



Herpes simplex

Epigenetika

Toxický kov – rtuť

Slovo úvodem

Vážení čtenáři, kolegové, spolupracovníci

Přichází další číslo bulletinu JOALIS INFO a s ním opět mnoho zajímavostí, novinek a tipů.

Rádi bychom vám poděkovali za množství došlých anketních lístku a vašich nápadů a tipů, jak bulletin informační medicíny vylepšit.

Jak jsme vám slíbili, anketní lístky byly za přítomnosti vedení firmy slosovány a MUDr. Josef Jonáš vytáhl z osudí tato tři jména: Jaroslav Krejčí, Brno, Jar. Matoušková, Jičín, Marcela Sáblová, Louny. Šťastní výherci získávají čtyři preparáty JOALIS dle vlastního výběru. Vzhledem k obrovskému zájmu, který jsme s touto anketou zaznamenali, jsme se rozhodli odměnit cenami ještě další tři z vás, kteří jste se do této akce zapojili. Vylosování tedy ještě byli: Josef Bryčka, Nová Ves u Litomyšle, Hana Poláková, Praha 9 a Katka Teplá, Rečany nad Labem. Tito výherci od nás obdrží malý dárek.

Se všemi vylosovanými se co nejdříve spojíme.

V tomto čísle JOALIS INFO se rovněž otevírá slíbená rubrika Ze zahraničí, která bude tentokrát věnována Maďarsku.

Pro ty z vás, kteří se nemohli zúčastnit IV. Mezinárodního kongresu o řízení a kontrolované detoxikaci dle MUDr. Josefa Jonáše, jsme připravili alespoň krátkou reportáž z této akce, jíž je věnován i úvodník tohoto čísla.

Rádi bychom vás upozornili na rubriku Náš tip, kde se tentokrát dozvíte něco o video-přednáškách MUDr. Josefa Jonáše, volně přístupných na našich webových stránkách.

Nezbývá tedy než vám popřát hezké čtení a krásné léto.

redakce



Obsah

	IV. Mezinárodní kongres o řízení a kontrolované detoxikaci organismu dle MUDr. Josefa Jonáše	3
Psychika & detoxikace	Poruchy příjmu potravy	4
Životní prostředí a ekologie	Hormony ve vodě?	4
	Prach – ničí zdraví dospělých i dětí	6
Standardy & detoxikace	Herpes simplex	6
Strava a metabolismus	Vejce – jíst či nejíst?	7
	Naučte se znovu vařit – bez dochucovadel, emulgátorů a instantních směsí	8
	Fast foody v Česku jsou jedny z nejnezdřavějších	9
Portrét	Paní Renata Dvořáková – nesnášenlivost pšenice	9
Mikrobiologie	Bakterie	10
Ze zahraničí	Řízená a kontrolovaná detoxikace v Maďarsku	12
Aktuálně	Dopis naší čtenářky klubu skeptiků Sysifos	14
Kovy okolo nás	Toxický kov – rtuť	15
Galerie preparátů	CORDREN	17
Reportáž	Jak probíhal IV. Mezinárodní kongres o řízení a kontrolované detoxikaci dle MUDr. Josefa Jonáše	18
Strava & metabolismus	Rybí tuk působí blahodárně na náš mozek	19
Genetika	Epigenetika	19
	Hoch, jenž necítil bolest, přivedl vědce ke genetickému objevu	20
Zdravě a chutně s Mgr. Evou Jonášovou	Kulajda, čínská zeleninová pánev	21
Náš tip	Novinky na internetovém portálu www.joalis.cz – videostream sekvence.	22
Kalendář akcí	Připravované akce	23

Na titulní straně foto ze IV. Mezinárodního kongresu o řízení a kontrolované detoxikaci organismu podle MUDr. Josefa Jonáše

IV. Mezinárodní kongres o řízení a kontrolované detoxikaci organismu dle MUDr. Josefa Jonáše

Horečku měli především pořadatelé, protože zorganizovat takový kongres a dopustit se co nejméně chyb, to není jednoduchá záležitost. Podle ohlasů přítomných se to pravděpodobně podařilo, a tak imunitní systém, který zabránil, aby infekce kongresem pokračovala dále, zapracoval, a vše skončilo ve zdraví.

Na kongresu jsme oslavili i 40. výročí narození jednoho z prvních průkopníků detoxikační medicíny v Čechách i ve světě, Ing. Vladimíra Jelínka. Oslava to byla myslím důstojná a dostatečně veselá.

Úroveň příspěvků byla výborná. Ovšem hodnotím ji raději dvojkou, abychom všichni ještě měli motivaci se zlepšovat. Naopak atmosféra kongresu byla na jedničku, a tak zde nezbývá než se zhoršovat, protože více pozitivního myšlení, radosti a uvolněnosti již pravděpodobně nelze dosáhnout.

