

**Alkohol**

**Nebezpečné ftaláty**

**Osteoporóza**

## Slovo redakce

Vážení čtenáři, milí kolegové a příznivci,

opět dostáváte do ruky svůj bulletin informační medicíny JOALIS INFO. Tohle číslo – listopad/prosinec – je tak trochu zvláštní. Tvoříme je pro vás v čase barevného padajícího listí, kaštanových zvířátek a ranního chladu za nehty, ale vztahuje se vlastně i k době Adventu a vůně vánočního cukroví. Mnozí jej možná budete číst ve chvílích oddechu mezi svátečními přípravami, někteří snad až v posledních dnech tohoto roku. Proto je velmi těžké rozhodnout, zda jsou tato slova podzimní či téměř novoroční.



V každém případě vám tedy v tomto čísle nabídneme tak trochu od každého něco. Dozvíte se, jaké se chystají podzimní kurzy a přednášky, jaké jsme pro vás připravili novinky na našem serveru, ale také můžete načerpat trochu vánoční inspirace pro svou kuchyni. Ze zdravé kuchyně paní Jonášové jsme pro vás totiž tentokrát vybrali dva téměř sváteční recepty, které vám možná pomohou trochu pozměnit či vylepšit váš jídelníček. Ani v čase Vánoc bychom totiž neměli zapomínat na své zdraví. Naopak – blížící se přelom roku nás přímo vybízí zamyslet se nad sebou, zjistit, kam se naše kroky vlastně ubírají a zda jsme s touto cestou spokojeni. Sílu cokoli změnit máme často v rukou my sami.

Závěrem bychom vás rádi požádali o spolupráci – v souvislosti s novou podobou našeho JOALIS INFO se objevil zajímavý postřeh jedné čtenářky: lesklý papír, na němž je bulletin vytištěn, technicky znemožňuje čtení časopisu

při umělém osvětlení ve večerních hodinách. Máte podobný názor? Napište nám, abychom zjistili, zda tento problém trápí více čtenářů a mohli případně provést změny. Děkujeme.

Ale nyní už vám přejeme příjemné čtení, krásný zbytek podzimu a také veselé Vánoce!

*redakce*

## Obsah

<b>Slovo redakce</b>	.....	2
<b>Strava &amp; metabolismus</b>	Jak snášíte alkoholické nápoje? .....	2
<b>Životní prostředí &amp; ekologie</b>	Nebezpečné ftaláty .....	4
	Tiskárna horší než rušná ulice .....	7
<b>Psychika &amp; detoxikace</b>	Toxičtí lidé I. ....	7
	Vysoká škola detoxikace II. (emoce) .....	8
<b>Galerie preparátů</b>	Cranium .....	10
<b>Genetika</b>	Samota mění funkce genů .....	12
<b>Mikrobiologie</b>	Antibiotika a detoxikace .....	12
<b>Kovy kolem nás</b>	Kadmium .....	14
<b>Standarty &amp; detoxikace</b>	Osteoporóza .....	15
<b>Portrét</b>	Eva Dostálová – nová manažerka JOALIS s. r. o. ....	15
<b>Příležitostné</b>	Úžasný pohled do minulosti civilizací potvrzen moderní vědou o výživě? .....	17
<b>Zdravě &amp; chutně</b>	Pikantní kapr s netradičním salátem, špaldová vánočka .....	18
<b>Náš tip</b>	Novinky na <a href="http://www.joalis.cz">www.joalis.cz</a> .....	18
<b>Kalendář akcí</b>	Připravované akce .....	19

*Foto na titulní straně: Jan Gonda, na poslední straně: MUDr. Věra Novotná*

## Jak snášíte alkoholické nápoje?

V minulém čísle bulletinu jsme si v vyprávěli základy genetické informace. Řekli jsme si, že genom člověka jsou kódovány proteiny. Ty pak v organismu plní zcela specializované funkce.

Velmi důležitou skupinou proteinů kódovaných v DNA jsou enzymy. Jsou to látky, které v metabolismu člověka i jiných živých organismů umožňují například to, aby z jedné konkrétní látky mohla vznikat látka jiná – dceřinná. Ve skutečnosti však některé chemické reakce bez přítomnosti enzymu neprobíhají vůbec, nebo jen velmi pomalu. Velký problém nastává například u všech laboratorně vytvořených umělých hmot – v žádných bakteriích ani plísňích vyskytujících se v přírodě neexistují pro tyto hmoty enzymy schopné odbourat je rychle na jednoduché látky, které se pak opět mohou stát běžnou součástí přírody.

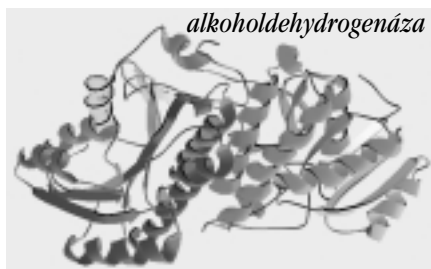
Název článku napovídá, že dnes bude řeč o alkoholu. Pijete alkoholické nápoje? Že vám je po nich špatně a alkohol nesnášíte? Možná se dnes dozvíte proč.

Alkohol, přesněji ethylalkohol  $\text{CH}_3\text{CH}_2\text{OH}$ , se v organismu běžně vyskytuje ve střevech, a to v průběhu kvasných procesů. Organismus s jeho přítomností počítá. To dokládá již fakt, že lidský genom obsahuje dva druhy enzymů nezbytných pro jeho odbourávání – přeměnu na jiné látky. V optimálním případě se při požití alkoholu stane z ethylalkoholu nejprve acetaldehyd za pomoci enzymu acetaldehyddehydrogenázy (viz obrázek). Acetaldehyd je následně

*acetaldehyddehydrogenáza*



*alkoholdehydrogenáza*



přeměněn na kyselinu octovou a ta pak na jiné, menší a neškodné molekuly. Konečnými produkty odbourávání alkoholu v lidském organismu jsou voda a kysličník uhličitý.

Po požití se již v žaludku začíná alkohol rychle vstřebávat přes sliznice do krve. O tom, jak rychle tento proces probíhá se můžeme přesvědčit, vypijeme-li nalačno skleničku slivovice. Alkohol se rychle dostane do mozku a zde ovlivňuje nervové tkáně.

V přiměřených denních dávkách má alkohol uvolňující účinek. Uvádí se, že pro muže je pravidelná přiměřená denní dávka alkoholu rovna dvěma desetistupňovým pivům případně čtyři deci vína. U žen je to přibližně polovina, a to právě kvůli jejich horší enzymatické výbavě. Seriózní studie dokonce uvádějí, že například Francouzi díky větší a pravidelné konzumaci červeného vína méně trpí kardiovaskulárními chorobami, než jiné národy.

O tom, zda alkohol rychle vyprchá z krve a tedy i z mozku, rozhoduje momentální zdravotní stav jater, ale zejména kvalita výše zmíněného enzymu alkoholdehydrogenázy. Metabolismus alkoholu probíhá tedy hlavně v cytoplazmě jaterní buňky (daleko méně v žaludku



## Nebezpečné ftaláty

**V nedávné době se v médiích objevily alarmující zprávy o nebezpečných látkách obsažených v dětských hračkách. Na našem trhu bylo zachyceno několik typů hraček, které nejen že nevyhovují platným evropským normám, ale jsou dokonce nebezpečné a toxické. Nejčastěji se jednalo o různé druhy nafukovacích hraček, levná autíčka z řetězců se zlevněným zbožím apod.**

Například na konci srpna nechala MF DNES otestovat hračky náhodně zakoupené na tržištích a v prodejně levného zboží. Výsledek? Hračky obsahovaly jed! Při testu provedeném v Institutu pro testování a certifikaci vyšlo např. najevo, že z oranžového nátěru policejního autíčka z prodejní sítě Bankrot se uvolňuje 23x více olova a desetkrát více chromu, než povolují předpisy. „Taková hračka by vůbec neměla být na trhu,“ uvedla Jitka Sosnovcová ze Státního zdravotního ústavu. Dodejme jen, že pískací rybičky zase obsahovaly nebezpečné ftaláty. Ve všech případech šlo o čínské výrobky.

Olovo je nebezpečné tím, že se hromadí v lidském těle. Má rakovinotvorné účinky, navíc působí na nervový systém a u dětí může způsobit zpomalení duševního i tělesného vývoje. Ftaláty poškozují plodnost a mají zhoubné účinky i na játra a ledviny.

Uvedené zjištění MF DNES přišlo krátce poté, co světem proletěla zpráva o zdravotně závadných hračkách od renomované firmy Mattel. I ty jsou totiž z velké části vyráběny v Číně.

Proč se aféry z poslední doby týkají právě výrobků z Číny? Pochází odtud cca 80 % světové produkce. Nejruznějším firmám se totiž paradoxně finančně vyplatí nechat si své zboží vyrobit právě v Číně, která se k ochraně životního prostředí a používání nebezpečných látek staví značně liknavě.



a ledvinách), kde se výše uvedený enzym vyskytuje. Pokud je vše v pořádku, rychle vystřízlivíme a alkohol se přemění na acetaldehyd. To ocení především řidiči při dechové zkoušce Policie ČR.

Acetaldehyd je hlavní látka odpovědná za toxické účinky související s alkoholem. K jeho odbourání potřebujeme kvalitní enzym acetaldehyddehydrogenázu. Když tento metabolický stupeň funguje bez chyby, pak je alkohol dokonce velkým zdrojem energie a jeho metabolity vstupují do Krebsova (citrátového) cyklu. V opačném případě cítí člověk ráno po probuzení bolest hlavy, má ucpaný nos a není schopen přemýšlet. Dalším příznakem snížené funkčnosti zmíněného enzymu je červenání po konzumaci alkoholu.

Tento enzym je méně kvalitní např. u více než 50 % Japonců, Korejců nebo Číňanů. Ti proto hůře snášejí alkohol. Na to např. doplatili Indiáni v Severní Americe, když začali s bělochy směňovat různé věci za „ohnivou vodu“. Jejich genom totiž není na velké množství alkoholu vybaven, jejich enzymy jsou polofunkční.

Jak si tedy vylepšit metabolismus alkoholu, abychom např. na oslavě narozenin svého známého nemuseli s díky odmítat alkohol se slovy, že nám nedělá dobře?

Dříve než začneme s detoxikačními opravami genomu, udělejme věci zásadnější: detoxikujme játra od jiných toxinů tak, aby měla dostatek energie na chemické reakce spojené s odbouráváním alkoholu. Jater se týkají především tyto preparáty:

**Joalis LiveHelp**

**Joalis LiverDren**

**Joalis Hepar**

**Joalis Antimetel**

**Joalis Antimetel Hg**

**Joalis Antichemik**

**Joalis Metabex**

**Joalis Metabol**

**Joalis Antidrog**

**Joalis Streson**

Dále je možné aplikovat mechanickou očistu žlučových cest, která je popsána v knize Prak-tická detoxikace podle MUDr. Josefa Jonáše.

Níže převzatý článek z internetového serveru ponechávám bez komentáře.

*Ing. Vladimír Jelínek*

### **10. 10. 2007. Australští lékaři použili netypický způsob záchrany 24letého italského sebevraha, který se otrávil nemrznoucí kapalinou. Tři dny mu podávali velké množství vodky, oznámili ve středu.**

SYDNEY – Nezvyklá metoda léčby bylo podle lékařů z queenslandské nemocnice v Mackay Base optimální volbou, jak vytěsnit z těla smrtelně jedovatý etylen glykol.

Když došly nemocnici zásoby čistého stoprocentního lékařského lihu, běželi doktoři nakoupit vodku. „Nejnsnazší bylo podávat mu alkohol trubící do žaludku,“ uvedl lékař Pascal Gelperowicz. Jeho kolega doktor Todd Fraser sdělil, že pacient dostával tři běžné drinky každou hodinu během tří dnů. „Naštěstí byl po většinu doby v umělém spánku,“ řekl a dodal: „Když se probral, myslím, že kocovina už byla pryč.“

Pacient strávil v nemocnici dvacet dní. Pak byl propuštěn.

*Zdroj: AFP, Novinky*



Ovšem případy jedovatých hraček stále přibývají. Pokud chce zákazník koupit nezávadnou hračku, u níž by si mohl být jistý, že zdraví jeho dítěte neohrozí, nemá příliš velkou šanci. Drtivá většina hraček na našem trhu je vyrobena právě z plastů, přičemž na řadě z nich není uvedena ani země původu, natož složení či podobné údaje. Někteří zákazníci se snaží kupovat pouze výrobky se značkou CE zaručující, že výrobek splňuje normy Evropské unie. Ovšem je třeba bohužel dodat, že řada výrobců používá tuto značku neoprávněně.

Z tohoto důvodu hodlá ministerstvo zdravotnictví provádět častější kontroly, zvýšit chce i pokuty, aby prodejci i výrobci více dbali na nezávadnost zboží. To je sice chvályhodné, ale prakticky vzato to běžnému spotřebiteli příliš nepomůže – kontroly není možné provádět masově a ve všech obchodech zároveň, takže celá řada lidí zakoupí hračku, o nichž se např. za měsíc dozví, že byly staženy z trhu.

