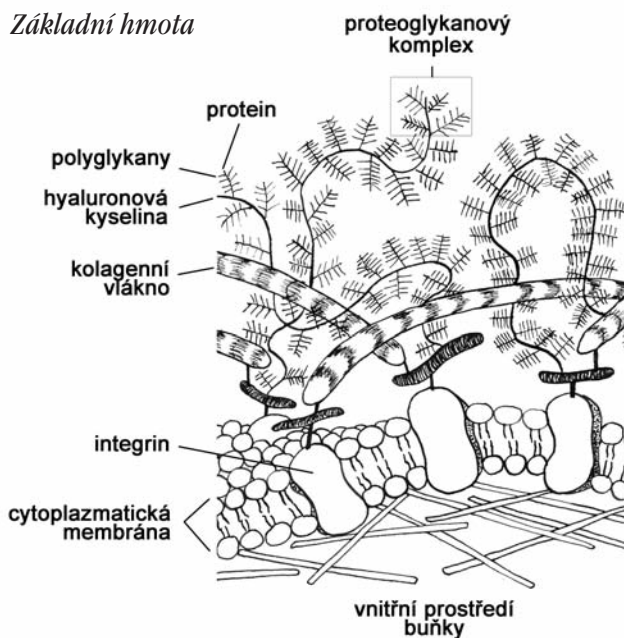
Skvělou detoxikační cestu představuje střevo a přidatné žlázy. Zde můžeme využít např. ozdravné pusty, masáž tlustého střeva, klystýr či hydrokolon.

Přes plíce se zvláště dobře odvádějí plynné zplodiny metabolismu, jako oxid uhličitý, amoniak, alkohol. Kromě toho se přes sliznice průdušek uvolňují také pevné i kapalné částice. Rostlinnými přípravky ve formě čajů a inhalací se podpoří sekrece hlenu a jeho lepší vykašlávání. Můžeme použít také homeopatické přípravky nebo zábaly hrudníku.

Přes plíce se zvláště dobře odvádějí plynné zplodiny metabolismu, jako oxid uhličitý, amoniak, alkohol. Kromě toho se přes sliznice průdušek uvolňují také pevné i kapalné částice. Rostlinnými přípravky ve formě čajů a inhalací se podpoří sekrece hlenu a jeho lepší vykašlávání. Můžeme použít také homeopatické přípravky nebo zábaly hrudníku.

Ledviny představují prvořadý vylučovací orgán. Kontrolují vylučování solí i vody, a tím i osmolalitu a objem extracelulární tekutiny. Odpovídají za udržování acidobazické rovnováhy v těle. Přes ledviny jsou odváděny zplodiny metabolismu (především močovina a močová kyselina). Podpořit vylučování kyselin ledvinami lze zejména dostatečným příjmem tekutin v podobě pramenité vody, ovoce a zeleniny nebo zásaditých čajů.

Základní hmota



informaci také patřičně rozuměl. Použití dráždění nebo informace musí být adekvátní, stejně jako reakce na ně.

Otázka „kam“ se dá vysvětlit anatomicky. Představme si orgány, přes které lze vylučovat: kůže, střevo, plíce, ledviny a močové cesty, pohlavní orgány, veškeré tělní otvory. Směr odvodu škodlivin může sám terapeut částečně určit, např. při pouštění žilou.

Dále je třeba si vyjasnit, co se může a má uvolnit. Je to zablokovaná energie, informace, materie? Podle toho se pak musí určit způsob dráždění a orgán, přes který to lze provést.

Důležitá je i doba, kdy detoxikace proběhne. Je třeba ji sladit s cirkadiánním rytmem příslušného orgánu.

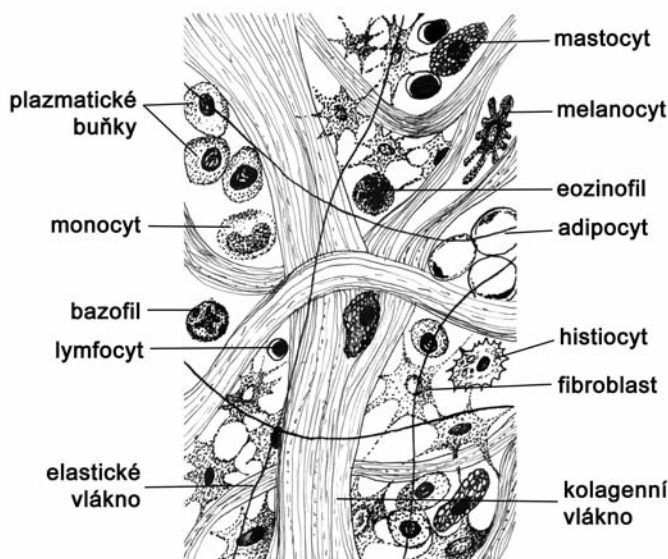
U všech detoxikačních postupů je základem úspěchu obnova otevřeného regulačního systému v jeho plně šíři.

Činnost ledvin lze zlepšit pomocí energizujících postupů (akupunktura, baňkování, homeopatika), masáží reflexních zón a rostlinnými diuretiky.

Pohlavní orgány, a zvláště ženské, poskytují vynikající možnost detoxikace. Při menstruaci odejde z těla cca 250 ml krve. To způsobí pokles hematokritu a následné snížení hustoty krve. Ztráta krevních bílkovin vyvolá dále tah, kterým se z bazálních membrán uvolňují rezervní bílkoviny, a následkem toho se tělo zbavuje nadbytečných bílkovin. V této souvislosti se v případě vynechání menstruace nebo v klimakteriu hovoří o tzv. retenčních toxikózách, které mají za následek vznik různých potíží, jejichž příčina tkví právě ve vážnoucím odvodu toxinů přes pohlavní orgány.

Externě lze emmenagoga zavádět ve formě čípků nebo přikládat ve formě olejů na

Pojivová tkáň



vatovém tamponku přímo na vnější genitálie, vnitřně se podávají čaje. Všechny tyto postupy by měly vést k překrvení pohlavních orgánů. Obecně se doporučují sedací

bylinné koupele s postupně se zvyšující teplotou či baňkování.

Základní tkáň je podle Pischingera stěžejním bodem všech metabolických pochodů. Zde se rozhoduje o tom, zda bude dosaženo rovnovážného stavu, homeostázy, a bude zachováno zdraví, nebo zda propukne nemoc. Regulace základní tkáně probíhá přes samotné tělo. Úkolem nás terapeutů je tedy stimulovat tělo, uvolňovat blokády a zviditelňovat překážky, které stojí v naší cestě za zdravím.

Zdroje: Anita Kracke: Die Grundregulation nach Pischinger (SANUM-Post 57/2001)

Alfred Pischinger: Extracellular Matrix and Ground Regulation (ed. Hartmut Heine)

(<http://books.google.cz>)

Ilustrace: Mgr. Marcela Václavková

Komentář

MUDr. Jonáše

V padesátých letech minulého století vznikl v německé přírodní a alternativní medicíně směr nazývaný homotoxikologie. Jeho otcem byl doktor Hans Reckenweg, který stavěl na poznatcích doktora Pischingera. Německo bylo v té době – a myslím, že je tomu tak i dnes – baštou přírodní medicíny a alternativních medicínských postupů. Největší počet firem, které vyráběly přírodní preparáty (ať už homeopatika nebo bylinné preparáty či přípravky z minerálních látek), se objevil právě v Německu. Německo také zbožňovalo postupy faráře Kneippa i jiných léčitelů minulosti.