Na druhou stranu je třeba podotknout, že účast byla jen průměrná (kolem 200 účastníků). Je to s podivem, neboť vzhledem k prudce vzrůstajícímu zájmu o detoxikační medicínu v Evropě bych spíše čekal, že se nevejdeme do sálu pro 500 účastníků. Příčiny tohoto jevu nechci analyzovat, zkrátka lidé o kongres nestáli tolik, jak jsme si mysleli. To samozřejmě do budoucna ovlivní i naše rozhodování o dalším kongresu, protože pokud by neplnil svůj účel, kterým je prezentace jednotlivých terapeutů, nemělo by pořádání této akce žádný smysl. Marketingový výzkum nám určitě ukáže, zda se chceme za dva roky opět setkat či nikoliv.

Podobná událost naplněná množstvím poznatků i emocemi v člověku vždy vyvolává mnohé otázky, ovšem často nabízí zároveň také mnohé odpovědi.

Jeden vědecký časopis ústy slovatného docenta nařiká, že známý evoluční biolog Richard Dawkins navštívil několik knihkupectví v Oxfordu a zjistil, že se v nich nabízí 3,5x více knih věnovaných pavědě než vědě. Je úžasné, jak si jistá skupina lidí oslovuje moc označit, co je vědou a co nikoli. Co svět světem stojí přicházejí lidé, přesvědčení, že svými názory a schopnostmi vysoce převyšují kvality ostatních, a proto mohou vést, rozhodovat co je správné, co ponechat a co zničit. Pokud někdo nesouhlasí, je třeba ho v zájmu lidstva zlikvidovat a jeho názory zesměšnit. Někdy se tento proces odehrává na stránkách nikým nečtených časopisů, jindy bohužel stejný jev přeroste do gigantických rozměrů a stojí život pár milionů lidí. Princip je však tentýž. Věda prý ztrácí důvěryhodnost, nařiká dále zmíněný docent. Lidé se více zajímají o to, co on nazývá pavědou a protože jsou hloupí a netuší, že potřebují především vědu, je třeba jim to důrazně sdělit – nejlépe tak, že „pavědu“ zakážeme. Věda je to, jak se na dalších stránkách zmíněný vědec rozepisuje, když lidé musí užívat hodně léků nikoliv proto, aby se nějaká nemoc vyléčila, ale proto, aby kvalita života byla lepší až nejlepší. Používám přesně slova tohoto vědce – skutečně ve svém článku píše „nikoliv proto, aby se nějaká nemoc vyléčila“.

S takovou vědou nesouhlasím a jsem schopen se s ní smířit pouze v krajním případě, nemám-li při ruce žádné lepší řešení. I v takové situaci ale vím, že se jedná o provizorium, jen přístřešek, abych přečkal déšť a mohl pokračovat dál v cestě. Pan docent ale vidí onu cestu v tom, že bude více a více léků, které budou způsobovat více a více problémů.

Ovšem lidé filosoficky a historicky vzdělaní přece musí vědět, že nikdy neexistovala jen jedna cesta, po které by bylo možné kráčet, a pokud ano, odjakživa vedla do pekel. Člověk se vždy snažil vybírat cesty, které peklo velkým obloukem obcházejí. Jestliže existuje jen jeden výzkum a jedna cesta, tj. cesta farm. firem, tak z historického hlediska jsme na cestě do pekel. Je přece známo, že farmaceutické firmy za své peníze zakazují zveřejňovat negativně vyznívající studie, dokazující, že zmíněný preparát přináší lidstvu spásu. V lékárnách pak samozřejmě vzniká pocit, že na lécích nemůže být nic špatného, protože všechny uveřejněné studie vyznívají velmi pozitivně. Škoda, že se nechávají tak hloupě oklamat a nemají možnost nahlédnout do šuplíku manažera farmaceutické firmy, kde leží pravdivé výsledky výzkumů hodné zveřejnění.

Není náhodou, že známý list New York Times v nedávné době požadoval, aby lékaři – a především vědeckí pracovníci – neměli žádné materiální vztahy s farmaceutickým průmyslem. Jinak hrozí, že budou prosazovat výhradně zájmy těchto firem. Proti tomuto názoru se však zvedla vlna odporu a požadavek byl označen za hloupý. Samozřejmě – kdyby průmysl nesponzoroval výzkum, přestal by výzkum existovat. Co ale tato věta znamená? Znamená, že financován je výzkum léků vytvořených farmaceutickým průmyslem a prakticky nic jiného.

Náš kongres byl o té druhé cestě za zdravím a o toxických účincích mnohých léků bychom nejen mohli vyprávět, ale také vyprávět budeme.



Hormony, antibiotika, antidepresiva, imunosupresiva, očkovací látky, anestetika, to vše jsou závažné toxiny. Organismus se jich nedokáže jen tak zbavit a navíc přinášejí různé další obtíže, na které je třeba předepisovat další a další léky.