Má však vůbec zákazník šanci dozvědět se, že určité výrobky jsou závadné a zdraví škodlivé? Má, ale místo, aby tato informace byla poskytována „na každém rohu“, příliš lidí o ní stále neví. Jsou to **www stránky Sdružení obrany spotřebitelů** <http://www.spotrebitele.info/>. Stačí si na této stránce najít v levém menu termín **RAPEX** a zobrazí se stránka, kde jsou pravidelně zveřejňovány týdenní zprávy o nebezpečných výrobcích na našem trhu. U každého výrobku je uvedeno, proč nevyhovuje normám, co obsahuje apod. Téměř každý výrobek je také vyfocen, což je velmi důležité. Jedinou drobnou nevýhodou je, že zmíněné zprávy mají cca 2-3 týdenní zpoždění. Nicméně se jedná o velice výhodný systém, patrně jediný svého druhu.

#### Ukázka ze zprávy za 34. týden 2007:

**Kategorie:** chemicky nebezpečné výrobky

**Výrobek:** tetovací inkoust

**Značka:** Euro Sumi

**Bakteriologické nebezpečí:** uvedený výrobek obsahuje pseudomonu spp (1500 cfu/ml).

**Typ/číslo modelu:** ES020408

**Popis:** bílá plastová láhev s červeným víčkem a černým čínským drakem

**Objem:** 300 ml

**Země původu:** Velká Británie

Bylo zaznamenáno několik stížností – po použití výrobku dostali spotřebitelé infekci

**Kategorie:** hračky

**Výrobek:** nafukovací plastový meč „Piráti z Karibiku“

**Značka:** Donald Duck & Co

**Typ/číslo modelu:** meč byl prodáván jako dárek k dětskému časopisu

**Popis:** nafukovací plastová hračka ve tvaru meče, délka 67 cm, barvy stříbrné, zlaté, červené a černé. Hračka je zabalena v plastovém obalu o rozměrech 10 x 16 cm se znakem filmu „Piráti z Karibiku“.

**Země původu:** Čína

**Chemické nebezpečí:** uvedená hračka obsahuje těkavé organické látky:

- 100-1000 mg/kg cyclohexanonu,

- 10-100 mg/kg xylenu,
- 10-100 mg/kg C3-alkyl-benzenu,
- malé, nekvantifikovatelné množství toluenu, methylisobutylketonu, octa-hydro-naftalinu, methyl-decalinu a hydrocarbonu.



Výše zmíněné látky mohou způsobit podráždění a alergickou reakci při kontaktu s pokožkou nebo při vdechnutí. Výrobek nevyhovuje direktivě o hračkách a příslušnému evropskému standardu EN 71-9

#### Vraťme se ale zpět k tolik diskutovaným ftalátům. O jaké látky se vlastně jedná?

Ftaláty neboli estery kyseliny ftalové představují poměrně širokou skupinu chemických látek. Používají se především jako změkčovadla do plastů – hlavně PVC – jako přísady do kosmetiky, ale také v insekticidech nebo jako adhesiva. Jde o látky silně lipofilní.

Výsledky testů na zvířatech ukázaly, že některé z ftalátů působí nepříznivě na vývoj mužských reprodukčních orgánů a jsou toxické pro testikulární buňky, které zajišťují normální produkci hormonů a spermií. Jde konkrétně o skupinu tří až čtyř ftalátů: di-(2-ethylhexyl) ftalát (DEHP), di-butyl ftalát (DBP), benzylbutyl ftalát (BBP) a možná též di-isononyl ftalát (DINP).

Účinky na lidské zdraví se u jednotlivých konkrétních sloučenin liší a závisí na načasování a velikosti dávky, jíž je člověk vystaven. Mladý, vyvíjející se organismus je na působení ftalátů mnohem citlivější než dospělý jedinec. Mimořádně citlivé jsou z tohoto hlediska zejména mužské pohlavní orgány ve fázi vývoje, ovšem negativní je vliv ftalátů také na játra, ledviny, plíce a srážlivost krve.

Ftaláty dostává člověk do svého těla zejména dýcháním ve znečištěném ovzduší (ústí i kožní resorpcí, ale také např. z potravin. Ftaláty se ale uvolňují i z podlahové krytiny z PVC, kde nejsou pevně vázány. Vysoké koncentrace ftalátů jsou v České republice v posledních letech opakovaně zjišťovány v mateřském mléce.

Toxické ftaláty mají na lidské zdraví řadu negativních účinků. Jsou spojovány především s poškozením jater a ledvin, s atrofií varlat a s četnými zdravotními problémy u reprodukčních orgánů.

Již v roce 2002 zveřejnily tři americké ekologické organizace studii, podle níž je řada kosmetických výrobků renomovaných a oblíbených značek – parfémů, krémů nebo deodorantů – plná ftalátů. Studie nazvaná „Nepříliš krásné“ testovala 72 výrobků. Jen dvacet jich uspělo – ve zbývajících 52 případech byly ftaláty nalezeny. To představuje 72% podíl. Mezi výrobky, které obsahovaly těchto chemických látek nejvíce, patří například parfém Poison od firmy Christian Dior

a deodoranty a vlasové gely značek Revlon, Calvin Klein a Procter & Gamble. Přitom – jak řekl Bryony Schwanm, koordinátor jednoho ze zadavatelů studie skupiny Coming Clean – tyto chemické látky, které mohou poškodit plodnost a vývoj plodu, se nesmějí nacházet ve výrobcích určených pro ženy.

Studii vydala mezinárodní síť Health Care Without Harm; mezi jejími 350 členy je i české sdružení Arnika. Podle Lenky Maškové, vedoucí kampaně „Zdravotnictví bez PVC“ je studie průlomová, protože poprvé zkoumala souhrnný příjem ftalátů.

Americké Centrum pro kontrolu a prevenci nemocí CDC zná ftaláty a jejich nebezpečnost už dvacet let. Nalezeny byly v řadě dalších běžných výrobků, např. v potravinových obalech, koupelnových závěsech, interiérech automobilů, v maltě i malířských barvách. Ekologové říkají, že mezery v zákonech dovolují kosmetickému průmyslu, který má zisk okolo dvaceti miliard dolarů ročně, produkovat výrobky určené pro lidi, aniž by se musely povinně provádět předběžné testy. Autoři studie rovněž poukázali na to, že testy na ftaláty byly provedeny na pouhém necelém procentu kosmetických výrobků dostupných na trhu.

Ovšem tehdejší hlavní pražský hygienik Vladimír Polanecký se k výsledkům mezinárodní studie, kterou zveřejnilo ekologické sdružení Arnika, vyjádřil takto: „Jedna studie, žádná studie.“ Podle ní ovšem ftaláty poškozují imunitní a hormonální systém člověka. Ekologové proto chtějí, aby pomůcky z PVC například zmizely z zdravotnictví. K tomu Polanecký dodal: „To všechno vyhodíme a budeme strkat do lidí dřevěné nebo železné trubičky.“ Nejvíce jsou ftaláty ohroženi novorozenci, kteří vzhledem k tělesné váze přijímají největší koncentrace, a pacienti dlouhodobě hospitalizovaní, a ti, kteří jsou v přímém kontaktu s PVC výrobky, například při dialýze. Ohroženi jsou také těhotné a kojící matky a rovněž starší lidé, u nichž působí vliv ftalátů a dalších toxických látek dlouhodobě.

Vlivu používání PVC měkčeného ftaláty ve zdravotnictví na zdraví pacientů se dlouhá léta věnuje Doc. MUDr. Kamil Ševela, CSc. z Nemocnice U sv. Anny v Brně. Ve své habilitační práci hodnotí rizika spojená s nežádoucí expozicí ftalátů při různých úkonech u pacientů s nemocnými ledvinami a při použití infuzních setů.

Právě při hemodialýze, která nahrazuje chybějící nebo nefunkční ledvinu, jsou pacienti pravděpodobně ohroženi nejvíce. Během jednoho léčení se pacienti vymění krev z celého těla přibližně desetkrát – tj. 60 litrů přes vaky a hadičky z měkčeného PVC. Podle

výzkumu se přitom ftaláty uvolňují přímo do krve. „Zjistili jsme, že při jednom takovém léčení je pacient vystaven dávkě mezi 10–25mg dietyhexylftalátu (DEHP), což znamená více než desetinásobné překročení v zahraničí tolerované denní dávky,“ uvádí MUDr. Ševela. V případě, že pacient podstupuje hemodialýzu třikrát týdně, tedy 156 x za rok, jedná se již o vysoké dávky zvyšující pravděpodobnost různých zdravotních potíží.

Výzkum se zaměřil i na infuzní sady, které jsou v nemocnicích nejčastěji používány pro podání roztoků minerálů nebo krevního cukru – glukózy. Zde

bylo sice naměřeno zanedbatelné množství ftalátů, ovšem výrazně stoupalo při podávání roztoků obsahujících tuk (např. výživné infuzní směsi pro nemocné). „Umělá výživa se podává pacientům velice často, proto i zde by měly být PVC vaky a hadičky vyměněny za bezpečnější. Alternativy na českém trhu již existují – některé firmy, jako např. B. Braun a Fresenius, se na bezpečnější alternativy z jiných plastů výrazně zaměřují,“ říká Lenka Mašková.

„Po pětiletém výzkumu, kdy firmy a státní instituce neustále slyší o nebezpečí ftalátů ve zdravotnictví, mám pocit, že pro změnu k lepšímu udělali jen velice málo,“ řekl doktor Ševela na tiskové konferenci sdružení Arnika na podzim 2002 a dodal: „Přítomnost ftalátů ve zdravotnických výrobcích z PVC by měla být brána velmi vážně. Je již dost vědeckých studií, které dokazují jejich zdravotní nebezpečnost.“ Za zcela neuvěřitelný označil fakt, že se do PVC, které může obsahovat nebezpečné ftaláty, ještě stále balí potraviny.

„Ač jsem tyto výsledky publikoval již v roce 1997, stát ani výrobci na ně dostatečně nwereagovali změnou výrobních technologií či zvýšením státní kontroly. Proto se i dnes, přes mnohá zdravotní rizika, stále používají v nemocnicích výrobky z PVC měkčeného ftaláty,“ říká MUDr.Ševela.



Zdroje: [www.blisty.cz](http://www.blisty.cz), [www.bezjedu.arnika.org](http://www.bezjedu.arnika.org), MF DNES, [www.spotrebitele.info](http://www.spotrebitele.info) aj

### I v kanceláři jde o čistotu ovzduší a hrozí rakovina

**Ke známým „virům“ způsobujícím syndrom nemocných budov – počítačům, monitorům, klimatizacím, kabelům – se přidal další: některé laserové tiskárny vypouštějí do ovzduší tolik drobných částic, jako kuřák dýmající vedle vás.**

Měla to být rutinní kontrola nastavení klimatizace a kvality ovzduší v kancelářích u rušné ulice. Jenže Lidia Morawská z australské Technologické univerzity v Queenslandu v průběhu měření zjistila, že automobilový provoz není zdaleka tím největším problémem. Během pracovní doby totiž uvnitř hustota mikroskopických prachových částic více než trojnásobně převyšovala hodnoty venku u silnice.

Záhy výzkumný tým odhalil zdroj: laserové tiskárny. Podobně jsou na tom kopírky kromě novějších modelů. Ty vypouštějí během práce ozon, který v kombinaci s různými látkami, třeba osvěžovači vzduchu a čističi, formuje další nezdravé částice. Klasické CRT monitory a počítače vyzařují elektromagnetické vlnění nepříjemné hlavně u monitorů, jejichž zadní – „nejzářivější“ – strana často směřuje na hlavy naproti sedícím kolegům. Elektromagnetický smog ještě doplňují bezdrátové sítě a vlnění z rozvodů elektřiny. Společně se špatně špatně nastavenou klimatizací, tunami betonu a skla pak vytvářejí tzv. syndrom nemocných budov, který se u osazenstva může projevovat bolestmi hlavy a očí, problémy s koncentrací, únavou, rýmou, kašlem a skoro čímkoli dalším nejspíše určitelným. Jde o podobně mlhavý a přece zřejmý problém, jakým je třeba syndrom války v Zálivu.

O tom, že „laserovky“ během tisku vypouštějí jemné částice toneru, tedy prášku, jenž se připěká na papír, se pochopitelně ví. Dosud se však mělo za to, že nejde o větší množství než u kopírovacích strojů, a lidé se spoléhají na ubezpečení výrobců, že se znečištění pohybuje v zákonných normách.

Morawská ale zjistila, že hustota částic v pŕlmetrovém okolí tiskárny se u různých modelů výrazně liší. Podle toho, jak je plná nádrž na toner, mají různé výsledky i jednotlivé kusy téhož modelu. Platí také, že čím více je stránka pokryta (třeba obrázkem), tím více poletuje ve vzduchu částic. „Výfuk“ nejhorsších tiskáren přirovnávají vědci k pobytu vedle kouřícího člověka. Navíc nejde jen o čistý toner, proto je těžké říct, co všechno v prachu je a jak je to nebezpečné.

Do dalších výzkumů se už ochotně hrnou výrobci tiskáren v čele s firmou Hewlett-Packard, která měla tu smůlu, že většina strojů ve zkoumané budově byla z jejich továren. Prozatím Morawská doporučuje zajistit – zvlášt během tisku – dobré větrání, neboť vdechování prachových částic, které se usazují v plicích, může vést k astmatu, rakovině plic i srdečním chorobám.