Homotoxikologie, disciplína popisující vliv toxinů v lidském organismu, samozřejmě měla ambice stát se oficiální medicínskou doktrínou. To se však nestalo, medicína poznatky a teorie homotoxikologie zásadně nepřijala. Ve světě je homotoxikologie se svými postupy stále živá, v některých zemích je velmi častým alternativním medicínským postupem. Homotoxikologie se zdánlivě neliší od naší detoxikace, obě teorie mají řadu společných bodů. Především za příčinu zdravotních problémů



v organismu označují toxin. Vliv toxinu se pak může postupně zvyšovat, a tak působí stále větší a větší zdravotní problémy. Rozboru pojmu toxin se ale homotoxikologie věnuje

oproti nám jen okrajově, nevyužívá ani možnosti diagnostiky toxinu (na přítomnost toxinu v homotoxikologii upozorňuje jen zdravotní stav člověka). Protože si homotoxikologie z velké části všímá fungování organismu a už ne tolik odstraňování toxinů, nenajdeme zde podrobně rozebráno, jak toxin z tkáně odstranit. K tomuto účelu využívá přípravků, jež jsou vyrobeny homeopatickou technikou. Celou řadu antitoxických prostředků na bázi homotoxikologických teorií vytvořila zejména německá firma Heel.

Homotoxikologie ve svém počátku viděla jako hlavní problém zvláště toxické zatížení mezenchymu a retikuloendoteliální tkáně. Určitým způsobem se pak dále vyvíjela, ale její vývoj již v posledních desetiletích není patrný.

V historii detoxikační medicíny je homotoxikologie rozhodně velmi

důležitým stupněm. Nikdy jsme se netajili tím, že detoxikační medicína tak, jak ji učíme dnes, má své kořeny sahající jak do dlouhé historie lidstva, tak do minulosti relativně nedávné.

Homotoxikologická teorie je tedy důležitým fenoménem ve vývoji detoxikace stejně jako EAV přístroj doktora Volla. Skromně se však domnívám, že ve výkladu toxického působení řady jedovatých látek a působků jsme postoupili výrazně dále. Pokročili jsme rovněž v možnosti diagnostiky těchto toxinů a využíváme dnes sofistikovanějších preparátů, které nás mají toxinů zbavit. Chceme věřit tomu, že na spirále vývoje detoxikační medicíny jsme se ocitli o závit výše nad dřívější praxí i teoriemi, které pracovaly s vlivem toxinů na lidské zdraví. Přesto si myslím, že je studium detoxikační historie velmi potřebné a že v těchto přístupech, teoriích a postupech můžeme stále hledat inspiraci. Nakonec to dokazujeme naším detoxikačním výkladem pentagramu či využitím ajurvédických znalostí i dalších detoxikačních postupů minulých dob. Proto také zveřejňujeme článek, který objasňuje principy homotoxikologie. Všem našim příznivcům doporučujeme tuto metodu studovat, neboť může přispět k objasnění mnoha otázek, které při detoxikaci vyvstávají na mysli.



Paní Šafránková, vzpomenete si, kdy jste vyslechla první přednášku o metodě řízené a kontrolované detoxikace?

Byla to ta vůbec první, která se pořádala, tehdy ještě v Husitské ulici. A od té doby jsem detoxikaci věrná.

Přednáška pana doktora Jonáše, která právě proběhla, se týkala detoxikace nervového systému. Je pro vaši praxi toto téma významné?

Na tuto přednášku jsem čekala, protože potíže související s nervovým systémem jsou časté a zasahují velké množství lidí. Mám například přítelkyni, která byla ochrnutá kvůli boreliím. Ke mně přišla s chronickým stadiem nákazy. Ode mne vybrala poctivě všechno, co jsem jí vyměřila, včetně několika Spiroborů. Vždycky se jí ulevilo, ale borelii u ní stále ještě nacházím. Na dnešní přednášce pan doktor vysvětlil, že je třeba

ba začít z druhého konce, od toho řízení, od nervového systému.

Používáte nějaký „zaručený“ postup, který se vám osvědčil?

Obecně řečeno používám postupy, které jsem se naučila na přednáškách. Základ své práce vidím v individuálním přístupu ke každému klientovi. Pan doktor říká, že nejsou nemoci, při kterých bychom nemohli být nápomocni. Avšak existují lidé, kterým pomoci nemůžeme. S tím už jsem se setkala. Lidé říkají: „Tohle si vezmu, ale když nebudu fit, tak už tomu nebudu věřit.“ Takovým lidem se opravdu pomoci nedá. Ale setkávám se i s opačnými případy. Přišel ke mně klient, který detoxikační medicínu právě objevil. Po dvouhodinové rozmluvě, ve které jsem mu vysvětlila její principy, řekl, že si připadá jako u studánky živé vody. A věřím, že se tento člověk zbaví mnoha potíží, kterými teď trpí, protože je přístupný.

Jistě vás to velmi potěšilo.

Pochopitelně.

Máte podobných „potěšení“ více?

Mohu zmínit například své zkušenosti s cukrovkou druhého typu. Jedná se převážně o klienty, kteří brali jenom tabletky. Po obecné detoxikaci (např. Abelia Immunitas, Alergis nebo Optimalis) dostanou samozřejmě Abeliu Metabolis a potom k tomu dávám výběr ze tří tinktur: ženšen, eleuterokok ne-

bo leuzeu. A zejména leuzea pomáhá udržet trvale nízkou hladinu cukru. Vím, že tu hraje roli víc okolností současně, ale lidé jsou velmi spokojeni. Myslím, že základ úspěchu spočívá v pořadí: nejdřív ulehčit celkově tělu, pak zlepšit metabolismus a potom využít vlastnosti bylin.

Mnoho terapeutů si nový preparát vždy vyzkouší nejprve na sobě, než ho doporučí klientům. Děláte to také?

Ano. Ale sám sebe člověk těžko diagnostikuje, proto se obracím na ostatní kolegy. Metodu řízené a kontrolované detoxikace praktikuji celých těch osm let, a když jsem byla na první periodické prohlídce, našli mi pouze sníženou činnost štítné žlázy. Nechtěla jsem brát léky, a tak jsem se detoxikovala VelienDrenem, VelienHelpem a ThyreoDrenem. Měla jsem velmi silné reakce, ale teď už to jen tak „šolichám“ bylinami, višněmi či mořskými rybami. Při následné periodické prohlídce u lékaře bylo konstatováno padesátiprocentní zlepšení. Nyní se cítím dobře a jsem vcelku dost vitální. V mém věku 67 let jsem na srazu spolužáků byla jediná, kdo neužíval žádné léky.

Jak je vidět, na klasickou medicínu si moc nepotrpíte... Jak vidíte její perspektivu?

Víte, v 56 letech jsem měla mononukleózu a můj závodní lékař mně řekl, že už nikdy nebudu úplně v pořádku. Tehdy jsem deto-

příležitostné

Kletba místo analgetik

Co řeknete, když se kladivem místo do hřebíku trefíte do prstu?

Pokud jste teď odpověděli upřímně, pravděpodobně jste vykřikli slovo, které se obvykle nepovažuje za ideální součást dobrého vychování. Proč máme v podobných situacích tendenci nadávat? Psychologové z univerzity v anglickém Keele tvrdí, že nadávky působí jako analgetikum.

V rámci výzkumu požádali vědci dobrovolníky, aby ponořili ruku do ledové vody a snažili se ji tam udržet co nejdéle. Každý z nich to zopakoval dvakrát. Poprvé mohl vykřikovat různé vulgarity, podruhé si musel vystačit se slovní zásobou omezenou na popis stolu. Vyšlo najevo, že když si mohli libovolnými výrazy ulevit, udrželi muži ruku v ledové vodě průměrně o 30 procent déle, ženy dokonce o 44 procent.