V této souvislosti jsem si vzpomněl na jednoho pivovarníka, který si pochvalně liboval, že pivo jako jediný nápoj hned po vypití jedné sklenice vytváří chuť na další. Marně tedy nezaháníme žízeň, ale chuť na další orosenou sklenici. U piva takovou vlastnost jako muž dokonce vítám, ale u léků bych ji mít nemusel. Byl bych raději, kdyby léky nevytvářely nové nemoci, které vytváří nové léky a ty vytváří nové nemoci, a tak vzniká nekonečný řetězec, ve kterém je naše konference opravdu jen nepatrnou kapkou, jen skvrnkou na nekonečném nebi farmaceutického průmyslu a naší lékařské vědy.

MUDr. Josef Jonáš

Poruchy příjmu potravy

Lidé, kteří se věnují kočkám, psům či jiným zvířatům hovoří o jejich rozdílné povaze, stresech, kterým podléhají, o nevyzpytatelném jednání. Když zvíře projevuje tolik poruch své psychiky, tak kolik jich musí projevat člověk. Jeho mozek je nejsložitějším zařízením na zeměkouli, které nebylo překonáno žádným technickým zázrakem. Pokud se tak vůbec někdy stane, pravděpodobně to bude trvat ještě velmi dlouho.

Jestliže se před svými pacienty zmíním o tom, že za jejich potížení stojí nervový systém, tak si automaticky má slova spojují s psychikou, i když to tak v dané chvíli vůbec nemyslím. Člověk zkrátka tak nějak počítá s patologickým vlivem své psychiky, přestože nervový systém má obrovské množství různých funkcí. Kromě jiného sbírá informace z celého organismu a z našeho okolí, dokonce má i paměť, přičemž si pamatuje nejen to, co prožil při existenci v dotyčném jedinci, ale zřejmě i to, co prožilo lidstvo jako celek.

Jednotlivé části mozku ideálně zapadají do našich představ o celostní medicíně – jejich funkce spolu souvisí, navzájem se ovlivňují a prolínají. Neuroanatomové proto vyznačili v mozku nesmírné množství drah a spojnic, ale ani celý tento systém – který se až vymyká našim představám – není úplně schopen veškeré souvislosti znázornit. Spoje v nervovém systému probíhají na základě elektrických potenciálů, šířících se z neuronů na neuron. Ovšem na základě biochemických procesů probíhajících na spojích neuronů a možná i díky jiným mediím se často uvažuje o fotonech a někteří lidé by velice rádi objevili i dosud neprokázanou energii, jejíž existenci vědci popírají. Do to-

ho zasahují i teoretici informatiky s názorem, že informace nemusí být nesena energií, tedy hmotou, jak jsme se vždy domnívali, ale že může existovat i bez závislosti na hmotě. Vtírá se tak otázka – je myšlenka formou hmoty nebo není? Ale to bychom již zasahovali do podstaty filosofie, do souboje mezi bytím a hmotou.

O činnosti mozku se můžeme přesvědčovat především díky zevním projevům, jestli se nám končetiny hýbou či jestli jsme schopni si alespoň něco zapamatovat. O činnosti mozku vypovídají naše emoce, tedy jsme-li smutní, veselí, úzkostní, ustaraní, žárliví apod. Emocí a jejich poruch se dá vyjmenovat na desítky a jednou se tomuto tématu budeme věnovat. Nyní se ale podívejme na příjem potravy, který nezáleží na našich ústech, jícnu, žaludku ani jiných trávicích orgánech, ale závisí na našem mozku.

Lidé vykazují dvě základní poruchy příjmu potravy. V první řadě se jedná o anorexii neboli nechutenství; protože v tomto případě jde o nechutenství způsobené mozkiem, nazýváme je anorexia nervosa. Druhou nejčastější poruchou příjmu potravy je patologická žravost, nazývaná bulimie. Mnohokrát v životě jsem se setkal s oběma poruchami, a tak jsem viděl 170 cm vysokou

dívku, která dokázala zhubnout na pouhých 30 kg a obdivně se vzhlížela v zrcadle. Okolí šlelo hrůzou, ale veškerá logika, argumentace i pádné důkazy se míjely účinkem. Tak vypadá anorexia nervosa, tajemné onemocnění, nad nímž si svět láme hlavu.