*Zdroj: Týden*

## Psychika & detoxikace

### Toxičtí lidé 1.

**V souvislosti s detoxikací většinou hovoříme o toxinech hmotného původu, tedy o těch, které se dají vážít a měřit. V poslední době proto věnují pozornost i toxinům psychického původu, s jejichž kvantifikací je samozřejmě problém. Nicméně tento druh toxinů není možné podcenit a zanedbat.**

Věnujme se psychickým toxinům, které jsou v nás, v naší psychice, v naší mentální výbavě, mají své zdroje a my, vedeni vlastní leností nezájmem či neschopností si jich někdy nevšimáme, ba si je spokojeně hýčkáme. Jindy se jich snažíme zbavit a celý život s těmito „kostlivci ve skříní“ bojujeme.

Když jsem nahlédl do knihy Lilian Glas *Toxičtí lidé*, došlo mi, že psychické toxiny nedřímají jen uvnitř nás, ale jsme jimi bohužel atakováni i ze svého okolí. Toxičtí lidé, s nimiž se chceme nebo musíme stýkat, nás zásobují stejně

nebezpečnými toxiny, jako životní prostředí, špatně zvolená strava či radioaktivita.

Již kdysi, před mnoha lety, jsem pracoval s termínem „energetický upír“. Šlo o lidi, pro které byl zdrojem energie rozzlobený, rozčilený jedinec. Velmi snadno se takovému jedinci dostávali pod kůži a dohnali jej k nepřičetnosti, kdykoli si vzpomněli. Pak se již jen blaženě usmívali a sáli. Takový jedinec - pokud byl v jejich dosahu, kdykoli si zamlouli, tedy např. v manželství - chřadnul a chořel. Cítil se unavený, vyčerpaný, ale neschopný cokoli podniknout natož utéci. Vzepřít se takovému upíru nebylo možné - vždy byl silnější než jeho oběť, protože v sobě neměl žádné psychické zábrany, žádné limity. Ze zkušeností vám mohu říci - není jiná obrana proti toxickým lidem, než útek.

#### Profil první – ŽILETKA

***Neušetří své přátele ničeho, a zvlášt ne kritiky – ani parní válec nedrtí tak jako oni – jsou „ostrím“***

***společnosti, jazykem by mohli strážat živý plot.***

Žiletka je člověk arogantní, neupřímný, všecko bagatelizuje, je plný nenávisť, přesvědčený o vlastní převaze, namyšlený, útočný, přemrštěně kritický, uštěpačný, pohrdlivý, zlomyslný, malicherný a nejistý.

Žiletky mají o sobě tak špatné mínění, že neustále hledají vady u sebe i u druhých. Největší radost jim v životě působí ponižování druhých a také si rádi na ostatních „smlsnou“. Jestliže s nimi sedíte v restauraci nebo na letišti, neustále vás udolávají svými postřehy: „Podívej se na tu ošklivou ženskou,“ nebo „Ty nešikol!“ Objektem jejich zlosti se stáváte i vy.

Specialitou žiletek jsou dvojsmyslné komplimenty, slova na první pohled milá, ale skrývající v sobě nějaký háček. Například: „V té sukni nevypadáš tak zle,“ což ve vás může vzbudit podezření, že jindy zle vypadáte. Žiletka je typem člověka, který na zprávu o vašem zvýšení platu reaguje poznámkou, že „holt pracujete v dobré firmě, když vám můžou

# Vysoká škola detoxikace II

## Emoce na pokračování

**Jen velmi obtížně si lze představit, že naše psychika může vystupovat jako kterýkoliv toxin nám daleko lépe uchopitelný, např. jedovaté kovy, radioaktivní látky, mikroorganismy nebo chemie. Nic si z toho nedělejme, není to jen náš problém.**

Asi před sto lety se v Evropě zvedla – díky vídeňské a pařížské psychiatrické a neurologické škole – velká vlna zájmu o psychiku. Freud, Charcot, Mesmer, Jung a řada dalších začali tvrdit, že tělesné problémy jsou odrazem naší psychiky. Za uplynulých 100 let přinesli tito velikáni i stovky a tisíce dalších následovníků tisíce důkazů, že tomu tak je. Přesto, kdybyste vznesli dotaz na učeném plénu jakýchkoli vědců, kteří se zabývají biologií, mnoho byste neuspěli. Absolutní většina lidí zabývajících se člověkem, dává přednost chemii, operacím, a dokonce odsuzuje homeopatii za to, že její léky neobsahují nic hmotného. Psychosomatická medicína živoří na okraji medicínského zájmu, a jen několik nadšenců se stále snaží dokázat totéž – zbavit člověka tělesných nemocí prostřednictvím duševního světa. Průkazně se jim to však nedaří, a tak jen tušení souvislostí nechává tento obor žít

a přitahuje stále zájemce. Tušení souvislostí znamená, že lidé by svým rozumem byli ochotni této premise věřit, ovšem bohužel nic dalšího nejsou schopni s tím udělat.

Pojďme se tedy na problém podívat z jiné strany. Zamysleme se nad přírodou. Žije v ní mnoho savců, jejichž tělesná ústrojí i funkce organismu se navzájem nesmírně podobají. Orgány prasete jsou již téměř přenosné na člověka a jeho kůže je schopna tu lidskou nahradit úplně. Lidoopi mají dokonce víc než 95 % genových znaků totožných s člověkem. Není tedy velikého rozdílu mezi tělem pakoně a člověka. Oploďují se podobným způsobem, potomek se rodí a vyvíjí stejným způsobem, trávicí ústrojí pracuje velmi podobně, dýchací či močové ústrojí, krevní oběh atd. pracuje naprosto identicky.

dovedou jej k samostatnosti a dále již k němu nemají žádný vztah. Člověk je jediným živočichem, který v sobě celý život nese představu vlastní smrti, konečnosti své existence. Může se proto stresovat jen teoretickým předpokladem, představou své záhuby, zatímco jiní savci tento emocionální stav neznají. Člověk se celý život může trápit tím, že jej opustil druh nebo družka, že nenaplnil své představy či cíle. Může pohrdat někým, kdo má horší vzdělání, byt či auto. Může dokonce mít zcela zvláštní emocionální vztah k jedincům svého druhu, kteří mají jinou barvu pleti nebo jiné životní zvyky. To jsou namátkou hlavní odlišnosti. Ale teď k tomu hlavnímu.

Zvířata v přírodě netrpí alergiemi, astmatem, nemají žaludeční vředy, vysoký krevní tlak, nefunkční střeva, selhávající ledviny, zkrátka mnoho různých chorob, které do značné míry spojujeme s civilizací. Člověk ale těmito chorobami trpí a co víc, trpí jimi i zvířata, která s ním žijí v domácnosti. „Domácí“ psi i kočky mívají nejrůznější druhy nemocí společné s člověkem velice často.

Můžeme se právem domnívat, že na vině jsou emoce, protože zvířata sice nedisponují vlastním emocionálním světem jako člověk, jsou ale schopna emoce člověka vnímat, ztotožňovat se s nimi, nechat se jimi ovládat. Toto je jeden z velkých důkazů vlivu emocí na různé zdravotní problémy.

Je velmi obtížné si představit, jakým způsobem emoce pracují. Člověk je sváděn do zajetí příběhu, protože každá jeho emoce může mít svůj příběh, může mít situaci, při které ji člověk zažil poprvé. To je však pravděpodobně slepá cesta a způsobuje právě onu nemožnost

zvyšovat plat jen jako pobídku k lepší práci.“ Když držíte dietu a hubnete, žiletka vám řekne: „Nesmíš tak rychle ubývat na váze nebo se rozstonáš.“ Takovému člověku není nikdy nic dost dobré – vždycky si najde vadu nebo skulinku.

Žiletky musí zadupat druhé do země, aby si podpořily své vlastní sebevědomí. Nejistí, plní odporu k sobě samým, cítí se ohroženi vámi i ostatními lidmi v okolí. Jistotu mohou získat jen jedním způsobem: prostě ji seberou těm ostatním a postaví je na svou úroveň. Na svět se dívají „pokřiveným okem“ a jsou schopni najít vadu na každém.

Pavel je typická žiletka. Oběd v jeho společnosti je obvykle tak vyčerpávající, že člověka přechází i chuť k jídlu. „Podívej se na toho chlápka – je jak žebrák.“ „Ta servírka má zadek jak almaru.“ „Vidíš tu holku? Má určité umělé prsa.

Jsou tak velká, že jí za chvíli vypadnou na stůl.“ To je jen několik příkladů z jeho obvyklých komentářů.

Jeho řeči o nešťastném děvčeti a jeho poprsí, o jejím partnerovi, o jídle a vůbec o všech přítomných v restauraci jsou stále hrubší a hrubší, až to všechno končí výbuchem neovladatelného smíchu.

*Zdroj: Lillian Glass:  
Toksyczni ludzie*





prokázat, že emoce stojí za různými tělesnými chorobami jako toxin. Vezměme však příběh z jiného úhlu. Co se ním děje v mozku? Je digitalizován, převeden do dvojkové soustavy a mozem vyslán snad podobně, jako digitální televizní vysílání. Záchytnými stanicemi jsou naše orgány, které vysílání přijímají a jsou jím programovány. Představuje-li pak digitalizovaný emocionální vjem rušivé pole, může toto pole narušovat jakoukoliv tělesnou funkci, jakýkoliv tělesný orgán.

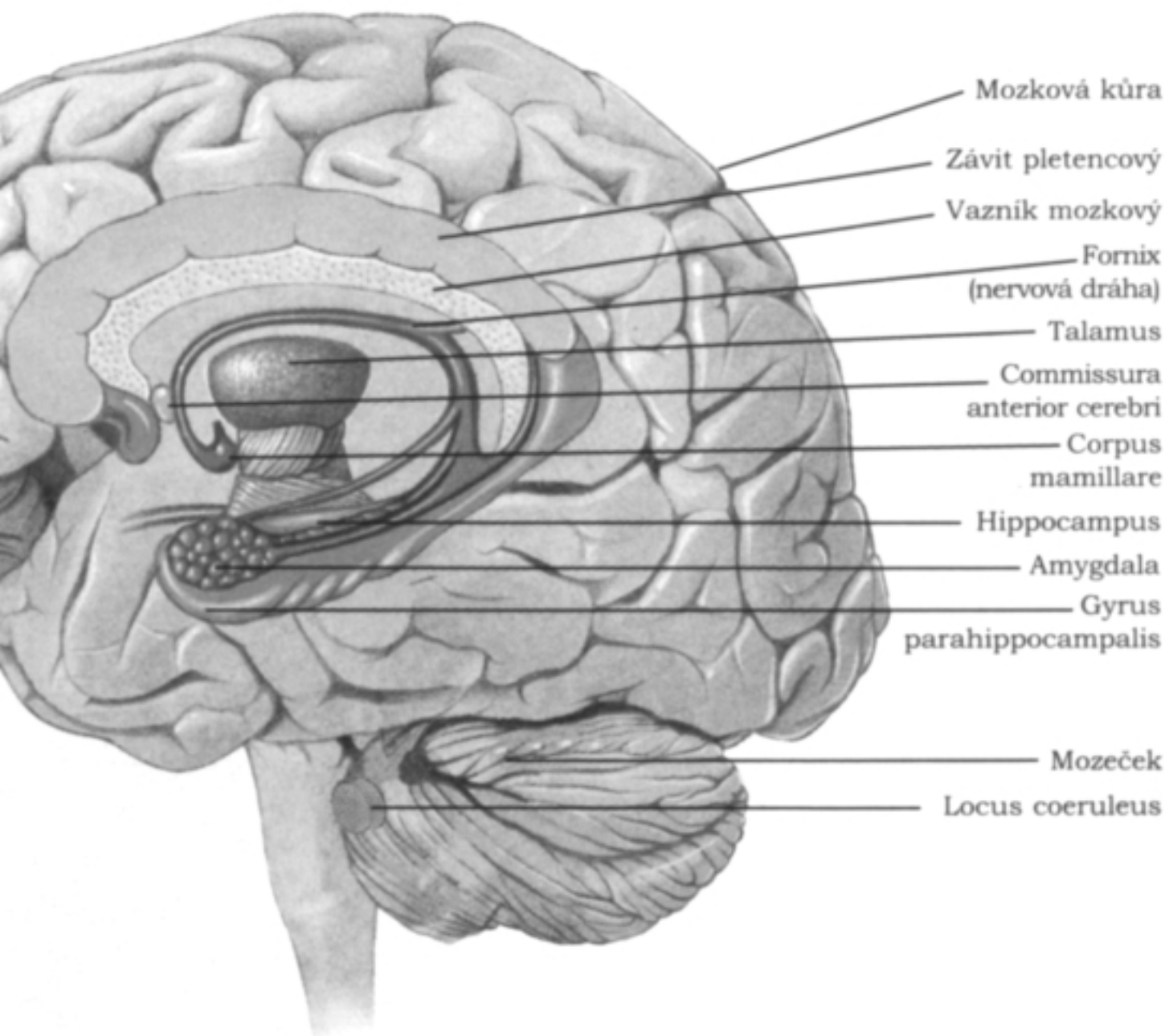
Tělesné orgány mají svou symboliku, představují cosi v našem životě, nějakou naši vlastnost, schopnost, symbol. Doktor Dosužkov, ruský emigrant z počátku 20. století, tento jev nazýval principem dominanty, tedy jevem, který dokáže natolik dominovat v našem mozku, že je schopen rozbít celý lidský život.