Běžná řeč je řízena šedou kůrou levé poloviny mozku. Při klení se však zapojují oblasti skryté hluboko v pravé hemisféře, které jsou aktivní vždy, když organismu hrozí nějaké nebezpečí. Autoři výzkumu se proto domnívají, že vulgarity pomáhají spouštět fyziologické mechanismy potřebné ke zvládnutí zátěžové situace.

Ani s kletbami se to však nesmí přehánět: čím častěji nadáváme, tím mají tyto výrazy menší emocionální náboj, a jsou tedy méně účinné.

Zdroj: Týden

Letní škola na Slovensku 2009

xikaci ještě nedělala, a tak jsem se léčila bylinami. Po dvou měsících se pan doktor divil. Takže já vím, že věci jsou i jiné než klasické. On mi ten pan doktor vlastně řekl, že jestli chci být fit, musím si najít dobrého homeopata nebo dobrého léčitele. A za dva měsíce byly jaterní testy v normě.

Myslím, že školní medicína si bude asi hájit své pozice a někde bude stále nezastupitelná, ale budou se měnit lidé. Já už jsem pamětník: dříve bylo zdraví lidu věc veřejná a člověk byl povinen se léčit. Dneska to tak není, lékařství šetří a lidé sami se chtějí uzdravovat. V našem kraji nejsou zas tak bohatí lidé, abych jim mohla dát třeba pět přípravků najednou, ale dávám dva nebo tři a k tomu ještě tzv. babské rady. A stává se mi, že někdy přijdou klienti, zejména lidé z měst, a říkají: „Tak a ještě ty vaše babské rady!“ Já je také sbírám. Lidé mi nosí třeba i knihy z pozůstalosti a touto cestou se mi dostala do ruky například kniha švýcarského Dr. A. Vogela „Příroda léčitelka“ s lidovými švýcarskými metodami. Nedávno to zase byla kniha „Perly ruského lidového léčitelství“ od MUDr. Gerharda Steinmullera. Stejnou cestou jsem dostala knihu „Tradiční čínská medicína“ autorů Růžička, Sosík, Wang. Už šest let navštěvuji Univerzitu třetího věku, přednášky z oboru medicíny a psychologie.

Z druhé strany – co si myslíte o léčitelích?

Ono se říká „na každém šprochu pravdy trochu“; jsou léčitelé dobří a špatní, jako v každém oboru lidské činnosti. Já osobně jejich kvalitu posuzuji například podle toho, jakou cenu si účtují za své služby. Čím je cena vyšší, tím bývám obezřetnější. Reference o dobrých výsledcích jsou nejspolehlivějším měřítkem.

Dobré jsou také různé jiné metody. Jedna přítelkyně je cvičitelkou jógy. Měla mozkovou příhodu a dostala se z toho lehce a snadno, hned do nemocnice jsem jí vezla detoxikační přípravky. Dneska je velice fit. Pořádám i přednášky na téma „Alternativní způsoby léčby“ a končím vždycky detoxikací, protože ta v sobě zahrnuje všechno.

Měla byste pro naše čtenáře několik svých „babských rad“?

- Přijde-li klient s akutními zažívacími problémy, doporučím a většinou i dám čaj ze lnice, event. lnici a řepík. Klientovi se velmi rychle uleví.
- Při akutních průduškových problémech – suchý kašel – doporučím inhalaci eukalyptového oleje, je možné si jej pro okamžitou úlevu potřít pod nos. Vhodný je i pro děti, když pro kašel nemohou večer usnout.
- Při potížích ledvin a močových cest doporučím při detoxikaci pít čaj z celíku zlatobýlu, truskavce a březového listu. Při akutních potížích doporučím tabletky z lichořeřišnice, akutní potíže rychle pomíjejí.
- A jak už jsem se výše zmínila, při diabetu snižují cukr a zvyšují vitalitu tinktury z leuzeje, eleuterokoku nebo ženšenu.

Děkuji za vaše rady i za rozhovor.

Rádo se stalo.

Mgr. Petra Kotková

Ve Štrbském Plesu, nejvyšše položeném lázeňském městě střední Evropy s klimaticky nejčistším ovzduším, se konala ve dnech od 14. 6. do 19. 6. 2009 Letní škola na Slovensku.

Letní školy se zúčastnilo šedesát terapeutů převážně ze Slovenska, ale také z Čech a Německa. Přednášejícími byli MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek a Mgr. Marie Vilánková. Terapeuti získávali vědomosti v dopoledních a večerních hodinách. Odpoledne využili na odpočinek a poznávání krásné tatranské přírody.



Program intenzivního kurzu byl bohatý. MUDr. Josef Jonáš se ve svých přednáškách o detoxikační medicíně věnoval endokrinnímu systému, nervovému systému a metabolismu a dále reprodukčním orgánům člověka, vazivu a hrdlu. Ing. Vladimír Jelínek si připravil přednášku zaměřenou na emoce a jejich detoxikaci podle pentagramu a na problematiku zhoubných nádorů při detoxikaci.

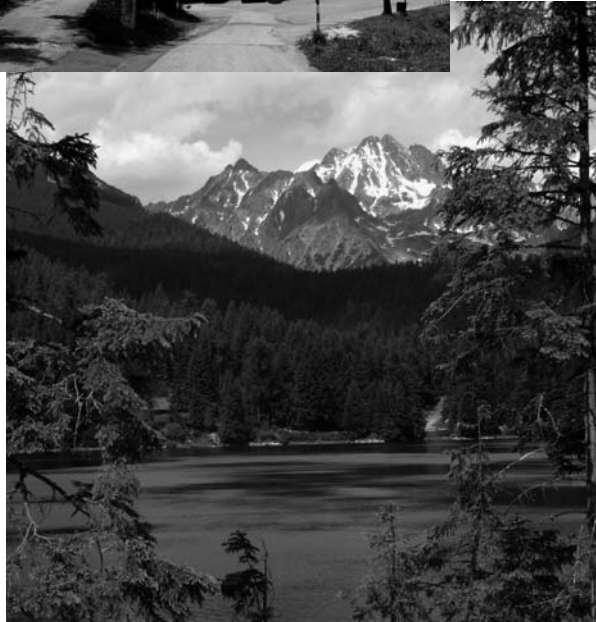
Mgr. Marie Vilánková obeznámila terapeutů s programem EAM set a hovořila také o papilomavirech, mediátorech a autoimunitě.

Během letní školy byly představeny rovněž nové preparáty z výzkumu MUDr. Josefa Jonáše, které budou terapeutům pomáhat zlepšovat jejich detoxikační výsledky.

Intenzivní kurz byl obohacený o posezení při hudbě, kde měli účastníci letní školy možnost odreagovat se a zabavit se.

Věříme, že i výběr místa konání kurzu přispěl k dobré náladě a chuti získávat nové informace a poznatky z celostní detoxikační medicíny MUDr. Josefa Jonáše.

*Ing. Lýdia Eliášová, MAN-SR, s. r. o.
(ed. Mgr. P. Kotková)
Foto: Eva Dostálová*



Vzpomínky z Letní školy v Polsku 2009

Letní škola má své tradiční místo mezi semináři pořádanými firmou DANMED, a tak jsme již po několikáté měli potěšení se této důležité události zúčastnit. Letošní letní seminář metody řízené a kontrolované detoxikace organismu v Polsku byl zahájen dne 24. června přednáškou MUDr. Josefa Jonáše.