Je zřejmé, že toto onemocnění souvisí se společensky velmi propagovanou a ceněnou štíhlostí až vyhublostí, s níž stále přicházejí módní giganti, protože prý takovým ženám lépe padnou šaty a křivky jejich těla neruší splývavou linií. Samozřejmě, že anorexie se vyskytovala i v dobách minulých, kdy kult těla ještě nebyl tak silný. Obvykle byla spojována s hysterií a často se za ní našla nešťastná láska, zklamání, neopětovaný vztah a mnohé jiné citové problémy. Proto se také před několika lety, kdy se problémy s tímto onemocněním objevily v masovějším měřítku, hledala příčina především v rodinných vztazích. V této souvislosti se uvažovalo zejména o vztahu k otci, neboť toto onemocnění postihuje především pubertální a postpubertální dívky. V současné době se však nevyhýbá i ženám zralejším, mezi 20. a 30. rokem,

A nyní z hlediska detoxikační medicíny. Je jasné, že jde o onemocnění CNS a proto se jím v praxi zabývají psychiatři. Aplikují starší i moderní antidepresiva, neuroleptika, ale také režimovou léčbu, psychoterapii, zkrátka různé psychiatrické léčebné prostředky a postupy. Pokud pacient přežije pokles váhy a nedojde k metabolickému rozvratu, tak obvykle po několika letech onemocnění zcela nebo částečně odezní, jako by vyhaslo. Někdy po této nemoci zůstávají rezidua, jako jsou různé neurózy či poruchy osobnosti, →

ale znám i případy, kdy došlo k vyléčení ad integrum, tedy bez známek nemoci.

Při diagnostice přístrojem Salvia a EAM setem se dostáváme k hypothalamu, tedy části mozku, která je zahrnuta do oblasti diencephalonu. Hypothalamus je centrum ovládající velmi širokou škálu různých funkcí – například produkuje některé řídicí a stimulační hormony, ale je také centrální částí autonomního nervového systému a hraje rozhodující úlohu i v pudu obživném i sexuální. Pochopitelně intoxikace hypothalamu nepřinese takové problémy, jaké nacházíme u anorexie nervosa či bulimie, ale jeho spojení s mozkovou kúrou s naučenými programy pak dává celý obraz nemoci. Mnohdy se do celého procesu zapojuje i hippocampus, což je z hlediska detoxikační medicíny centrum psychické integrace.

Z historie je známo, že obsah duševních nemocí se vždy měnil podle dobového koloritu, a tak ve středověku šílení lidé halucinovali čarodějnice, ve 20. století hrůzy světové války, ve 21. století se objevují mimozemšťané, kosmonauti, přístroje na dálkové ovládání mozku. Naše společnost je prodchnuta touhou po štíhlosti, která sama o sobě otevírá vstup do světa opačného pohlaví. Je tedy logické, že v období puberty, kdy z biologických důvodů mladí lidé žijí jen tím, zda jsou pro sebe navzájem přitažliví, vzniká pro tyto poruchy živná půda.

Z toxických zátěží zde hlavní roli hraje porucha metabolismu glutenu, neboť v současné době se uvádí, že kolem 60 % evropské populace má s jeho metabolismem problémy. Gluten a jeho metabolity zatěžují především nervový systém a hypothalamus je ide-

ální místo pro hromadění této toxické zátěže. Stejně jako u všech jiných poruch orgánů se na vzniku symptomu jen výjimečně podílí pouze jediný toxin. I zde se samozřejmě musí nacházet řada dalších zátěží – především infekční ložisko a často toxické kovy. V problematice případů, které vedou ke zlepšení můžeme najít i epigenetické změny, tedy změny, posouvající základ problému do genové oblasti.

Jak už bylo řečeno, na nemocech projevujících se poruchami výživy se účastní psychická složka, a tudíž hned na počátku léčby využijeme preparát EMOCE a preparát NO DEGEN I a II. Tyto preparáty změni schéma patologických emocí i patologických programů fixovaných v naší psychické struktuře. K odstranění ložisek využijeme preparát CRANIUM a odstranění kovů je myslím vše jasné – jednoduše podáváme preparát ANTIMETAL. Nejdůležitější jsem nechal na konec, a to preparáty METABEX, METABOL a GLI GLU, který je cílenější na poruchy metabolismu glutenu.

Anorexie a bulimie jsou z hlediska detoxikační medicíny totožné nemoci, kdy toxická zátěž působí v jedné nebo v druhé části hypothalamu, která ovládá zmíněný obživný pud. Také psychické programy jsou u obou nemocí různé. Můžeme si představit, jak rodiče v útlém věku říkají dítěti: „Jez, nebo budeš hubená, nebudeš vypadat k ničemu a nikdo tě nebude chtít.“ V opačném případě se rodiče obávají, aby dítě tolik nejedlo a nebylo tlusté. Ovšem stačí poznámka pronesená rodiči: „Jsi tlustá, podívej se jak je krásná támhleta štíhlá dívka.“ Takový výrok pronesený nějakým vzorem, což často

u děvčat bývá otec, nastartuje program, který vydrží člověku na celý život.

Málokdo ví, že poruch výživy je mnohem více, ale jelikož se neprojevují tak dramaticky, obvykle si jich ani nevšimáme. Je to například hromadění potravy, aby nedošlo k situaci, kdy budeme mít hlad či naopak obava z toho, že bychom doma nějaké potraviny měli, protože pak je sníme a budeme tlustí. Také je třeba zmínit zásoby odvážené na dovolenou v obavě, že nebude podáváno jídlo na něž jsme z domova zvyklí. Také tzv. fixace v orálním stadiu, která se podle psychoanalytiků projevuje nejen přijímáním či nepřijímáním jídla, ale například kouřením, preferováním orálního sexu a někdy i pouhým mluvením, má co do činění s těmito poruchami.