Tento digitalizovaný program se může chovat různými způsoby. Pokud zůstává v tzv. vědomí, tedy v té části nervového systému pracující pomocí mozkové kůry,

můžeme o něm vyprávět, zabývat se jím a tím ho neutralizovat. Hlavní část digitalizovaných emocí se však přesouvá do nevědomí a v této části naší psychiky si nejsme schopni daný jev uvědomit, převést jej do slov, do příběhu, což brání převedení problému do vědomí.

Z nevědomí se uvolňuje prostřednictvím emocionálních center, a tak vzniká nekontrolovatelná úzkost, deprese, nebo fobie, kdy strach z pavouků, uzavřených prostor, výšky apod. je zakódovaným

## LIMBICKÝ SYSTÉM



nevědomým strachem. Častěji se uvolňuje prostřednictvím tělesných struktur a způsobuje tím poškození orgánů, přes než k uvolnění dochází. Existuje i několik adaptačních mechanismů, kdy dochází k uvolnění např. pomocí agrese, mohutné umělé stresové situace (adrenalinové sporty) či touhou po moci (politika). Pozor, herectví není ozdravné, protože herec nedává průchod vlastním emocím, ale uměle emoce vytváří, prožívá je, ale ony nesouvisí s jeho emocionálním světem.

K uvolňování emocí dochází také při holotropním dýchání, šamanském bubnování, primitivních tancích, několikadenní meditaci v absolutní tmě a v řadě jiných, v podstatě zcela irocionálních činnostech, které byly v historii proto využívány k uzdravování lidského organismu.

Detoxikace se bez všímavosti k tomuto typu toxinů nemůže obejít. Dokonce když provádíme detoxikaci tělesných orgánů, za nějaký čas se dostáváme k tomu, že dotyčný detoxikovaný člověk začne mít různé psychické problémy a nepříjemné psychické stavy. Samozřejmě, uzavíráme totiž ventily, kudy zdroj poruchy – tedy ona emocionální oblast uniká. Uzavíráme-li jen některé, dochází k zesílení odchodu emocí zbývajících ventily. Protože pochopitelně množství emocí zůstává stejné, ovšem cesty jsou náhle užší a je jich méně, dochází k tlačení v těchto částech našeho těla. Tomu pak můžeme přičítat zhoršování některých projevů při detoxikaci. Dokonce si můžeme všimnout, že se objevují jakoby nové problémy, o nichž člověk nevěděl, a které vznikají tím, že emoce si otevírají nové cesty.

Zkrátka v detoxikaci dojdeme dříve nebo později ke zdroji našich problémů, tedy k emocím. Emoce jsou vlastně jakýmsi super-klíčem, jenž jediný může odemknout nějaký problém, symptom, který přešel do chronické či s životem neslučitelné poruchy. Detoxikoval jsem po mnoho let člověka, který stále trpěl pocitem úzkosti. Neměl k ní žádný důvod – vše v jeho životě probíhalo jak podle učebnice. Zabýval jsem se tímto mužem nejméně deset let a nikdy jsem tento problém nezvládl. Jeho úzkost byla trvalá a ovládala celý jeho život. Po deseti letech – v jeho 70 – mu náhle selhaly ledviny a on se ocitl na dialýze. Dnes má ledvinu transplantovanou a již několik let s ní žije. Víme, že ledviny jsou orgánem, který ventiluje naši úzkost a je na ni mimořádně citlivý. Protože jsem však v té době neuměl zvládnout zdroj úzkosti, ten nakonec ledviny zničil a zastavil jejich funkci. →

## Galerie preparátů Cranium

Preparát Cranium patří do kategorie drenů, tudíž se od něj očekává uvolnění infekčních ložisek, a to konkrétně v nervovém systému. Jeho záběr je velmi široký – narušuje infekční ložiska v telencefalu, v diencefalu a v medule spinalis.

Patří mezi nejčastěji užívané preparáty, protože ložiska v telencephalu nacházíme prakticky u všech svých pacientů.

Telencefalon je část mozku, která ovládá celou řadu nejrůznějších funkcí. Za všechny zmíním např. řízení imunity, paměti či inteligence, a to všech jejích složek – řečového centra, motorických funkcí apod. Prakticky se nesetkáváme s člověkem, který by již od narození neměl v této části mozku infekční ložiska. Ta samozřejmě způsobují zhoršené řízení všech typů imunity nebo různých jiných vlastností a schopností, které telencefalon ovládá.

Účinnou složkou preparátu CRANIUM jsou klíče, a tak primárně působí na žilní splavy na povrchu mozku a teprve jejich prostřednictvím na vlastní mozek. Protože ložiska představují jen jeden typ zátěží, které se v CNS mohou nacházet, je nutné tento preparát kombinovat s několika dalšími. Jedná se především



další postup detoxikace velmi podstatný faktor. Je ale důležité vzít v úvahu, že detoxikační proces může být blokováno např. emocionální zátěží nebo poruchami funkce genu. Abychom dosáhli úspěchu, je dobré preparát CRANIUM na počátku kombinovat s očištěním emocí, eventuálně s očištěním epigenetického prostředí. Rovněž glutenová zátěž znemožňuje obnovu bezchybné funkce telencephala. Detoxikační proces je třeba vždy vnímat velmi komplexně, protože každá z toxických zátěží hraje v problému velmi důležitou roli.

o preparát GLI GLU odstraňující metabolity glutenu, dále ANTIMETAL a IONYX působící na kovy a radioaktivní látky. Dysfunkci telencephala ovšem zapříčiňují také emocionální zátěže.

CRANIUM patří do základní sady preparátů a snažíme se jej aplikovat co nejdříve, tedy hned na počátku detoxikace. Je to velmi důležité, protože funkce imunity, kterou ovlivňuje, je pro

Diencefalon je část mozku, do níž detoxikační medicína umísťuje sklon k depresím či deprese. I zde nám s infekčními ložisky pomůže preparát CRANIUM, ovšem stejně jako v předchozím případě ho musíme kombinovat s několika dalšími. Jedná se zejména o preparát GLI GLU, protože na emocionálních poruchách se zásadním způsobem podílí právě metabolity glutenu. →

Základní emoci člověka je strach, úzkost. Především je to strach z opuštění. Pokud je člověk, respektive dítě opuštěno, byl jen hypoteticky a v rámci normy světa dospělých, stupňuje se jeho úzkost, fixuje se strach z opuštění. Celý život si pak člověk nese tento strach z něhož vzniká žárlivost, nejistota, podlézavost, fixace na partnera a mnoho dalších negativních rysů, především ale řada tělesných chorob.

Další základní vrozenou emoci je strach z hladu, ze smrti hladem. Tento strach vede k obezitě, metabolickému syndromu, mentální anorexii, shromažďování bohatství či potravin, stresu z toho, že člověk přijde o své vydobyté místo zajišťující obživu.

Třetím strachem je strach ze smrti, jehož protějškem je sebezáchovný pud. Ten nás

rovněž nutí k určitému typu chování, např. sobectví, hlavně však poškozuje naše srdce a často vede k naší záhubě, protože jen naplnění tohoto strachu nás může tohoto strachu zbavit.

S emocemi se člověk, který se zabývá detoxikací, musí naučit pracovat, musí o tomto úžasném a nebezpečném průvodci člověka vědět a my se budeme snažit, aby preparáty EMOCE, NO DEGEN a STRESON dokázaly rozbít co největší počet patologických emocionálních programů, způsobujících v lidském životě tolik problémů. Snad po přečtení tohoto článku přece jen trochu uvěříte, že na těch emocích něco je.

MUDr. J. Jonáš

Ilustrační obrázek: Rodina a zdraví

Detoxikace míchy (medula spinalis) je pak velmi důležitá především v souvislosti s některými nervovými degenerativními procesy, jako např. sklerosis multiplex aj. CRANIUM ale dokáže ovlivnit i část telencefala, některé struktury rhombencefala a další části CNS. Proto jej řadíme preparát do první linie detoxikačního procesu.

## MindDren

Rovněž preparát MINDREN patří do skupiny drenů a je určen k odstranění infekčních ložisek z CNS. Obvykle tvoří dvojici s preparátem CRANIUM, neboť působí právě na ty struktury CNS, kam CRANIUM nezasahuje. Jde především o mezencephalon, kde detoxikační medicína spatřuje centrum ovládající úzkost a vitalitu. Mimo to má tato část mozku pochopitelně i další funkce, např. zde vzniká defekt způsobující Parkinsonovu chorobu. Mimo mezencephala je MINDDREN zaměřen i na prodlouženou míchu – medula oblongata, a kmen mozkový – truncus encefali.

Jde o preparát, který pracuje na základě teorie klíčů a klíčovými orgány jsou v tomto případě švy mezilebních kostí. Nejčastější využití je v případě stavů úzkosti.

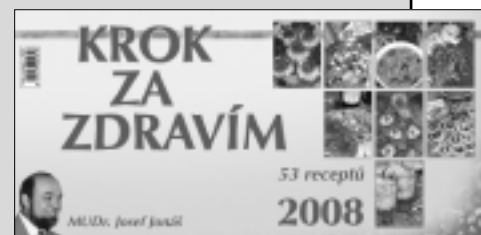
Odstranění infekčního ložiska z centra pro úzkost ale pochopitelně neznamená, že úzkost je vyřešena. Je to jen jedna část celého problému. Další toxiny budeme hledat především v těžkých kovech – ANTIMETAL a v glutenu – GLI GLU. Velice důležité jsou také preparáty zabývající se psychikou, jako je NODEGEN a EMOCE. Ovšem jestliže bychom ponechali v mezencephalu infekční ložisko, potřebného úspěchu bychom nedosáhli. MINDREN je tedy preparát využívaný především při řešení psychických projevů – úzkosti a chronického únavového syndromu. Jen výjimečně se setkáváme s dalším využitím tohoto preparátu. Jde vždy o jevy komplexní a musíme k nim pod tímto úhlem přistupovat.

Přístroj Salvia nám většinou ukáže, jedná-li se o depresi či o úzkost, neboť oba emocionální defekty jsou uloženy v rozdílných částech mozku – diencefalon, telencefalon. Únavový syndrom může být způsoben toxickou zátěží mezencefala, ale též diencefala, neboť při různých formách deprese přichází rovněž chronická únava. Proto je velmi významná přesná diagnostika a lokalizace hlavní zátěže, protože pak je možné nasadit konkrétní detoxikační preparáty.

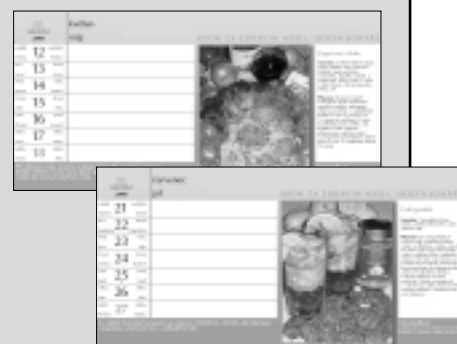
MUDr. Josef Jonáš

## Pokračujeme v tradici

Pro všechny, kteří poznali neuvěřitelné účinky metody řízené a kontrolované detoxikace organismu podle MUDr. J. Jonáše, a pro všechny ostatní, kteří o ní slyšeli a zajímají se o ni, je tu



## JONÁŠŮV KROK ZA ZDRAVÍM 2008



Stolní celobarevný kalendář na rok 2008 opět s recepty zdravých, nezahleňujících jídel, a s detoxikačními radami zaměřenými tentokrát na nejčastější zdravotní problémy, které většinu z nás trápí.

### Objednávky

ECC, U Řepické zastávky 1293,  
386 02 Strakonice, tel. 383 321 741,  
nebo ECC, Na Výhledech 8,  
100 00 Praha 10,  
tel 274 781 415, 604 247 774  
Cena 1 výtisku kalendáře: 109,- Kč  
+ 80,- Kč poštovné a balné

**Antibiotika dnes nesporně vládnu medicíně Hlavním úkolem těchto v současné době nepoužívanějších léků je pomáhat organismu zvládat nejrůznější infekce.**

Původně jde o produkt plísní, který objevil Alexandr Fleming. Plísně produkují antibiotikum jako svoji bojovou látku, která ničí konkurenční mikroorganismy a zvětšuje tak plísním životní prostor. Různé plísně produkují různá antibiotika. Všechna se dnes ovšem vyrábějí synteticky, na základě analýzy složení antibiotik jednotlivých plísní.

V minulosti byly infekce nejčastější příčinou úmrtí, a antibiotika toto nebezpečí výrazně snížila. Na druhé straně je třeba poznamenat, že to nebyly jen tyto léky, které změnilly poměr sil mezi mikroorganismy a člověkem.

Důležitou roli sehrála osobní a komunální hygiena, která výrazně snížila množství infekcí v našem životním prostředí. Potravinová hygiena pak rozhodujícím způsobem omezila rizika průjemových onemocnění – vdyt před několika staletými umíralo na střevní infekce každé třetí dítě. Některé infekce jsou drženy na uzdě díky očkování. Velké epidemie jako mor nebo cholera ztratily svoji údernou sílu známou ze středověku, a také krysy, které tyto nemoci přenášejí, jsou proti dřívějším dobám celkem pod kontrolou. Do této chvíle pějí na antibiotika samou chválu, nyní ale musím trochu otočit.