Školení bylo tentokrát uspořádáno v Krynici Morské, krásném přímořském městě ležícím u Vislanského zálivu, jenž je proslulé výjimečným mikroklimatem. Letošního setkání se účastnilo mnoho posluchačů, a to jak těch, kteří přípravky firmy Joalis používají ve své praxi už dlouho, tak i nových adeptů umění čištění organismu, kteří tuto metodu teprve poznávají. Fakt, že stále větší počet lidí projevuje zájem o spolupráci, dovoluje vyjádřit mimořádně optimistickou předpověď pro vývoj metody řízené a kontrolované detoxikace v Polsku.



Během pětidenního setkání MUDr. Josef Jonáš a Ing. Vladimír Jelínek obohatili vědomosti všech přítomných nejenom o nejnovější úspěchy probírané metody (například představili nové preparáty, na něž jsme už delší



dobu čekali), ale také o důležité poznatky z oblasti anatomie a fyziologie člověka. Prezentované informace pomohly rozptýlit hodně nejasností a odpověděly na mnoho neustále se objevujících otázek. Kromě doplnění teoretických vědomostí měli účastníci možnost také zdokonalit své praktické dovednosti v oblasti používání přístroje Salvia i využití programu EAM set.

I přes neobyčejně bohatý plán činností našli účastníci čas a energii také pro jiné aktivity. Krásné okolí i příznivé počasí lákaly opustit přednáškové sály, a proto nechyběly večerní procházky po břehu moře s milými rozhovory nejenom o detoxikačních zkušenostech.

Nechyběla ani tradiční slavnostní večere, podněcující účastníky k výměně zkušeností. Skvostné jídlo, příjemná atmosféra a taneční hudba přály dobré náladě, a tak zábava na parketu neměla konce, neobešla se samozřejmě ani bez vokálních vystoupení.

Letošní letní školu můžeme považovat za velice vydařenou. Zároveň chceme poděkovat všem přítomným za účast na tomto setkání a za vytvoření mimořádně přívětivé atmosféry.

Jsme zvědaví, kde se setkáme příští rok...

Monika Liczmańska, PCPZ DANMED
(ed. Mgr. P. Kotková)

Foto: www.kahlberg.mierzeja.pl

Candida albicans

V lidském těle běžně žije mnoho druhů mikroorganismů, které koexistují v konkurenční rovnováze. Jedním z těchto mikroorganismů je i kvasinka *Candida albicans*, patřící mezi jednobuněčné houby. Vstupuje do těla novorozenců již krátce po porodu, ve věku šesti měsíců vykazuje pozitivní test na kandidu více než 90 % dětí. V dospělé populaci je jejím hostitelem prakticky každý.

Kandida žije v ústech, v krku, ve střevěch a v močopohlavním traktu. Pokud není rovnováha v organismu narušena, přítomnost kandidy nezpůsobuje žádné potíže.

Za normálních okolností mají buňky kandidy oválný tvar a jsou veliké asi jako červené krvinky. Není-li však bujení kandidy dostatečně omezeno imunitním systémem, namnožené kvasinky se prodlužují a pučí v řetězích či vláknech, které pronikají sliznicemi a vytvářejí v nich mikroskopické trhliny. Do krevního řečiště tak mohou pronikat různé částice, které mohou ucpávat lymfatickou soustavu, vyvolávat záněty a podílet se i na vzniku potravinových alergií. Trvalý tlak na imunitní systém může nakonec vést k oslabení rezistence vůči všem nemocem.

Kandida je značně adaptabilní, což jí umožňuje produkovat maskovací antigeny, které imunitnímu systému znesnadňují, aby ji rozpoznal jako cizí a škodlivou. Narušení procesu rozlišování vlastních a cizích buněk může vést k řadě autoimunitních onemocnění.

Nejvýznamnější rizikové faktory, které narušují ekologickou rovnováhu organismu, oslabují imunitní systém a umožňují kvasinkám bujet, jsou následující:

- steroidní hormony a imunosupresiva
 - těhotenství a hormonální antikoncepce
 - nedostatečná výživa neodpovídající nutričním potřebám jednotlivce
 - strava s vysokým obsahem škrobů a cukrů
 - antibiotika a sulfonamidy
- Příznaky infekce přemnoženou kandidou jsou zpočátku mírné, např. rý-

ma, podrážděné hrdlo, bolesti břicha, trávicí obtíže, pálení nebo svědění rektu, svědění, pálení nebo výtok z pochvy, časté močení, infekce močového měchýře ad. Zůstane-li imunitní systém oslabený dlouhodobě, může se kandida rozšířit do všech částí těla a způsobovat nejrůznější problémy, například únavu, mátožnost, nekoordinovanost pohybů, nesoustředěnost, výkyvy nálad, závratě, bolesti hlavy, zkažený dech, kašel, dušnost, otoky kloubů, artritidu, poruchy zraku, bolesti uší, ztrátu sluchu, pálení nebo slzení očí, bolesti svalů, deprese, podrážděnost, touhu po sladkém, zvýšenou citlivost na potraviny a chemikálie, astma, sennou rýmu, vícečetné alergie, kopřivku a vyrážky, ekzémy, lupénku a chronická plísňová onemocnění.

Kandida se živí převážně cukry, které zkvašuje na etanol a kyslík uhličitý. Etanol má v malém množství antioxidační a dezinfekční účinky. Pokud je však produkován v příliš velkém množství, začne se měnit na acetaldehyd. Má-li člověk adekvátní množství L-glutaminu, selenu, niacinu, kyseliny listové, vitaminů B₆ a B₁₂, železa a molybdenu, pak se acetaldehyd v játrech metabolizuje na kyselinu octovou, která se může buď vyloučit z těla, nebo přeměnit na acetyl koenzym A, zdroj energie. Pokud problém trvá delší dobu, mohou se zásoby vitaminů a minerálů vyčerpat, aldehydy se začnou hromadit v tkáních, a to může vést k různým patologickým stavům.

Z uvedeného vyplývá, že chceme-li omezit bujení kandidy, je úprava stravy zásadním krokem. Při protikvasinkové dietě byste měli omezit následující potraviny:

- cukry (včetně fruktózy) a výrobky s cukrem
- výrobky z bílé mouky a z bílé rýže
- alkohol, káva, černý čaj, slazené a instantní čaje, limonády
- banány, mandarinky, hrozny, broskve a sterilované ovoce
- plísňové sýry a ostatní pasterizované mléčné výrobky
- ocet, hořčici, kečup a další dochucovadla

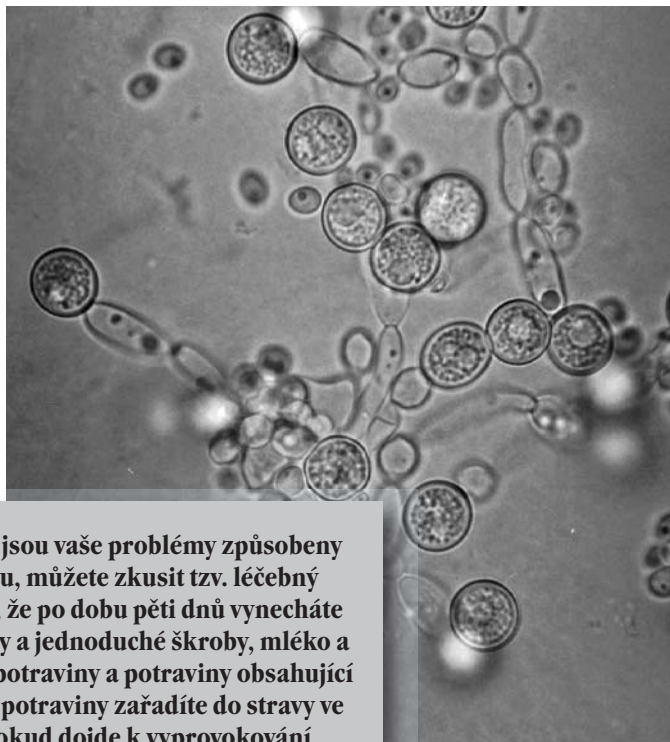
Vhodné jsou naopak tyto potraviny:

- jakákoliv čerstvá nebo vařená zelenina, čerstvé zeleninové saláty
- místo brambor například topinambury, místo bílé rýže pohanka, jáhly nebo quinoa
- zelí a kysané zelí (největší nepřítel kvasinek!), cibule, česnek, zázvor, křen
- jakékoliv ořechy a semínka, ideální je používat také čerstvý či strouhaný kokos
- jogurty se živými kulturami, probiotické doplňky, vláknina
- kyselé ovoce – grapefruity, citrony, kyselé pomeranče, kyselá jablka
- nápoje bez cukru, čaj lapacho, maté, zelené a bylinkové čaje
- zvýšený příjem vitaminů a minerálních látek (hořčík, draslík, vápník, vitaminy řady B)
- přírodní doplňky stravy jako aloe vera, šťáva noni, extrakt z česneku
- je vhodné podpořit funkci jater extraktem z ostropestřece
- vhodné doplňky jsou také extrakt z grapefruitu, měsíčku či oregánový olej

- čerstvé bylinky s antiseptickými účinky (oregano, rozmarýn, meduňka ad.)

Správná strava obvykle vede ke zlepšení potíží během několika dní až týdnů. Doporučuje se také eliminovat nebo minimalizovat používání antibiotik, steroidů, imunosupresiv a hormonální antikoncepce (samozřejmě po konzultaci s ošetřujícím lékařem) a dále hodně pít (tři litry vody denně) a pravidelně cvičit (cvičení podporuje funkci imunitního a lymfatického systému).

Účinnou zbraní v boji proti přemnožené kandidě je kyselina kaprylová, přírodní masná kyselina, která je spolu s kyselinou kapriovou a laurovou obsažena v kokosovém oleji. Kyselina kaprylová



Jestliže si nejste jisti, zda jsou vaše problémy způsobeny přemnoženou kandidou, můžete zkusit tzv. léčebný pokus. Ten spočívá v tom, že po dobu pěti dnů vynecháte určité potraviny, a to cukry a jednoduché škroby, mléko a mléčné výrobky, kvašené potraviny a potraviny obsahující plísň. Po pěti dnech tyto potraviny zařadíte do stravy ve zvýšeném množství. Pokud dojde k vyprovokování nepříznivých příznaků, můžete mít důvodné podezření na nadměrné bujení kvasinek.

je pro kandidu smrtící a svojí účinností se vyrovná nystatinu, což je antibiotikum, které používá k léč-

bě kandidóz oficiální medicína. Doporučuje se užívat kokosový olej zpočátku jednu polévkovou lžici až třikrát denně (v postupně rostoucích dávkách) a poté přejít na udržovací dávku dvou lžic denně. Používá se pouze za studena lisovaný (panenský) kokosový olej. Z dalších přírodních prostředků potlačujících bujení kandidy můžeme jmenovat např. česnek, dobromysl či červené lapacho.

Protikvasinkovou dietu a užívání přirozených protiplísňových prostředků je vhodné doplnit také probiotiky. Probiotika by měla obsahovat jak laktobacily (*Lactobacillus acidophilus*), tak bifidobakterie (*Bifidobacterium bifidum*). Tyto „přátelské“ mikroorganismy brání kandidě v růstu a jsou rovněž schopny produkovat přirozená antibiotika, která jsou účinná proti nejrůznějším choroboplodným mikroorganismům.

Je třeba připomenout, že úplná eliminace kvasinek z lidského těla není proveditelná ani žádoucí. Nejde tedy o vymýcení kandidy, ale o obnovení správného a vyváženého ekologického stavu mezi člověkem a kvasinkou.

Zdroje: www.metabolickety.py.com
Bio&Natur, jaro 2009
Ilustrační foto: www.cbs.knaw.nl

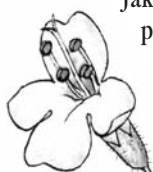
Dobromysl obecná

(*Origanum vulgare*)



Kolikrát jste v kuchyni při vaření vzali do ruky nádobku s oreganem? A vzpomněli jste si přitom, že máte v rukou bylinu, která může být klíčem k řešení mnoha zdravotních potíží?

Dobromysl roste především na slunných stráních, na pasekách, ve světlých lesích a v křovinách. Často se pěstuje také na zahradách, je oblíbená i jako okrasná rostlina (zejména ve skalkách). K terapeutickým účinkům se používá kvetoucí nať (*Herba origani*), která se sbírá před polednem, kdy má největší obsah silic. Nať se seřezává nad zemí a poté se suší ve stínu nebo při umělé teplotě do 35 °C. Obsahuje až 0,4 % silice, jejíž hlavní složkou (téměř 50 %) je thymol. Silice má silný spasmolytický účinek, působí dezinfekčně a protizánětlivě, usnadňuje odkašlávání a zvyšuje vyměšování žluči.



Jak už její název napovídá, působí tato vytrvalá bylina z čeledi hluchavkovitých příznivě na psychiku. Má ale ještě celou řadu dalších účinků. Droga se užívá vnitřně jako stomachikum, spasmolytikum a choleretikum v nálevu dvakrát denně (čajová lžička řezané drogy na šálek vody) při úporném a černém kašli a při onemocnění dýchacího ústrojí. Používá se také jako regulátor stolice a při žaludečních neurózách a nechutenství.

Zevně se používá k přípravě sílicích koupelí nebo kloktadel užívaných při onemocnění dutiny ústní a horních cest dýchacích. Při kašli a rýmě se doporučuje inhalace par.

Zdroj: Korbelař J., Endris Z.: *Naše rostliny v lékařství*
<http://botanika.wendys.cz>

Ostropestřec mariánský

(*Silybum marianum*)

Ostropestřec se jako léčivá bylina používá již od pradávna; v Evropě se těšil zvláštní pozornosti zejména v 16. století. Kvůli mléčné bílým pruhům na listech byl ostropestřec nazýván mariánským bodlákem: legenda říká, že na jeho listy spadlo několik kapek mléka, když Panna Marie kojila Jezulátko.

Ostropestřec je původem ze Středomoří, do Evropy jej pravděpodobně ve středověku přinesli mniši. Nyní se u nás pěstuje v zahradách nebo roste divoce na návších, rumišťích a kamenitých stráních. Účinné

látky jsou bezprostředně pod osemením, a proto se používá semeno se slupkou (*Fructus cardui*



Zdroj: J. Korbelař, *Naše rostliny v lékařství*

Mariae). Krátce před dozráním se sbírají celé úbory a nechají se dozrát na suchém a vzdušném místě. Poté se plody z úborů vymlátí a zbaví chmýru.

Plody ostropestřece se užívají zejména při nemocech nebo poškozeních jater, k nimž dochází např. při žloutence, cirhóze či při nejrůznějších otravách (v důsledku intoxikace alkoholem, drogami, průmyslovými jedy nebo houbami). Droga také

ovlivňuje tvorbu žluči a tím i celou látkovou výměnu.