Detoxikační medicína patří mezi velmi úspěšné metody v řešení poruch příjmu potravy, tedy bulimie a anorexie, ovšem důležitá je zde také spolupráce s jinými specialisty, především psychology, ale také internisty, kteří musí hlídat nebezpečí metabolického rozvratu do doby, než se onemocnění zvládne.

Lidé o možnosti detoxikační léčby těchto chorob nevědí a přestože je toto onemocnění v populaci značně rozšířené, naši pomoc málokdy vyhledávají, takže pacientky s anorexií potkáváme v ordinacích spíše ojediněle.

Mnozí pacienti mi sdělují, že po detoxikaci dokáží lépe kontrolovat množství požitých potravy a ta pro ně přestává být něčím nutkavým či něčím postaveným na úroveň božské many. Zaujímají ke stravě realističtější postoj.

MUDr. Josef Jonáš

Životní prostředí & ekologie

Hormony ve vodě?

Nejnovější výzkumy prokazují, že estrogenu obsažené v ženské hormonální antikoncepci zůstávají ve vodě i po jejím vyčištění, a vracejí se tak zpět do lidského – tedy i mužského – těla. Ženské hormony v mužském těle přitom mohou způsobit neplodnost nebo dokonce růst žláz. Jediným způsobem, jak se ženským hormonům vyhnout, tak zřejmě zůstává pít minerálky.

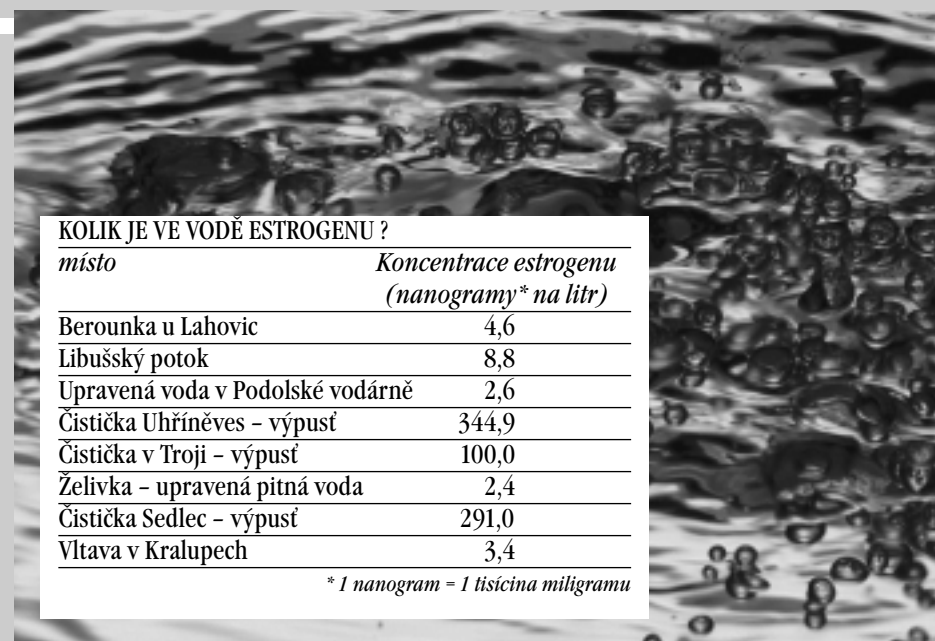
Že kvalitu povrchových i podzemních vod ohrožuje množství chemikálií vyráběných člověkem, vědí odborníci již dávno. Teprve v posledních letech se však výzkumy začaly zabývat také znečišťováním vody produkty farmaceutického průmyslu. Mezi ty nejvýznamnější patří právě ženské hormony – estrogenu. Do vodních zdrojů se dostávají z netěsnící kanalizace.

Z průzkumu Tomáše Pačese z Oddělení geochemie životního prostředí České geologické služby, zachytí čistírenské kaly pouze část estrogenu, a malá část opět uniká do vodních toků. „Otázkou zůstává, zda malé koncentrace těchto látek nemohou projít i úpravami pitné vody,“ uvádí Tomáš Pačes ve zprávě. Mimo jiné také zjistil, že

v řadě vodních toků zásobujících pražskou vodovodní síť je celková koncentrace estrogenu zvýšená.

Vltava, v níž byla zjištěna zvýšená hladina estrogenu, je až do Prahy prakticky neznečištěná. Koncentrace hormonu pak ovšem dramaticky roste u výpusti čističky v Troji. I další čističky, např. v Dolních Chabrech a v Sedlci také přispívají vysokými koncentracemi hormonu. „Estrogenu v prostředí mohou podle odborných studií ovlivnit například vznik rakoviny prsu nebo funkci jiných důležitých hormonů v lidském těle,“ říká lékař Zdeněk Bedrný. Protože se ani úpravám pitné vody pravděpodobně nedaří estrogenu zcela likvidovat, běžně tento hormon pijeme. Například v želeveckém vodovodu, který přivádí pitnou vodu do hlavního města, naměřili odborníci z České geologické služby malé množství estrogenu i po vyčištění.