Medicína a hlavně osvětoví medicínští pracovníci troubí na poplach před ztrátou účinnosti antibiotik. Není divu. Lékaři předepisují velké množství antibiotik – pacienti je užívají velmi často a mnohdy zcela neadekvátně danému onemocnění. Tím postupně dochází ke změně v genovém fondu mikroorganismů, které ty si na tyto léky začínají zvykat a tím pásem na ně nereagují. Brzy by se tak mohlo stát, že se objeví celá řada nezvladatelných infekcí. Ovšem zatím se tento problém paradoxně řeší vynalézáním dalších a dalších typů antibiotik.

My, kteří se věnujeme detoxikaci však upozorňujeme ještě na další nebezpečí antibiotik – vznik toxických reziduí. Antibiotika se totiž do lidského organismu nedostávají jen v podobě léků, ale také ze životního prostředí a z jídla. Příčinou je zejména přidávání antibiotik do krmení ve velkochovech, které by jinak mohly být zničeny infekcí. Setkáváme se s tím nejen u drůbeže, ale např. i u včel nebo skotu. Do potravinového řetězce se ovšem antibiotika

dostávají také z vody – právě do vody totiž nadužívané léky odcházejí, a to močí a stolicí. Do dětského organismu se pak antibiotika často dostávají již z těla matky v průběhu těhotenství a kojení.

Situace je daleko kritičtější, než se snaží hlásat výrobci probiotik, neboť žádný lactobacilus není schopen překonávat vliv reziduí antibiotik. Reziduální antibiotika, tedy v našem pojetí toxická zátěž, mají pro organismus dvojitý důsledek.

Za prvé – některá antibiotika jsou genotoxická, tedy zatěžují epigenetické prostředí a působí na funkci genů, čímž může dojít k narušení jakékoli funkce v těle. Antibiotikum pak může být ve svém důsledku i příčinou vážných chorob, které vznikají právě vlivem narušení genové funkce. Může jít o různé nervové, onkologické, psychické či autoimunitní problémy.

Za druhé – antibiotika podporují růst plísní. Nejde tedy tolik o nebezpečí z aktuálně užívaných antibiotik, kdy se může objevit např. plísně onemocnění gynekologického ústrojí, hovořím spíše o chronické zátěži reziduí antibiotik a chronické plísně infekci.

Následkem tohoto zaplísnění je totiž velká část lidské populace téměř od narození ekzematická. Možná, že to bude pro mnohé velkým překvapením, ale já antibiotika pokládám za příčinu obrovského nárůstu výskytu ekzému v dětské populaci. Tento vzestup začal být markantní právě až v éře masivního užívání antibiotik, tedy v 60. a 70. letech 20. století.

Jak je ale možné, že s tímto problémem se děti již rodí?

Z organismu matky, která v sobě nosí rezidua antibiotik a obvykle také často zápasí s plísněnými infekcemi, jsou plísně předávány do organismu plodu a ten se pak s plísněnou zátěží narodí.

V případě ekzému plísně nenapadají přímo kůži, ale rozmnožují se v lymfatickém systému a toxiny, které jsou tímto způsobem produkovány, se zvláště u dětí vylučují přes kůži, která je velice jemná a velmi tak trpí. Pokud k tomuto jevu přistoupí ještě alergie, vzniknou alergické reakce na plísně a jejich toxiny a stav se →

### Genetika

## Samota mění funkce genů

**Nedostatek společenských kontaktů ovlivňuje fungování genů imunitního systému, a zvyšuje tak náchylnost k nemocem.**

Osamělí lidé jsou náchylnější k mnoha závažným onemocněním a nedožívají se takového věku, jako lidé, kteří samotou netrpí. Statistiky ukazují, že osamění zvyšuje riziko vzniku kardiovaskulárních chorob, nebezpečných infekcí nebo rakoviny. Steva Colea z University of California v Los Angeles zajímala příčina.

Je to tím, že se osamělým lidem nedostává pomoci a patří k sociálně slabším? Anebo samota mění funkce lidského těla natolik, že snáze podlehne chorobám? S vydatnou pomocí početného týmu spolupracovníků se Cole rozhodl přijít záhadě na kloub.

Vědci vyšetřili bílé krvinky odebrané šesti opuštěné žijícím dobrovolníkům. Výsledky porovnali s daty získanými z analýz bílých krvinek od lidí s naopak bohatými a stabilními sociálními vazbami. Cole a jeho spolupracovníci se zaměřili na intenzitu práce genů, které zajišťují základní činnosti bílých krvinek. Došli k překvapivým závěrům.

V krvinkách osamělých lidí pracuje 209 genů s úplně jiným nasazením, než s jakým plní své poslání u lidí, kteří samotou netrpí. Samota „přidala plyn“ u 78 genů a u 131 naopak intenzitu práce utlumila.

„Činnost genů se u osamělých lidí úplně promění,“ shrnul Cole výsledky výzkumu, které zveřejnil vědecký časopis *Genomw Biology*. „Biologické následky společenské izolace dopadají až na ty nejzákladnější procesy uvnitř našeho organismu – na aktivitu našich genů.“

Geny, které u osamělých lidí pracují se zvýšenou intenzitou, sehrávají významnou roli při vzniku zánětů a při mobilizaci imunitní obrany. Mnohé kontroly dělení buněk a jejich nadměrná činnost zvyšuje riziko nekontrolovatelného množení bílých krvinek, které je příčinou leukémie. →

výrazně zhoršuje. Již poškozená kůže je často infikována dalšími mikroorganismy, čímž dojde k tzv. impetiginizaci (druhotné zhnisání) ekzému.

Plísně se velmi často nachází i ve střevním traktu, kde působí nadýmání a poruchy trávení. Jejich výskyt je také typický zvýšenou chutí na sladké, která může dosáhnout až drogového charakteru, kdy je člověk nevladatelně nucen pojídat sladkosti. To je dáno tím, že plísně spotřebovávají cukr potřebný k jejich rozmnožování, a nutí tak člověka zásoby cukru doplňovat. Antibiotika jsou rovněž příčinou chronických vaginálních zánětů a výtoků. Jak střevní, tak vaginální plísněvé problémy mohou mít ještě další příčiny, například to bývá porucha

metabolismu glutenu, která narušuje kvalitu sliznic.

V boji proti plísním pomůže především preparát ATB, který vylučuje z lidského organismu rezidua antibiotik. Pomáhá rovněž při poruchách epigenetického prostředí, výskytu plísní ve střevech, gynekologických zánětech a především ekzémech.

Pochopitelně stejně jako jiné léky a vůbec všechno na světě, mají i antibiotika svá pro i proti. Ovšem problém je v tom, že naše společnost se snaží různé medicínské postupy líčit jen v tom nejlepším světle a závažné negativní důsledky jsou zamlčovány. Je třeba říci, že antibiotika zachraňují lidské životy

a pro moderní společnost jsou jistě neodmyslitelným lékem, musíme mít však stále na paměti, že jejich rezidua jsou pro lidský organismus nebezpečná, přinejmenším velmi nepříjemná.

Jelikož zátěží antibiotiky se nevyhne nikdo z nás, měli bychom do pravidelné detoxikace zařazovat preparát ATB, a to alespoň jedenkrát ročně. Rozhodně by měl být užíván po každé léčbě antibiotiky. Chronické vaginální záněty, střevní plísně, cysty v prsní žláze či na vaječnicích, ekzémy a poruchy epigenetického prostředí – to vše jsou problémy, které pomáhá řešit preparát ATB. Ordinují jej asi jedné třetině pacientů, kteří navštíví mou ordinaci.

*MUDr. Josef Jonáš*

Řízení imunitní obrany mají na starosti i geny, které u osamělých lidí výrazně polevily v normálním pracovním nasazení. Patří k nim geny důležité pro úspěšné zdolání virových infekcí nebo pro výrobu protilátek.

Z pozměněné aktivity genů vědci vyčetli, které složky imunitní obrany osamělým lidem nejspíše vysadí a jaká rizika to s sebou nese. Změny ve funkci genů osamělých lidí oslabují akci hormonů glukokortikoidů důležitých pro tlumení zánětů. Změny v činnosti genů osamělých lidí zároveň posilují aktivitu mnoha faktorů, které záněty rozdmýchávají.

Život v osamění je proto zatížen hrozbou vzniku nebezpečných zánětů. Ty sehrávají klíčovou roli v řadě závažných onemocnění, například v rozvoji arterosklerózy a následných komplikací posti-

hujících jak srdce, tak i mozek. Záněty stojí na počátku procesů, jež mohou vyústit v nádorové bujení.

Zajímavé bylo zjištění, že změna v práci genů nekopíruje skutečnou osamělost, ale to, jak se daný člověk cítí. Lidé, kteří pocítovali samotu navzdory velmi čilým společenským vztahům, měli aktivitu genů pozměněnou. Lidé, kteří žili sami, ale jako osamělí se necítili, si udržovali aktivitu genů v bílých krvinkách na normální úrovni.

O aktivitě genů tedy rozhodují ryze subjektivní pocity. Strážce majáku vyrovnaný s nároky své profese může být díky tomu zdravější než hvězda pop music, která se navzdory početné suitě lidí kolem sebe cítí „sama uprostřed davu“.

*Zdroj: Lidové noviny*

## O tom, jak ten či onen člověk vnímá pach lidského těla – vůni, nebo zápach, rozhoduje podle amerických vědců čichový receptor kódovaný genem.

Studie uveřejněná na webové stránce nejnovějšího vydání časopisu Nature pomáhá vysvětlit, proč týž upocený člověk může někomu vonět po vanilce, zatímco jinému po moči. A přibližně třetina dospělých prý nemá vůbec žádný čichový vjem.

### Chemie potu

Vědci z Dukeovy univerzity v Durhamu v Severní Karolíně a Rockefellerovy univerzity v New Yorku se zaměřili na látku zvanou androstenon, na kterou podle nich lidé reagují různě. Tato chemikálie vzniká, když tělo uvolňuje mužský sexuální hormon testosteron.

Androstenon je obsažen v potu mužů i žen, ale ve větší koncentraci se vyskytuje u mužů. Zdá se, že to, jak člověk vnímá jeho odér, do značné míry souvisí s variantami genu nazvaného OR7D4 v čichovém receptoru.

„Je dobře známo, že lidé vnímají androstenon různě. Nevědělo se ale proč,“ řekl v telefonickém rozhovoru pro agenturu

Reuters Hiroaki Macunami z Dukeovy univerzity.

### Vůně, nebo zápach?

Ve snaze zjistit to, testovali badatelé v Macunamiho laboratoři chemické látky obsažené v potu na většině ze 400 známých čichových receptorů, jichž využívá nos ke zjišťování pachů a chemikálií. Objevili, že gen OR7D4 silně reaguje s androstenonem. Poté začali zjišťovat, zda varianty tohoto genu mají vliv na to, jak lidé vnímají pach androstenonu v mužském potu.

Vědci odebrali vzorky krve a seřadili DNA 400 lidí, kteří se v laboratoři Rockefellerovy univerzity podrobili testu vnímání oděru. Zjistili, že nepatrné genetické obměny

určují, zda má androstenon pronikavý zápach, sladkou vanilce podobnou vůni, nebo nemá vůbec žádný odér.

Úloha androstenonu v lidském těle není tak zcela známa, ale u prasat vysílá mocný sexuální signál, který u prasnic vyvolává touhu po páření.

„Existují náznaky, že tato chemická látka může u lidí modifikovat náladu nebo hormonální hladinu,“ řekl Macunami. „Nevíme však, zda receptor, který jsme objevili, se nějakým způsobem podílí na tomto procesu.“ On a jeho kolegové hodlají tento aspekt dále studovat ve snaze pochopit, jak by čichání těchto chemických látek mohlo ovlivňovat společenskou a sexuální chování lidí.

*Zdroj: iDNES.cz, ČTK*



## Kadmium

Kadmium je dalším toxickým kovem, s nímž se běžně, prakticky každodenně setkáváme. Pro lidský organismus není esenciálním prvkem, naopak je velmi toxické. Ovšem nachází se v organismu každého z nás – průměrný člověk má v sobě asi 50 mg kadmia. O tom, zda se bude kadmium spolupodílet na chronických zdravotních obtížích nebo ne, rozhoduje pouze míra jeho koncentrace v těle.

Kadmium má měrnou hmotnost 8,65 g/cm<sup>3</sup>. Objeveno bylo v roce 1871 v Německu, a středověcí alchymisté s ním tedy zřejmě nepracovali.

Denní příspěvek kadmia z různých zdrojů představuje více než jeden mikrogram. U kuřáků nebo pasivních kuřáků jsou tyto údaje i více jak dvojnásobné.

Hlavní vylučovací orgán pro kadmium jsou ledviny, hlavní vstřebávací orgán a pak plic, které jsou kadmii velmi poškozovány.

Pokud máme na mysli chronickou zátěž kadmii, pak se většinou nejedná o jednorázovou otravu kadmii, nýbrž o kumulativní vrstvení malých každodenních příspěvků z životního prostředí a potravy.