Za nejúčinnější se považuje užívání prášku z mletých plodů nebo podávání tinktury. Syllimarín se špatně rozpouští ve vodě, a proto je odvar či nálev málo účinný.

Zdroj: Korbelař J., Endris Z.: *Naše rostliny v lékařství*
<http://botanika.wendys.cz>
www.zdravcentra.cz

Zdroj: J. Korbelař, *Naše rostliny v lékařství*

Náš tip

Dobromysl i ostropestřec pomáhají při řešení kvasinkových infekcí.

Dnes s Mgr. Evou Jonášovou

Špenátovo-špaldové lívance

Špaldová celozrnná mouka, sójové mléko, špenátové listy, kypřicí prášek do pečiva bez fosfátů, sůl, olivový olej, česnek

Ze špaldové mouky, mléka a soli vytvořte hladké tekuté těsto. Přidejte lžičku kypřicího prášku a omyté pokrájené listy špenátu. Na závěr vmíchejte drcený česnek. Na rozpálenou pánev vytřenou olejem lijte naběračkou těsto a lívance pečte po obou stranách.



Cizrnový salát

Cizrna, červená paprika, cibule, okurka, petrželka, sójová majonéza, slunečnicová semínka, olivový olej, sůl, citronová šťáva, pepř

Cizrnu namočenou den předem uvařte doměkka. Přidejte pokrájenou papriku, okurku, petrželku a cibuli pokrájenou na proužky. Osolte, vmíchejte sójovou majonézu, pokapejte olivovým olejem a citronovou šťávou a nechte krátce uležet v chladu. Posypte slunečnicovým semínkem nasucho opraženým na pánvi, podle chuti opepřete čerstvým pepřem. Podávejte s žitným chlebem.

Náš tip

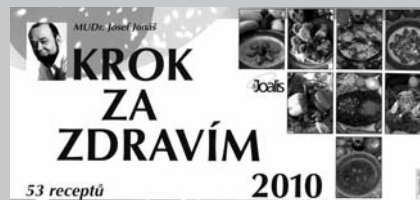
Recepty, které jsme pro vás dnes vybrali, obsahují jen suroviny povolené či doporučené při protikvasinkové dietě.

Vaříte rádi?

Kalendář na rok 2011 – příležitost pro vás

Vážení čtenáři,

jak jistě víte, vydáváme již několik let kalendář Krok za zdravím, který vždy obsahuje soubor receptů k přípravě zdravých a zároveň chutných jídel. Pro rok 2011 jsme se rozhodli požádat o spolupráci vás, naše příznivce. Pro řadu z vás je zdravá strava koníčkem, a proto věříme, že se v naší redakci sejde velké množství originálních receptů z vaší vlastní kulinářské tvorby. Autoři, jejichž recepty budou vybrány, od nás obdrží jako poděkování detoxikační set psychoharmoní®. Jejich jména budou uvedena u příslušného textu. Recepty zasílejte nejpozději do 30. 9. 2009 na adresu p.kotkova@joalis.eu. S případnými dotazy se můžete obracet na uvedenou adresu nebo na tel. 221 732 031 a 602 681 495.



Na spolupráci se těší vaše redakce

Podmínky: Zasláný recept musí být vlastní, nesmí být převzatý z publikace vydané od roku 2006 do současnosti. Pokud bude originál receptu pocházet z publikace z let 2006–2009, je nutná jeho obměna. Zaslátel se vzdává veškerých práv vztahujících se k zaslánému materiálu.

AKCE – STANDARDNÍ SYSTÉM VZDĚLÁVÁNÍ

1. 10. 2009 – Malinovského náměstí 4, Brno, Dům odborových služeb, učebna 415 A

TEMATICKÝ SEMINÁŘ V BRNĚ

Seminář je určen pro začátečníky i zkušené terapeuty. Téma: Pentagramové souvislosti a práce s preparáty.

Lektor: Pavel Jakeš

Doba konání: 8.45–16.00

Cena: 600 Kč

Příhlášky a informace: Body Centrum, Cejl 7, 602 00 Brno, tel. 545 241 303

Nutno přihlásit se předem!

14. 10. 2009 – ECC,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

UKÁZKOVÉ MĚŘENÍ – „STÁŽ U VLAĐKY MÁLOVÉ“

Doškolovací kurz praktické práce se Salvií:

- procvičení měření, vyhledání a odstranění chyb při měření
- používání sad a programu při vlastním měření, kombinace s preparáty
- praktické příklady postupu detoxikace – ukázkové měření pěti účastníků kurzu:
 - zaměření na konkrétní problém,
 - neurčitě problémy různého charakteru.

Náplň kurzu je dále řízena požadavky účastníků kurzu. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Vladimíra Mállová

Doba konání: 9.30–15.30

Cena: 1000 Kč, platba na místě

Příhlášky a informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, eccpraha@joalis.cz
Nutno přihlásit se předem!

12. 11. 2009 – Body Centrum, Cejl 7, poradna 2

KONZULTAČNÍ ODPOLEDNE V BRNĚ

Určeno pro absolventy seminářů I, II, III A a III B jako následná pomoc při řešení dotazů týkajících se měření na Salvií. Nácvik práce se Salvií. Program je dán potřebami účastníků. Možno dovést demonstranta. Maximálně pro šest zájemců.

Lektor: Ivana Buchtelová

Doba konání: 13.30–16.30

Cena: 200 Kč

Příhlášky a informace: Body Centrum, Cejl 7, 602 00 Brno, tel. 545 241 303

Nutno přihlásit se předem!

21. 10. 2009 – Hotel Olšanka, Táboritká 23, Praha 3, salonek č. 4
DOŠKOLOVACÍ KURZ PRO VLASTNÍKY POČÍTAČOVÉHO PROGRAMU EAM SET

Nové přístupy k práci s počítačovým programem – určeno začátečníkům i zkušenějším měřičům vlastním EAM set. Možnosti využití EAM setu, postup měření infekčních ložisek. Náplň kurzu je dále řízena požadavky účastníků kurzu. Lze se účastnit opakovaně. Práce ve skupině max. pro 25 osob.

Lektor: Mgr. M. Vilánková, M. Dolejšová

Doba konání: 9.00–15.00

Cena: 1000 Kč, platba na místě

Příhlášky a informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, eccpraha@joalis.cz
Nutno přihlásit se předem!

18. 11. 2009 – Hotel Olšanka, Táboritká 23, Praha 3, výstavní sál
POKRAČOVACÍ KURZ DETOXIKAČNÍ MEDICÍNY MUDR. JOSEFA JONÁŠE

Přiblížení obsahu jednotlivých preparátů a způsob jejich užití se zaměřením na detoxikační preparáty Antimetal a Ionyx. Zařazení těžkých kovů a radioaktivních látek do čínského pentagramu – zatížení základních orgánů.

Lektor: Ing. Vladimír Jelínek

Doba konání: 9.00–15.00

Cena: 500 Kč, platba na místě

Příhlášky a informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, eccpraha@joalis.cz

Nutno přihlásit se předem!

2. 12. 2009 – Hotel Olšanka, Táboritká 23, Praha 3, výstavní sál
POKRAČOVACÍ KURZ DETOXIKAČNÍ MEDICÍNY MUDR. JOSEFA JONÁŠE

Základní funkce imunitního systému, obrana organismu proti cizorodým patogenům a autoimunita. Nejčastější infekční zátěže: borelie, FSME, HPV a další.

Lektor: Mgr. Marie Vilánková

Doba konání: 9.00–15.00

Cena: 500 Kč, platba na místě

Příhlášky a informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, eccpraha@joalis.cz

Nutno přihlásit se předem!