Zatímco v Česku se odborníci výskytem estrogenu v pitné vodě teprve začínají zabývat, vědci ve Spojených státech již následky takového znečištění zkoumají. Podle studie Severozápadní laborato-



KOLIK JE VE VODĚ ESTROGENU ?	
místo	Koncentrace estrogenu (nanogramy* na litr)
Berounka u Lahovic	4,6
Libušský potok	8,8
Úpravená voda v Podolské vodárně	2,6
Čistička Uhřetěves - výpusť	344,9
Čistička v Troji - výpusť	100,0
Želivka - upravená pitná voda	2,4
Čistička Sedlec - výpusť	291,0
Vltava v Kralupech	3,4

* 1 nanogram = 1 tisícina miligramu

ře Ministerstva energetiky může i krátkodobé působení syntetického estrogenu v nízkých koncentracích zapříčinit pokles plodnosti rybích samců, a to až o 50 %. Jiná americká studie hovoří dokonce o změně pohlavních orgánů – u nedospělých rybích samců na pohlaví samiči.

Ještě donedávna se přitom odborná veřejnost domnívala, že estrogen lidské tělo před vyloučením deaktivuje. Ledviny totiž k hormonům připojí molekulu cukru navíc a teprve poté je vyloučí. Ovšem podle toxikologického výzkumu společnosti Procter and Gamble odstraní bakterie v čističkách odpadů z kanalizace pouze tento cukr.

Zdroj: Nedělní Blesk

Herpes simplex



Infekce herpetickým virem HSV-1 (orálním), HSV-2 (genitálním) patří mezi nejvíce rozšířená virová onemocnění člověka. Projevuje se v různých lokalitách, a to jako herpes labialis (rty) nebo herpes genitalis (na pohlavním ústrojí), ale i na rohovce oční nebo jako herpetická encefalitida (zánět mozku) či systémové onemocnění se smrtelným průběhem.

Herpes virus se po prvotní infekci doživotně usídí v nervových gangliích v oblasti hlavy či genitálu. U většiny lidí zůstává asymptomatický, avšak za určitých okolností, kdy dochází ke snížení odolnosti organismu, může dojít k aktivaci infekce. Ta pak se projevuje výsevem na rtu, ale také v ústní dutině, na mandlích, rohovce nebo – jak bylo uvedeno – jako herpetická encefalitida.

Tento virus se vyskytuje po celém světě a promořena je prakticky většina populace. Přibližně 50–90 % má protilátky proti herpetickému viru 1, tedy orálnímu viru, ovšem po započetí sexuálního života stoupá incidence onemocnění virem HSV-2. Standardní léčba infekce herpetickým virem je jednak místní a jednak celková.

Využívají se tzv. virostatika – herpesin, ranvir, provirsan, zovirax, virolex, valtrex, famvir, fossavir. O prognóze onemocnění rozhoduje věk, forma onemocnění a stav imunity. Nebezpečné pro život jsou především infekce novorozenců a pacientů s těžkými poruchami imunity, např. po transplantaci nebo nemocných infekcí HIV. Prevence v podstatě neexistuje a je třeba hodnotit kvalitu imunity a včas eventuálně zachytit formy, které by ohrožovaly pacientův život, tedy herpetickou encefalitis nebo systémové herpetické onemocnění. Také herpetická keratokonjunktivitida je závažným onemocněním s možnými důsledky.

Herpes simplex z hlediska detoxikace Vzhledem k tomu, že detoxikace staví svůj program především na kvalitě fungování imunitního systému, nebývá herpes simplex neřešitelným problémem. Pokud dojde k výsevu onemocnění, nemá smysl provádět detoxikaci, neboť touto metodou není možné docílit vymizení výsevu ani urychlení jeho průběhu choroby. Oproti současné medicíně klademe důraz na prevenci, a to tak, že máme možnost sledovat kvalitu funkce imunitního systému. Za základní považujeme dobré řízení imunitního systému centrálním nervovým systémem, a to preparátem CRANIUM. Ten odstraňuje infekční ložiska z CNS, především z telencefalonu, který je i sídlem center pro řízení imunity. Zátěž CNS ložiska však není jediná a tak porucha imunity může být způsobena i jinými zátěžemi, zejména metabolity glutenu což je nejčastější případ, eventuálně i toxickými kovy a radioaktivními látkami.

Také onemocnění diencephala, tedy emocionální problémy – nejčastěji deprese, snižuje výrazně kvalitu imunity a významným prvkem potlačujícím imunitu je stres. Proto k optimálnímu řízení imunity využijeme i preparát ANTIMETAL a IONYX, ale především tam, kde je třeba preparát METABOL, METABEX, eventuálně GLI GLU.