**Jakým způsobem se kadmium dostává do vzduchu a potravního řetězce?**

**Přírodní zdroje:**

- kadmium je součástí mnoha hornin, které se zvětráváním postupně rozpadají, a tím se stávají součástí půdy. Významným zdrojem kadmia je cigaretový dým, ale kadmium se do tabákových listů dostalo pouze z půdy, na které tabáková rostlina vyrůstala
- kadmium se vlivem přírodních pochodů dostává do bažinatých půd a sedimentů, takže rostliny, které na takovýchto půdách vyrůstají obsahují větší množství kadmia. Z historie je známá hromadná otrava obyvatel části Japonska kontaminovanou rýží, která vedla k těžkým chronickým obtížím kostí (itai-itai – bolestivé a křehnoucí kosti)
- značným zdrojem jsou sladkovodní ryby chované v rybnících, v jejichž bahně se kadmium přirozeně kumuluje

**Antropogenní (nepřírodní) zdroje:**

- asi tři čtvrtiny vyprodukovaného kadmia se spotřebuje na výrobu NiCd baterií. Většina zbývajících kadmia se použije na pigmenty (kadmium sulfid = kadmiová žluť,

kadmium selenid = kadmiová červeň), povrchové úpravy kovů a jako stabilizátory pro plastické hmoty. Kadmium se též užívá jako příměs do pájek.

- v blízkosti metalurgických závodů bývá ovzduší kromě jiných toxinů znečištěno kadmii
- nešetrné spalování domácího odpadu
- nešetrná likvidace NiCd baterií
- spalovny komunálního odpadu
- teplárny a elektrárny spalující fosilní paliva, stejně jako domácí kotelny
- při svařování nebo pokovování olova, zinku a mědi kadmii dochází k uvolňování kadmia do ovzduší
- výfukové zplodiny z aut též obsahují kadmium
- kouřením tabáku nebo marihuany se kadmium dostává do organismu, zvláště do plic. Z jedné cigarety se do plic dostane množství cca 007mcg – 0,35 mcg kadmia

**Pohyb kadmia v organismu:**

Po vstřebání do krevního oběhu se kadmium naváže na albumin (protein geneticky kódovaný). Ten je takto vázaný dopraven do jater, kde stimuluje syntézu proteinu metallothioneinu (tento protein je opět geneticky kódovaný). Komplex kadmium – metallothionein je přepraven do ledvin a filtrován v glomerulech, ale je reabsorbován v jiné části ledvin (proximal tubules). Kadmium-metallothionein komplex je pak degradován zažívacími enzymy (opět kódovanými geneticky), které oddělují z komplexu kadmium a to je pak vylučováno močí. Jedná se o složitý proces, na který není lidský organismus ideálně

vybaven. Pokud se v ledvinách vyskytne větší množství kadmia, než je vylučovací systém ledvin schopen zpracovat, může se objevit problém a ledviny jsou chronicky poškozovány.

Kadmium může vyvolat chronický problém, ale nemusí být jeho jedinou příčinou, jak to známe z detoxikační praxe. Které chronické problémy jsou tedy s kadmii spojovány?

- poškození ledvin
- proteinuria – velké množství bílkovin v moči
- nedostatek vápníku – kadmium je antagonist vápníku
- osteoporóza
- bolestivost kosterního aparátu
- rakovina prostaty
- poškození varlat
- neplodnost u mužů

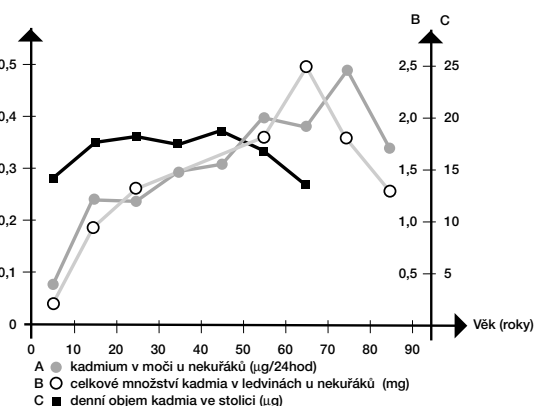
- dušnost, dýchavičnost
- rakovina plic
- rozedma plic
- cyanosa – zmodráání kůže a sliznic
- malátnost
- tachykardie
- svalová slabost způsobená nízkou hladinou fosfátů v krvi v důsledku poškození ledvin
- dna
- ztráta čichu



Řada z těchto symptomů vzniká třeba až po 20 letech postupného ukládání malých dávek kadmia do organismu.

Kadmii se v našich detoxikačních terapiích musíme vážně zabývat, neboť jeho biologický poločas je odhadován na 10–30 let (jiný zdroj uvádí 26 let). Jeho množství s přibývajícím věkem stoupá až zhruba do věku 70 let. Graf ukazuje závislost koncentrací kadmia v moči, ledvinách a žlučovodech na věku u průměrného nekuřáka.

**Kolísání obsahu kadmia v závislosti na věku**



Na důkladnou očistu organismu od kadmia použijeme Joalis antimetal Cd. Jaké dočasné detoxikační projevy můžeme pozorovat (pokud vůbec nastanou):

- bolest plic
- tlak v ledvinách a větší nucení k močení
- vyrážka
- melancholická nálada – smutek (je spojen s plicním okruhem)
- sny o oknech, létání, ptáčích, letadlech, horách

Rovněž Antimetal Cd patří do zlatého fondu detoxikačních preparátů Joalis, neboť detoxikace od kadmia se v naší civilizaci týká téměř každého člověka. Nezapomeňme také, že podle IARC se jedná o prokázaný karcinogen zařazený v první skupině karcinogenů.

Ing. Vladimír Jelínek

**Jedná se o progresivní systémové onemocnění, charakterizované úbytkem kostní spongie a prořidnutím mikroarchitektury kostní tkáně. Důsledkem osteoporózy je především zvýšení lomivosti kostí, ale i bolesti, které postihují přilehlé tkáně, jako jsou klouby, svaly a šlachy. Rozeznáváme osteoporózu místní, která vznikne např. v místě zlomeniny kosti, a generalizovanou. Ta může mít příčiny neznámého původu, proto také bývá nazývána osteoporóza idiopatická. Dále existuje osteoporóza sekundární, vznikající při různých chorobách, jako je onemocnění jater, ledvin, zažívacího traktu, dále při dlouhodobém znehybnění, hormonálních poruchách, případně vlivem farmak -zejména kortikoidních hormonů – či nádoru.**

Osteoporóza se vyskytuje především u žen, a to hlavně u věkové kategorie nad 65 let. Pokud spongie neonemocní, zůstává po ukončení růstu v dětském věku kostní hmota konstantní až do 50 let. Po 50. roce věku, a to i před menopauzou, dochází u žen ke zrychlenému řídnutí kostní tkáně. K výrazné akceleraci tohoto procesu dochází po vyhasnutí produkce estrogenu.

Osteoporóza se diagnostikuje především stanovením denzity. Díky spojení s počítačem je možné učit i procento úbytku tkáně. Toto vyšetření se doplňuje i stanovením hladiny vápníku v krvi, která bývá často zvýšená vzhledem k vyplavování vápníku z kostní spongie a k úniku vápníku v moči.

Léčení je rehabilitační, dietologické a farmakologické. V rehabilitaci se používají především cvičení na zlepšení svalové kloubní balance. Z hlediska dietologického je doporučovaný zvýšený přísun vápníku, přede-

vším z mléčných výrobků, a také snížení množství cukru. Ten totiž může vzhledem ke své kyselosti využívat vápník k neutralizaci.

Z léků se využívají různé formy vápníku, dále biofosfáty, což jsou chemicky vyrobené analogy pyrofosfátu ovlivňující metabolismus kostní tkáně. Zastavují resorpci kostní hmoty, vyvolanou buňkami nazývanými osteoklasty, a omezují jejich vstup do kostí. Tato farmaka také snižují i produkci některých cytokinů, které působí na kostní hmotu.

Biofosfáty se používají předně u osteoporózy způsobené přítomností nádoru v kosti. Kalcitonin je tělu vlastní látka hormonálního charakteru, která inhibuje aktivitu osteoklastů, a zároveň působí analgeticky, tedy proti bolesti. Užívá se ve formě injekcí nebo nosního spreje. Dále se využívá vitamin D, který je nutný k zabudování vápníku, fosfor a fluor. Primární prevence se nepokládá za

možnou. Sekundární pak představuje především pohybová aktivita, úprava životního stylu vůbec.

Nyní se na toto onemocnění podíváme z hlediska detoxikační a celostní medicíny. K určitému řídnutí kostní tkáně dochází ve stáří pravidelně. Podílí se na tom celá řada faktorů, především hormonálních. Jakmile však dojde k silné akceleraci a progresivitě procesu řídnutí, jde zejména o přítomnost toxinů v několika strukturách podílejících se na kvalitě kostní tkáně.

Na prvním místě je samotná kostní tkáň. Infekční ložiska v kostní tkáni, a to jak ve spongii, tak v medula oscium, odstraňujeme preparátem OSTEODREN, příslušné aktivní složky obsahuje i preparát IMUN. Hlavním klíčem k odstranění ložisek v kosti je perióst čili okostice. V kostní tkáni se však vyskytují i další toxiny, především z oblasti toxických kovů. Pro kost je specifická přítomnost olo-

→

## Portrét

### Eva Dostálová – nová manažerka JOALIS s. r. o.

**Slečno Dostálová, mohla byste našim čtenářům přiblížit, na jaké pozici ve firmě JOALIS pracujete a jaké věci máte konkrétně na starosti?**

Do společnosti Joalis jsem nastoupila na pozici Project Managera. Mým úkolem bude sestavit plán a následně realizovat vstup značky Joalis na exportní trhy pobaltských republik, Ruské federace, Rumunska, Chorvatska a Slovinska. Cílem je prosadit se na těchto trzích minimálně tak úspěšně a kvalitně, jako je tomu v České republice, ovšem vždy s přihlédnutím k populaci a ekonomickým faktorům dané země.

**To je zajímavé. Máte k těmto zemím nějaký osobní vztah? Žila jste např. v některé z nich?**

K „východu“ mám obecně vřelý vztah. Možná je to dáno i tím, že již patřím ke

generaci, která nebyla bezprostředně konfrontována různými politicko-historickými událostmi, navíc jsem se ve své pracovní praxi setkala s tzv. „novou generací východu“, tedy mladšími schopnými lidmi, kteří jsou nejen zdatnými obchodníky, ale hlavně rovnými a spolehlivými partnery pro spolupráci. Poslední dvě zmíněné vlastnosti bývají největším strašákem všech exportérů, zejména pak do států Ruské federace.

**Domníváte se, že JOALIS má šanci se na těchto trzích úspěšně prosadit?**

Tyto trhy mají velký potenciál a společnost Joalis má ty nejlepší předpoklady se na nich prosadit. Například ruský trh je prozatím nezformovaný, stále se vyvíjí. Tedy, čím dříve začneme budovat svoji tržní



pozici, tím pevnější bude a tím snáze si ji pak budeme moci udržet. Strategii pro tento →

va, ale mohou to být i další těžké kovy. Pochopitelně, že v kosti můžeme nacházet i radioaktivní či chemické látky.

Metabolismus vápníku je výrazným způsobem řízen parathormonem (PTH), což je hormon z produkce příštítných tělísek (glandula parathyreoidea). Tato tělíska mohou být zasažena ložisky stejně, jako jiná tkáň. Odstraňujeme je preparátem THYREODREN. Metabolismus vápníku má však ještě další souvztáznosti, které je nutné řešit preparátem METABOL. Důležité je použít také INFOVIT, což je preparát ovlivňující metabolismus vitamínů (v tomto případě jde zejména o vitamin D), ale také metabolismus minerálních látek a stopových prvků (zde uvažujeme v první řadě o vápníku).

Na velmi progresivní formě osteoporózy, kterou můžeme nazývat až maligní, protože dochází ke zlomeninám dlouhých kostí i obratlů, se podílí autoimunitní aktivita – tedy porucha imunitního systému. V tomto případě imunitní systém napadá kostní tkáň a způsobuje v ní jistou formu zánětu s následkem změn v kostní hmotě. Tento problém řešíme preparáty CRANIUM, GLI-GLU a METABOL.

Na osteoporózu má vliv i celkový stav hormonů, který je řízen z hypofýzy a realizován prostřednictvím vaječnicků. Pohlavní hormony jsou však produkovány i nadledvinkami. Právě nadledvinky silně podléhají stresu a tak je doprovodnou léčbou osteoporózy také detoxikace psychické oblasti.

Preparát EMOCE, NO DEGEN či STRESON mohou z dlouhodobého hlediska toto onemocnění pozitivně ovlivnit.

Zvláštní roli hrají v tomto onemocnění všudypřítomná antibiotika. Jsou totiž jednou z genotoxických látek. Porucha genového systému a znečištění jakýchkoli struktur antibiotiky se pochopitelně na vzniku a rozvoji osteoporózy významně podílí. Proto využíváme pravidelně preparát ATB.

Racionální a sofistikovaný postup v detoxikaci kostí má u osteoporózy zásadní vliv na progresivitu, která patří mezi základní projevy této systémové choroby. Detoxikací je ovšem pozitivně ovlivněna i celková kondice pacienta – ten se po odstranění únavy cítí lépe, začíná se více pohybovat a má celkově větší energii, kterou může realizovat změny ve své výživě.