AKCE – NOVÝ SYSTÉM VZDĚLÁVÁNÍ

15. 9. 2009 – videokonference: www.joalis.eu / přímá účast: ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ I – ÚLOHA DETOXIKACE PŘI ŘEŠENÍ ZDRAVOTNÍCH PROBLÉMŮ

Určeno všem, kteří se chtějí dozvědět více o metodě MUDr. Josefa Jonáše. Jak nám čínský pentagram pomůže při strategii detoxikace. Rozdělení základních toxinů. Obecné příčiny nemocí. Přímá účast 10 posluchačů, přes videokonferenci neomezený počet zájemců. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Skriptá: Somatologie I

Lektor: Vladimíra Mállová

Doba konání: 15.00–17.00

Cena: 299 Kč

Pro účast na videokonferenci: vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

22. 9. 2009 – videokonference: www.joalis.eu / přímá účast: ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10
SEMINÁŘ II – STRATEGIE DETOXIKACE BEZ MĚŘENÍ NA PŘÍSTROJI SALVIA

Připomínka semináře I – celostní pohled a typy toxinů. Čínský pentagram v rozšířené verzi. Rozlišení preparátů Joalis. Detoxikační balíčky, bioharmonie®, psychoharmonie®. Obecné

příčiny nemocí. Přímá účast 10 posluchačů, přes videokonferenci neomezený počet zájemců. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Skriptá: Somatologie II

Lektor: Vladimíra Mállová

Doba konání: 13.00–17.00

Cena: 399 Kč

Pro účast na videokonferenci: vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

23. 9. 2009 – www.joalis.eu
VIDEOKONFERENCE

Pan MUDr. Josef Jonáš odpovídá na vaše dotazy.

Přednášející: MUDr. Josef Jonáš

Doba konání: 18.30–20.30

Cena: 249 Kč, vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

24. 9. 2009 – videokonference:

www.joalis.eu

SEMINÁŘ III A – MĚŘENÍ NA SALVII

S EAM SETEM – NEJPŘESNĚJŠÍ

URČOVÁNÍ POSTUPU DETOXIKACE

Teorie měření na přístroji Salvia. Jak zapojit Salvii, měření na Salvii pomocí ampulí, kde hledat hlavní bod využívaný při měření Salvii (bod osrdečníku na dlani), technika měření, jak nainstalovat EAM set, pojmy z EAM setu, základní postupy při měření pomocí EAM setu. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Mgr. M. Vilánková, M. Dolejšová

Doba konání: 12.00–17.00

Cena: 650 Kč

Pro účast na videokonferenci:

vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

29. 9. 2009 – www.joalis.eu

ZKOUŠKA 1. STUPNĚ

Zkouška 1. stupně je završením studia a účasti na seminářích I a II. Umožní účastníkovi pokračovat v dalším vzdělávání. V případě úspěšného složení zkoušky vám bude vystaven Certifikát Joalis zkoušky 1. stupně. V den konání zkoušky obdržíte na svůj e-mail testovací arch, který vyplníte a odešlete do hodiny ukončení zkoušky zpět na e-mail, ze kterého jste testovací arch obdrželi.

Doba konání: 15.00–18.00

Cena: 0 Kč

Pro on-line účast: vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

30. 9. 2009 – ECC,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ III B – MĚŘENÍ NA SALVII

S EAM SETEM – NEJPŘESNĚJŠÍ

URČOVÁNÍ POSTUPU DETOXIKACE

Praktické měření na přístroji Salvia. Jak zapojit Salvii, měření na Salvii pomocí

ampulí, kde hledat hlavní bod využívaný při měření Salvii (bod osrdečníku na dlani), technika měření, jak nainstalovat EAM set, pojmy z EAM setu, základní postupy při měření pomocí EAM setu. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Marie Dolejšová

Doba konání: 9.30–15.30

Cena: 1000 Kč, vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

1. 10. 2009 – videokonference:

www.joalis.eu / **přímá účast:** ECC,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ IV – CELOSTNÍ DETOXIKACE

DLE MUDR. JONÁŠE

Prezentace strategie detoxikace dle celostního pohledu. Lze se účastnit opakovaně.

Lektor: MUDr. Josef Jonáš

Doba konání: 13.00–17.00

Cena: 499 Kč

Pro účast na videokonferenci:

vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

8. 10. 2009 – Economy Class

Company, s. r. o.,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

ZKOUŠKA 2. STUPNĚ

Zkouška 2. stupně je završením studia a účasti na všech seminářích. V případě úspěšného složení vám bude vystaven Certifikát terapeut Joalis.

Doba konání: 9.00–11.00, 13.00–15.00

Cena: 299 Kč, vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

Nutno přihlásit se předem!

13. 10. 2009 – videokonference:

www.joalis.eu / **přímá účast:** ECC, **Na**

Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ I – ÚLOHA DETOXIKACE PŘI

ŘEŠENÍ ZDRAVOTNÍCH PROBLÉMŮ

Určeno všem, kteří se chtějí dozvědět více o metodě MUDr. Josefa Jonáše. Jak nám čínský pentagram pomůže při strategii detoxikace. Rozdělení základních toxinů. Obecné příčiny nemocí. Přímá účast 10 posluchačů, přes videokonferenci neomezený počet

zájemců. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Skripta: Somatologie I

Lektor: Marie Dolejšová

Doba konání: 15.00–17.00

Cena: 299 Kč

Pro účast na videokonferenci:

vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

20. 10. 2009 – videokonference:

www.joalis.eu / **přímá účast:** ECC,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ II – STRATEGIE DETOXIKACE

BEZ MĚŘENÍ NA PŘÍSTROJI SALVIA

Připomínka semináře I – celostní pohled

a typy toxinů. Čínský pentagram

v rozšířené verzi. Rozlišení preparátů

Joalis. Detoxikační balíčky,

bioharmoni®, psychoharmoni®. Obecné

příčiny nemocí. Přímá účast 10

posluchačů, přes videokonferenci

neomezený počet zájemců. Lze se

zúčastnit i opakovaně.

Skripta: Somatologie II

Lektor: Marie Dolejšová

Doba konání: 13.00–17.00

Cena: 399 Kč

Pro účast na videokonferenci:

vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha,

tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

21. 10. 2009 – www.joalis.eu

VIDEOKONFERENCE

Pan MUDr. Josef Jonáš odpovídá na vaše dotazy.

Přednášející: MUDr. Josef Jonáš

Doba konání: 18.30–20.30

Cena: 249 Kč, vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

22. 10. 2009 – videokonference:

www.joalis.eu

SEMINÁŘ III A – MĚŘENÍ NA SALVII

S EAM SETEM – NEJPŘESNĚJŠÍ

URČOVÁNÍ POSTUPU DETOXIKACE

Teorie měření na přístroji Salvia. Jak zapojit Salvii, měření na Salvii pomocí ampulí, kde hledat hlavní bod využívaný při měření Salvii (bod osrdečníku na dlani), technika měření, jak nainstalovat

EAM set, pojmy z EAM setu, základní postupy při měření pomocí EAM setu. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Mgr. M. Vilánková, V. Málková

Doba konání: 12.00–17.00

Cena: 650 Kč

Pro účast na videokonferenci:

vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha,

tel./fax 274 781 415, e-mail:

eccpraha@joalis.cz

26. 10. 2009 – ECC,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ III B – MĚŘENÍ NA SALVII

S EAM SETEM – NEJPŘESNĚJŠÍ

URČOVÁNÍ POSTUPU DETOXIKACE

Praktické měření na přístroji Salvia. Jak zapojit Salviu, měření na Salviu pomocí ampulí, kde hledat hlavní bod využívaný při měření Salviu (bod osrdečníku na dlani), technika měření, jak nainstalovat EAM set, pojmy z EAM setu, základní postupy při měření pomocí EAM setu. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Vladimíra Málková

Doba konání: 9.30–15.30

Cena: 1000 Kč, vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz).