Velmi důležitým preparátem pro funkci periferního nervového systému je preparát LYMFATEX, zejména složka ovlivňující kvalitu perských plaků, tedy nakupení lymfatické tkáně v přechodu mezi tenkým a slepým střevem. Zásadně důležitý je pro prevenci herpetické infekce preparát IMUN v nové, kvalitativně výrazně vyšší formě. V tomto preparátu se ocitají informace, které pracují s obaly některých tkání v lidském těle, jako jsou např. okostice (periost), obal lebeční kosti (pericranium), obal chrupavky (peri-

chondrium) obal kořene zubu (periodont) a z hlediska infekce herpes simplex nejdůležitější věc, a to obal nervu (perineurium, endoneurium a mezoneurium).

Detoxikace obalů je detoxikace pomocí klíčů, neboť obaly slouží jako klíče pro zlepšení funkce orgánů, které obalují. Právě u nervového systému jde o velmi důležitý prvek zvýšení lokální imunity a nakonec perióst zvyšuje i kvalitu funkce kostní dřevě, což je důležitý prováděcí imunitní prvek. Nakonec podáváme ANTIVIR, který navádí imunitní systém přímo na virovou infekci, v tomto případě na virus herpes simplex. Velmi významnou úlohu může hrát i zátěž nervového systému léky, a to především očkovacími látkami, zvláště pak očkování proti nervovým chorobám. Z toho důvodu volíme v určitých konkrétních případech detoxikaci preparátem DEIMUN AKTIV.

Základním orgánem, který hlídá jak nervový systém, tak protivirovou imunitu jsou játra. Při dlouhodobé detoxikaci podáváme tedy i preparát LIVERDREN a LIVERHELP, aby játra neoslabovala periferní nervový systém. Hlavní důvod recidivy aktivity viru herpes simplex je totiž snížení lokální i celkové imunity. Lokální imunita je ovlivňována preparáty LIVERHELP, LIVERDREN a IMUN, celková imunita pak preparáty CRANIUM, METABOL, GLI-GLU, METABEX, ANTIMETAL a IONYX.

Kdyby lidé věděli, že herpetické infekce se mohou tímto poměrně jednoduchým způsobem zbavit, respektive že virus může být imunitním systémem trvale držen na uzdě, jistě by volili detoxikační medicínu raději než poměrně drastické celkové antivirové prostředky.

MUDr. Josef Jonáš

Životní prostředí & ekologie

Prach – ničí zdraví dospělých i dětí

Zatímco dříve ohrožoval plíce barevný popílek a strašákem byly zejména severní Čechy, nyní je mnohem nebezpečnější mikroskopický prach. Zaprášený vzduch ohrožuje lidi na Ostravsku, v Praze a kritické to začíná být i v Brně.

„Na mikroskopický prach se vážou rakovinotvorné polycyklické aromatické uhlovodíky, které vznikají při spalování nafty či uhlí,“ varuje radim Šrám z Ústavu experimentální medicíny.

Tyto látky snižují porodní váhu novorozenců a přispívají k poškození plodu. U dětí se rovněž podílejí na rozvoji těžkého průduškového astmatu či na častých zánětech hrtanu. Vědci se navíc domnívají, že v důsledku postižení plic jemným prachem dochází

i u dospělých k horšímu oxysličování tkání, což oslabuje imunitní systém člověka. Získané poznatky o účincích PAU svědčí rovněž o vlivu na plodnost mužů a zaznamenány jsou i případy rakoviny kůže.

Nové „jedy“ ve vzduchu ale ohrožují nejvíce děti. Dětská lékařka Eva Schallerová z Ostravy-Radvanic upozorňuje, že zatímco v roce 2001 léčila 128 případů těžkého astmatu, v roce 2005 se jejich počet zvýšil na 230. „Když hovořím s kolegy z Prahy, tak na Smíchově to není lepší,“ říká Schallerová.

Právě děti, které vyrůstají v prostředí s vysokými koncentracemi jemného prachu, budou pravděpodobně ve středním věku trpět →