Je nutné však také počítat s emocemi, které člověka ovládají podstatně důrazněji než rozum, a proto se nám i přes veškeré snahy nepodaří změnit životní styl, je-li určován špatným emocionálním programem.

Z hlediska výživy – vápník je jedním z nejrozšířenějších prvků na zeměkouli a nachází se téměř všude. Problémem tedy není vápník získat; problém by nastal, kdybychom byli nuceni ho ve stravě vynechat. Nebylo by to totiž možné. Na dotazy pacientek, co s nimi udělá vynechání nebo malý přísun mléčných výrobků, odpovídám, ať se zeptají v ZOO, z čeho získává vápník slon, gorila, žirafa a jiní savci. Jejich strava je vel-

mi jednostranná a jsou to obvykle listy, ovoce nebo zelenina. Kostra těchto savců je přitom mnohem mohutnější než lidská, a tudíž lze předpokládat, že ke své stavbě potřebuje větší množství vápníku. A délka života některých živočichů se od délky života člověka navíc nijak výrazně neliší.

V moderní civilizaci tedy není podstatné zdůrazňovat přísun vápníku – jde spíše o schopnost organismu vápník ze stravy vstřebat a zabudovat do tkání. Jak už jsem zmínil, nadměrné množství cukru okyseluje prostředí těla. To však není sluchitelné se životem, proto musí být toto prostředí neutralizováno a tomu jsou právě využívány neutralizační účinky vápníku na kyseliny. Také rafinování cukru, tedy odstranění příměsí, různých minerálů, stopových prvků či vitamínů, patří mezi problematické zvyky lidské společnosti. Neboť aby byla tato látka v organismu řádně využita a zapojena do látkové výměny, musí být doplněna o chybějící minerály, mezi něž patří rovněž vápník.

Prevence osteoporózy, proti názorům současné medicíny, možná je. Je to především primární očista kostní tkáně, žláz s vnitřním vylučováním, ovlivnění vstřebávání a využití minerálních látek a vitamínů a v neposlední řadě normalizace hormonálních funkcí. To vše může detoxikace nejen slíbit, ale i učinit.

MUDr. Josef Jonáš

trh je přímé oslovení konečného zákazníka prostřednictvím médií (časopisy, rádio). Distribuci pak budeme realizovat přes vybrané lékárny, které budou zároveň i poradenskými centry. V zemích EU to bude poněkud těžší, neboť je zde celkem široká konkurence. Pozitivem je ale vysoká informovanost obyvatelstva o alternativní léčbě. Spíše se tedy budeme věnovat hlubšímu popisu metody MUDr. Jonáše, budeme aktivně spolupracovat s odbornou veřejností, a tak nepřímě oslovovat koncového spotřebitele.

### **Jaký je vlastně v těchto zemích vztah k přírodní medicíně? Jsou např. alternativní medicínské směry přijímány vědeckou veřejností lépe než je tomu v ČR?**

Ve všech zemích budeme před vstupem na trh realizovat poměrně rozsáhlé ad-hoc studie názorů konečných zákazníků a odborné veřejnosti. Detailně tak

zanalyzujeme nejen jejich vztah k přírodní medicíně, ale i poptávku, a celkově tak ověříme vhodnost zvolené strategie.

### **Můžu se zeptat na váš osobní postoj k přírodní medicíně? Máte v tomto ohledu nějakou vlastní zkušenost?**

Pracovně bych se označila za „antibiotické dítě“ :-). V mládí jsem často trpěla angínami, a tak jsem se stala pravidelnou a častou konzumentkou různých antibiotik. Navíc jsem byla alergická na pyly. Situace se ale razantně změnila v době studií ve Spojených státech. Tam jsem se poprvé setkala s alternativní medicínou. Za dva roky jsem se téměř zbavila alergie a obecně se mi zlepšila imunita. Nyní se detoxikuji dle MUDr. Jonáše, protože mne trápí kožní a gynekologické problémy.

### **Naše čtenáře by také určitě zajímalo, jak jste se o metodě MUDr. Jonáše dozvěděla a jestli vám byla známa již**

### **před zahájením vaší práce pro JOALIS.**

Jak jsem řekla, o alternativní medicíně jsem věděla poměrně dlouho, ale tak ucelená a komplexní metoda přístupu mi byla poprvé představena až samotným panem doktorem Jonášem při mém nástupu do společnosti. Jinak musím říci, že i webové stránky joalis.cz nabízejí mnoho zajímavých materiálů.

### **Na závěr bych se vás ještě ráda zeptala, jak se vám ve firmě JOALIS líbí a jestli vás tato práce baví.**

Práce pro společnost Joalis je velice zajímavá, baví mne a těším se na první úspěchy v rámci zahraničních trhů. Věřím, že se události budou vyvíjet ke spokojenosti společnosti Joalis a povedou k naplnění i mých osobních cílů.

### **Děkuji za rozhovor.**

I já děkuji.

Dita Mollerová

## Úžasný pohled do minulosti civilizací potvrzen moderní vědou o výživě?

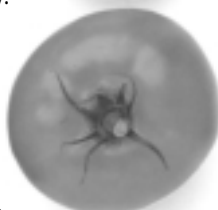
Ukazuje se, že to, co bylo jednou nazvané „Doktrína znamení“, bylo neuvěřitelně správně. Potvrzuje se, že každá potrava má vzhled, kterým se podobá tělesnému orgánu nebo má psychologickou funkci a tento vzor se chová jako signál nebo znamení, jaký užitek z potravy má konzument.

- Plátek **mrkve** vypadá jako lidské oko. Zornička, duhovka a paprskovité linky vypadají jako lidské oko. Skutečně dnešní věda dokazuje, že mrkev zvyšuje cirkulaci krve v oku



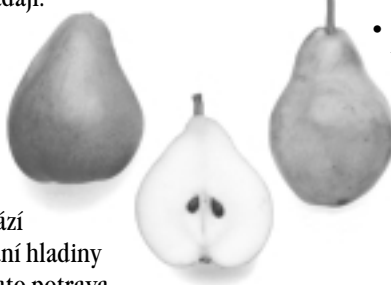
nebo rebarbora pomáhají kostru těla zásobovat důležitými látkami.

- **Rajské jablíčko** má čtyři komory a je červené. Srdce je také červené a má čtyři komory. Všechny výzkumy ukazují, že rajčata jsou ta pravá potrava pro srdce a krev.

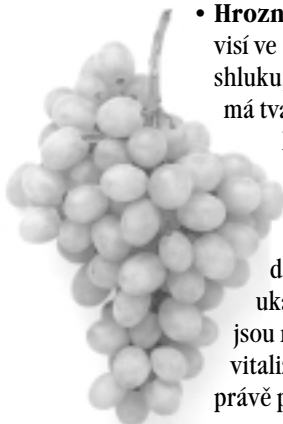


- **Baklažán, avokádo, hruška** jsou zaměřené na zdraví a funkci dělohy. Také jako tyto orgány vypadají.

Dnešní výzkumy ukazují, že když ženy konzumují 1 avokádo týdně, dochází k vyrovnávání hladiny hormonů. Tato potrava pomáhá také při prevenci rakoviny děložního hrdla. A jak je vše důmyslné! Trvá 9 měsíců než z květu avokáda naroste zralý plod. Ten obsahuje asi 14 000 nutričních chemických složek, z nichž moderní věda dosud prozkoumala a pojmenovala 141.



- **Hrozny** visí ve shluku, který má tvar srdce. Každý hrozen vypadá jako krevní buňka a všechny dnešní výzkumy ukazují, že hrozny jsou nesmírně vitalizující potrava právě pro srdce a krev.



- **Cibule** připomíná buňku. Výzkumy ukázaly, že cibule pomáhá z tělesných buněk odstraňovat odpady. Dokonce vyvolává slzení, které vyplavuje odumřelé epitelové buňky.



- **Grapefruity, pomeranče a jiné citrusové plody** vypadají jako prsy a vlastně podporují jejich zdravý vývoj a napomáhají správnému pohybu lymfy v těchto partiích.

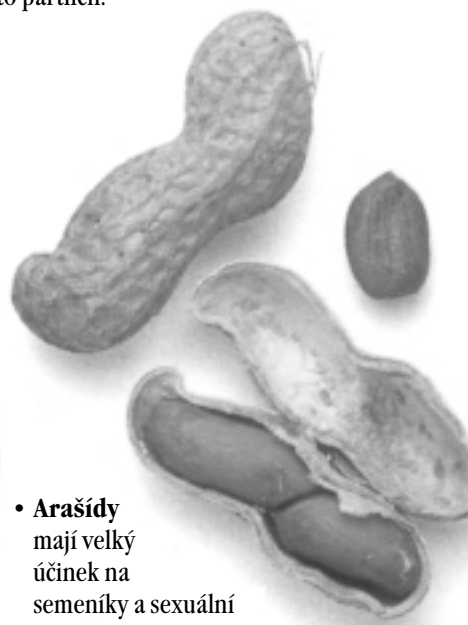
- **Vlašský ořech** vypadá jako malý mozek, s levou a pravou hemisférou. Dokonce brázd a záhyby jsou na ořechu jako na mozkové kůře. Dnes již víme, že ořechy pomáhají rozvíjet více než tři tucty neurotransmiterů pro fungování mozku.

- **Fíky** jsou plné semen a visí ve dvojicích, když rostou. Konzumace fíků pomáhá zvyšovat pohyblivost



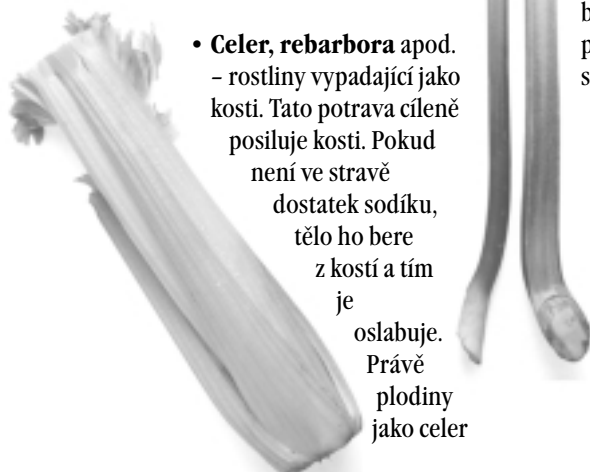
- **Fazole** vlastně uzdravuje a pomáhá udržovat funkci ledvin. A skutečně – semena vypadají jako lidské ledviny.

mužských spermií a jejich počet, dále působí blahodárně při překonávání mužské sterility.

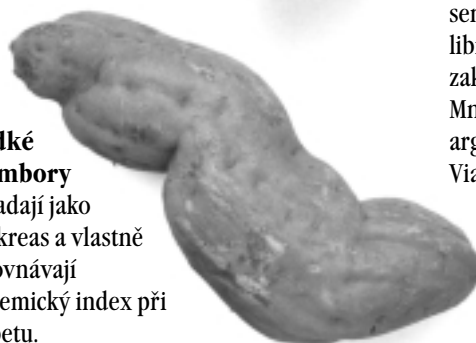


- **Arašídy** mají velký účinek na semeníky a sexuální libido. Proto byly často zakazovány v klášterech. Mnoho lidí např. neví, že arginin, hlavní komponent Viagry je z arašídů.

- **Celer, rebarbora** apod. – rostliny vypadající jako kosti. Tato potrava cíleně posiluje kosti. Pokud není ve stravě dostatek sodíku, tělo ho bere z kostí a tím je oslabuje. Právě plodiny jako celer



- **Sladké brambory** vypadají jako pankreas a vlastně vyrovnávají glykemický index při diabetu.



Zdroj: Pavel Sejkora

## Novinky na [www.joalis.cz](http://www.joalis.cz)

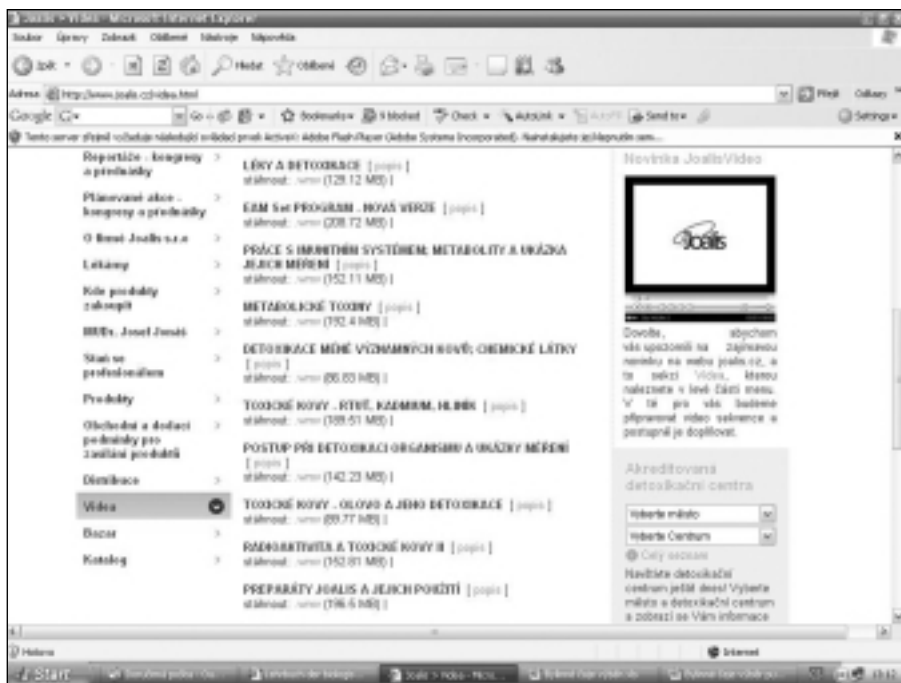
či vyšší záznamové kvalitě. Záleží pouze na možnostech vašeho internetového připojení. Dovolují si vás ale upozornit, že zvuková a obrazová kvalita souborů není vhodná pro použití při veřejných

**Vážení spolupracovníci,**  
dovolte, abych vás upozornil na další novinku, kterou se nám v rámci obsahu [www.joalis.cz](http://www.joalis.cz) podařilo dokončit.