Informace: ECC Praha,

tel./fax 274 781 415, e-mail:

eccpraha@joalis.cz

27. 10. 2009 – www.joalis.eu

ZKOUŠKA 1. STUPNĚ

Zkouška 1. stupně je završením studia a účasti na seminářích I a II. Umožní účastníkovi pokračovat v dalším vzdělávání. V případě úspěšného složení

zkoušky vám bude vystaven Certifikát Joalis zkoušky 1. stupně. V den konání zkoušky obdržíte na svůj e-mail testovací arch, který vyplníte a odešlete do hodiny ukončení zkoušky zpět na e-mail, ze kterého jste testovací arch obdrželi.

Doba konání: 15.00–18.00

Cena: 0 Kč

Pro on-line účast: vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha,

tel./fax 274 781 415, e-mail:

eccpraha@joalis.cz

29. 10. 2009 – videokonference:

www.joalis.eu / přímá účast: ECC,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

SEMINÁŘ IV – CELOSTNÍ DETOXIKACE

DLE MUDR. JONÁŠE

Prezentace strategie detoxikace dle celostního pohledu. Lze se účastnit opakovaně.

Lektor: MUDr. Josef Jonáš

Doba konání: 13.00–17.00

Cena: 499 Kč

Pro účast na videokonferenci:

vstupenku lze zakoupit v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha,

tel./fax 274 781 415, e-mail:

eccpraha@joalis.cz

3. 11. 2009 – Malinovského

náměstí 4, Brno

SEMINÁŘ III B V BRNĚ – MĚŘENÍ NA

SALVII S EAM SETEM – NEJPŘESNĚJŠÍ

URČOVÁNÍ POSTUPU DETOXIKACE

Praktické měření na přístroji Salvia. Jak zapojit Salviu, měření na Salviu pomocí ampulí, kde hledat hlavní bod využívaný

při měření Salviu (bod osrdečníku na dlani), technika měření, jak nainstalovat EAM set, pojmy z EAM setu, základní postupy při měření pomocí EAM setu. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: I. Buchtelová, J. Krejčí

Doba konání: 8.45–16.00

Cena: 1000 Kč, platba na místě

Informace: Body Centrum, Cejl 7,

602 00 Brno, tel. 545 241 303

Nutno přihlásit se předem!

5. 11. 2009 – Economy Class

Company, s. r. o.,

Na Výhledech 1234/8, Praha 10

ZKOUŠKA 2. STUPNĚ

Zkouška 2. stupně je završením studia a účasti na všech seminářích. V případě úspěšného složení vám bude vystaven Certifikát terapeut Joalis.

Doba konání: 9.00–11.00, 13.00–15.00

Cena: 299 Kč, vstupenku lze zakoupit

v e-shopu (www.joalis.cz)

Informace: ECC Praha,

tel./fax 274 781 415, e-mail:

eccpraha@joalis.cz

Nutno přihlásit se předem!

26. 11. 2009 – Brno – místo bude upřesněno

ZKOUŠKA 2. STUPNĚ V BRNĚ

Zkouška 2. stupně je završením studia a účasti na všech seminářích. V případě úspěšného složení vám bude vystaven Certifikát terapeut Joalis.

Doba konání: bude upřesněna

Cena: 299 Kč, platba na místě

Informace: Body Centrum, Cejl 7,

602 00 Brno, tel. 545 241 303

Nutno přihlásit se předem!

10. 10. 2009 Hotel INTERNATIONAL, Husova 16, Brno
KONGRESOVÝ DEN V BRNĚ

Kongres se připravuje. Témata budou upřesněna na přihláškách a www.joalis.cz.

Lektor: Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková

Doba konání: 10.00–17.00

Cena: 650 Kč, poplatek zašlete na firemní účet ECC 205 511 314/0300 ČSOB, a to nejpozději do 2. 10. 2009. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC a číslo 111 (rozlišení brněnského kongresu). VZOR: xxxxxx111.

Poplatek je možno uhradit taktéž na místě, ovšem již za cenu 750 Kč.

Přihlášky a informace: Viera Strouhalová,

tel./fax 274 781 415

NUTNO PŘIHLÁSIT SE PŘEDEM!!!

21. 11. 2009 Hotel DUO, Teplická 492, Praha 9
KONGRESOVÝ DEN V PRAZE

Kongres se připravuje. Témata budou upřesněna na přihláškách a www.joalis.cz.

Lektor: MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek

Doba konání: 10.00–17.00

Cena: 650 Kč, poplatek zašlete na firemní účet ECC 205 511 314/0300 ČSOB, a to nejpozději do 14. 11. 2009. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC a číslo 222 (rozlišení pražského kongresu). VZOR: xxxxxx222.

Poplatek je možno uhradit taktéž na místě, ovšem již za cenu 750 Kč.

Přihlášky a informace: Viera Strouhalová,

tel./fax 274 781 415

NUTNO PŘIHLÁSIT SE PŘEDEM!!!

Bulletin informační medicíny.

Vydání září–říjen 2009. Vydal Joalis s. r. o., Na Florenci 19, 110 00 Praha 1, IČO 25408534. Redakčně zpracovala:

Mgr. P. Kotková. Grafik: M. Hovorková. Tisk: Remedia s. r. o., Záhřebská 148/50, 120 00 Praha 2. Evidován pod č. MK ČR E 14928.



**Ilustrace ke článku
Agrese, vztek
Ing. V. Jelínka**

*Mgr. Yvetta Hánlová – AGRESE
130 x 105 cm, malba pastelem, karton*

*Mgr. Yvetta Hánlová – MANIPULACE
30 x 42 cm, kresba, papír*



NOVINKA

– preparát Joalis VasoDren k detoxikaci arterií

Kardiovaskulární systém je nejhroženějším systémem našeho organismu vzhledem k zachování života. Poruchy arterií přitom většinou zůstávají stranou zájmu, protože nebolí. Společnost tak celkově vůči prevenci poruch arteriálního systému zaujímá skeptický postoj.

Arterie vykazují dvě nejdůležitější poruchy:

- porucha endotelu a vytváření defektů v této vrstvě, které vedou k postupnému ucpávání arterií (arterioskleróza)
- porucha regulace průsvitu arterie, což vede ke vzniku vysokého krevního tlaku (esenciální hypertenze)

Mateřským orgánem arterií je srdce, ale zásadní vliv mají také hypotalamus, hypofýza, nadledvinky, ledviny či játra. Detoxikace kardiovaskulárního systému je proto velmi komplexní proces, ve kterém však má nový preparát VasoDren své pevné místo.

VasoDren je vhodný jako preventivní preparát, ale využijeme ho také pro detoxikaci arteriosklerotických poškození nebo při autoimunitním onemocnění arteriálního systému (autoimunitní vaskulitida).

K detoxikaci kardiovaskulárního systému dále použijeme také preparáty CorDren, LiverDren, UrinoDren, Cranium, Hypotal, Supraren, Emoce, Streson.

Náš tip:

Jako prevenci poruch arteriálního systému doporučujeme tzv. středomořskou stravu.



Joalis

Více informací najdete
v rubrice Galerie preparátů.

K dostání
v distribuční síti ECC
nebo na www.joalis.cz
od srpna 2009.