V sekci VIDEO (neveřejná) nyní naleznete další zpracované záznamy přednášek, tentokrát z letní školy na Orlíku. MUDr. Jonáš a Ing. Jelínek přednášeli tato témata:

- **CHRONICKÉ INFEKCE I**
- **EMOCE**
- **LÉKY A DETOXIKACE**
- **EAM Set PROGRAM – NOVÁ VERZE**
- **PRÁCE S IMUNITNÍM SYSTÉMEM; METABOLITY A UKÁZKA JEJICH MĚŘENÍ**
- **METABOLICKÉ TOXINY**
- **DETOXIKACE MĚNĚ VÝZNAMNÝCH KOVŮ; CHEMICKÉ LÁTKY**
- **TOXICKÉ KOVY – RTUŤ, KADMIUM, HLINÍK**
- **POSTUP PŘI DETOXIKACI ORGANISMU A UKÁZKY MĚŘENÍ**
- **TOXICKÉ KOVY – OLOVO A JEHO DETOXIKACE**
- **RADIOAKTIVITA A TOXICKÉ KOVY II**
- **PREPARÁTY JOALIS A JEJICH POUŽITÍ**
- **RADIOAKTIVITA A TOXICKÉ KOVY I**
- **CHRONICKÉ INFEKCE II**
- **CHRONICKÉ INFEKCE III**

Soubory je možné sledovat přímo on-line (videostream technologií) případně je lze uložit do vašeho počítače, a to v nižší



prezentacích. Jedná se spíše o materiál určený k domácímu užití jednotlivců.

Do budoucna samozřejmě pracujeme na dosažení vyšší čistoty zvukové stopy. K tomuto účelu již byla společností JOALIS s. r. o. zakoupena příslušná zvuková technika. Informaci o této novince jsme vám také zaslali pomocí e-mail newstelleru. Věříme, že zaregistrovaní spolupracovníci tuto informaci pomocí e-mailu v pořádku obdrželi. Ti z vás, kteří si chtějí zopakovat přednášky z letních škol, naleznou je nyní na [www.joalis.cz](http://www.joalis.cz) – sekce videa (neveřejná).

*Za JOALIS s. r. o. Jan Gonda – obchodní ředitel*

## Zdravě & chutně

Dnes s Mgr. Evou Jonášovou

### Špaldová vánočka

500 g špaldové celozrnné mouky, 80 g másla, 100 g přírodního tmavého cukru, 40 g droždí, 1 vejce, 1/2 l sójového mléka, neošetřená citronová kůra, vanilkový cukr-light, 50 g spařených rozinek, nasekané oloupané mandle, žlutek na potřetí, špetka soli

V malé nádobě nechte vzejít kvásek z droždí, trošky cukru a mléka. Do mouky, zbylého cukru a soli přidejte máslo, vejce, vzešlý kvásek a mléko. Vypracujte pružné hladké těsto a nechte jej vykynout na dvojnásobek. Do těsta poté zapracujte rozinky a část mandlí a vytvořte si 10 kousků. Z nich vytvořte stejně dlouhé válečky; spleťte nejprve čtyři na ně položte spletené tři, dále dva válečky, a nakonec jeden.

Na vymazaném plechu nechte vzniklou vánočku opět vykynout. Poté ji potřete žlutkem a posypte mandlemi. Můžete ji propíchat špejlemi, aby se nesesunula a držela tvar.

Vánočku pečte nejprve v hodně přehřáté troubě. Jakmile začne povrch zlátnout, zmírněte teplotu a zvolna dopečte. Vánočku také můžete překrýt pečicím papírem nebo alobalem, aby nebyla shora připálená a zespoda nedopečená.

### Pikantní kapr s netradičním salátem

*Naporcovaný kapr, hořčice, pohanková mouka, kukuřičná strouhanka, citronová šťáva, mrkev, pastinák, cibule, salátová okurka, zelený hrášek, sójanéza, pepř, olivový olej, nakládané okurky, sůl*

Jednotlivé porce kapra osolte, obalte v pohankové mouce, poté v hořčici našlehané s citronovou šťávou a solí, nakonec ve strouhance. Smažte na olivovém oleji.

Očištěný pastinák a mrkev krátce povařte a nakrájejte na kostičky. Přidejte jemně nasekanou cibuli, okurky, zelený hrášek, olej, sójanézu, lžici hořčice, sůl, pepř, citronovou šťávu. Vše promíchejte a nechte 2 hodiny v chladu uležet.



## AKCE

**19. 9. 2007 – hotel Olšanka,  
Táboritská 23, Praha 3 - Žižkov  
ZÁKLADNÍ KURZ DETOXIKAČNÍ  
MEDICÍNY**

Úvodní kurz o zajímavostech detoxikační medicíny a o možnostech, které přináší v řešení chronických potíží, ale i v oblasti prevence. Ing. Jelínek srozumitelnou formou seznamuje s logickými souvislostmi řídicími náš organismus. Ukázkové měření klientů.

**Přednášející:** Ing. Vladimír Jelínek

**Doba konání:** 9:00 – 15:00 hod.

**Cena školení:** 450,- Kč (úhrada přímo na místě)

**Přihlášky:** ECC, tel./fax: 274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

**NUTNO SE PŘIHLÁSIT PŘEDEM**

**1. 11. 2007 Body Centrum, Cejl 7, Brno  
K II. + K III. POKRAČOVACÍ SEMINÁŘ  
URČENÝ PRO MAJITELE PŘÍSTROJE  
SALVIA**

Určeno pro vážné zájemce o detoxikační metodu MUDr. Josefa Jonáše, majitele testovacího přístroje Salvia, kteří se touto metodou chtějí dále zabývat. Práce s přístrojem, pentagram, detoxikační souvislosti, vzájemné měření. Nejpозději týden předem je nutné se přihlásit a uhradit kurzovné. V opačném případě může být místo nabídnuto ostatním zájemcům. Počet účastníků je omezen. Lze se zúčastnit i opakovaně.

**Doba konání:** 8:45 – 16:30 hod.

**Cena kurzu:** 550,- Kč

**Přihlášky a informace:** Body Centrum, tel. 545 241 303

**7. 11. 2007 Hotel Olšanka (výstavní sál),  
Táboritská 23, Praha 3  
ZÁKLADNÍ KURZ DETOXIKAČNÍ  
MEDICÍNY**

Úvodní kurz o zajímavostech detoxikační medicíny a o možnostech, které přináší v řešení chronických potíží, ale i v oblasti prevence. Ing. Jelínek srozumitelnou formou seznamuje s logickými souvislostmi řídicími náš organismus. Ukázkové měření klientů.

**Přednášející:** Ing. Vladimír Jelínek

**Doba konání:** 9:00 – 15:00 hod.

**Cena kurzu:** 450,- Kč (úhrada přímo na místě)

**Přihlášky a informace:** ECC, tel./fax:

274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

**NUTNO SE PŘIHLÁSIT PŘEDEM!**

**7. 11. 2007 Economy Class Company  
s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10  
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA  
PŘÍSTROJI SALVIA**

Určeno všem, kteří se chtějí naučit pracovat na přístroji Salvia. Osobní přístup lektora, určeno pro cca 12 posluchačů. Lze se zúčastnit i opakovaně.

**Lektor:** Marie Dolejšová

**Doba konání:** 9:30 – 15:30 hod.

**Cena kurzu:** 350,- Kč. Poplatek je nutné uhradit na firemní účet ECC – 205 511 314/0300 (ČSOB) nejpозději do 2. listopadu 2007. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC.

**Přihlášky a informace:** ECC, tel./fax:

274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz,

**17. 11. 2007 hotel DUO, Teplická 492,  
Praha 9**

**KONGRESOVÝ DEN S MUDR. J. JONÁŠEM  
A ING. V. JELÍNKEM**

**Téma MUDr. J. Jonáše:** Novinky v detoxikační terapii: Genetika, Emoce a Autoimunita. Postupy při detoxikaci gynekologického systému a zažívacího ústrojí.

**Téma Ing. V. Jelínka:** Mitochondriální DNA a proces stárnutí organismu. Co je to elixír mládí? Bude možné informačně opravovat genetické poruchy? Postup detoxikace od genotoxických zátěží.

**Doba konání:** 10:00 – 17:00 hod.

**Kongresový poplatek:** 550,- Kč uhradte nejpозději do 12. listopadu 2007 na firemní účet ECC - 205 511 314/0300 (ČSOB), jako variabilní symbol použijte vaše reg.č. v ECC + dvojcísli 02 (rozlišení pražského kongresu). Poplatek je možno uhradit přímo na místě za 650,- Kč.

**Přihlášky a informace:** ECC, tel./fax:

274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

**21. 11. 2007 Economy Class Company  
s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10  
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA  
PŘÍSTROJI SALVIA**

Určeno všem, kteří se chtějí naučit pracovat na přístroji Salvia. Osobní

přístup lektora, určeno pro cca 12 posluchačů. Lze se zúčastnit i opakovaně.

**Lektor:** Marie Dolejšová

**Doba konání:** 9:30 – 15:30 hod.

**Cena kurzu:** 350,- Kč. Poplatek je nutné uhradit na firemní účet ECC – 205 511 314/0300 (ČSOB) nejpозději do 16. listopadu 2007. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC.

**Přihlášky a informace:** ECC, tel./fax:

274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

**26.11.2007 Hotel Olšanka – výstavní sál,  
Táboritská 23, Praha 3**

**DOŠKOLOVACÍ KURZ PRO VLASTNÍKY  
POČÍTAČOVÉHO PROGRAMU EAM SET**

Určeno všem, kteří vlastní počítačový program EAM set nebo si ho hodlají v blízké době pořídit. Možnosti využití EAM setu, postup měření infekčních ložisek, diagnostika mikrobiologie, nové přístupy k práci s notebookem. Součástí semináře je aktualizace programů.

Majitelé počítačového programu EAM set – počítačový program si vezmete s sebou.

**Lektor:** Mgr. Marie Vilánková

**Doba konání:** 9:00 – 15:00 hod.

**Cena kurzu:** 550,- Kč. Poplatek je nutné uhradit nejpозději do 21. listopadu 2007 na firemní účet ECC – 205 511 314/0300 (ČSOB). Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC.

**Přihlášky a informace:** ECC, tel./fax:

274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

**5.12.2007 Economy Class Company  
s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10  
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA  
PŘÍSTROJI SALVIA**

Určeno zkušenějším měřičům vlastním přístroj Salvia, kteří se chtějí stále zdokonalovat. Práce ve skupině maximálně pro 12 osob. Náplň kurzu je dále řízena požadavky účastníků kurzu. Osobní přístup lektora. Lze se zúčastnit i opakovaně.

**Lektor:** Marie Dolejšová

**Doba konání:** 9:30 – 15:30 hod.

**Cena kurzu:** 350,- Kč. Poplatek je nutné uhradit na firemní účet ECC – 205 511 314/0300 (ČSOB) nejpозději do 30. listopadu 2007. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC.

**Přihlášky a informace:** ECC, tel./fax:

274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

# Reprezentační kožené kabely JOALIS s logem



## PLATO NA PRODUKTY JOALIS 50 ml

č. 929/50, barva černá

**689,50 Kč**

## LÉKAŘSKÁ TAŠKA

kapacita: salvia, sady, produkty

č. 255, barva rustic

**3909,40 Kč**



## PLATO NA PRODUKTY JOALIS 25 ml

č. 918/25, barva šedá

**710,- Kč**



## BRAŠNA NA NOTEBOOK

č. 924, výběr ze vzorníku barev

**3251,60 Kč**



## PÁNSKÁ RÁMOVKA

Kapacita: notebook, salvia, sady, produkty

obj. č. 809, výběr ze vzorníku barev

**4430,30 Kč**



## KUFR

Kapacita: notebook, salvia, sady, produkty

obj. č. 917, výběr ze vzorníku barev

**4951,10 Kč**



## **Objednávky:**

ECC, U Řepické zastávky 1293,  
386 02 Strakonice, tel. 383 321 741,  
nebo ECC, Na Výhledech 8,  
100 00 Praha 10,  
tel 274 781 415, 604 247 774

## **Dodací lhůta:**

**tři týdny od objednání**



## TAŠKA

Kapacita: salvia, sady, produkty

obj. č. 923, barva rustic

**4201,50 Kč**