Strava & metabolismus

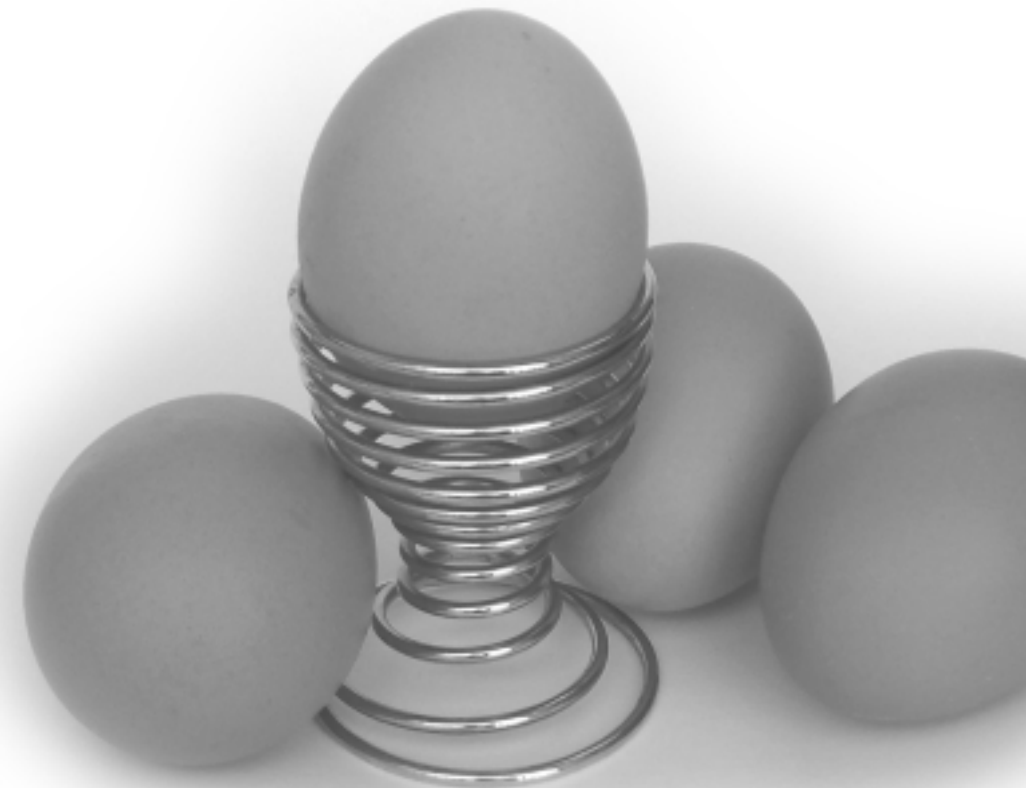
Vejce – jíst či nejíst?

Na černé listině se vajíčka před časem ocitla pro velký obsah cholesterolu. Ten je nebezpečný, protože ucpává cévy a zvyšuje riziko infarktu. „Vejce jsou sice opravdu velkým zásobníkem cholesterolu (250mg v jednom žloutku, přičemž doporučená denní dávka je 300mg), zanedbatelné však není ani množství tuku (jedno vejce ho obsahuje asi 6,6 g). Na druhé straně však vejce obsahují také lecitin, který působí příznivě proti ukládání cholesterolu,“ uvádí na pravou míru tvrzení o škodlivosti vajec nutriční terapeutka Věra Králová.

Vejce mají zároveň skvěle vyvážený obsah nutričně cenných látek. Jsou v nich zastoupeny i důležité vitaminy – C, B1, B2, A, D, E, K – minerální látky (železo, fosfor, draslík, vápník) i některé stopové prvky, např. selen. Vejce jsou zároveň zdrojem plnohodnotných bílkovin, stejně jako maso, mléko a mléčné výrobky, přičemž jedno vejce pokrývá i 15 % denní potřeby. Navíc lidské tělo dokáže využít výživné látky v něm obsažené až z 95 %.

Zdá se tedy, že vejce mohou být i prospěšná, ale všeho s mírou. „Ti, kdo nemají problém se zvýšenou hladinou cholesterolu, si mohou vejce dopřát častěji (tři až čtyři týdně). Při počítání množství vajec je třeba myslet i na to, že kromě přímé spotřeby najdete vejce i např. v těstovinách, pečivu nebo majonéze. Lidé s vyšším cholesterolem by měli preferovat vaječné bílky,“ radí odbornice na zdravou výživu.

Vajíčka nejsou ani tak velkou kalorickou bombou, za jakou bývají považována. Jedno totiž obsahuje v průměru 250 kJ, tedy stejně jako jedno jablko.



Stravitelnost vajec je různá – podle toho, jakým způsobem s nimi naložíte. Nejlépe si tělo poradí s vejci naměkko. V tomto případě opouští žaludek po jedné až dvou hodinách. Vejce uvařená natvrdo zůstávají v žaludku 2,5–3 hodiny. Nejhůře stravitelná jsou vejce smažená na tuku. Taková mohou zůstat v žaludku až šest hodin.

Tepelně zpracovaná vejce spotřebujte co nejdříve. A protože se vařením nijak nezmenší vysoká dávka cholesterolu, snažte se při zpracování vajec využívat hodně čerstvé zeleniny.

Co se vyplatí vědět

Aby však vajíčko splnilo ve výživě svůj úkol, vyplatí se o něm vědět víc. Na nejčastější otázky odpovídá Vasilis Kiculis, ředitel Zemědělského podniku, a. s. Město Albrechtice. Tato společnost jako jediná v ČR obdržela za kvalitu své produkce (ročně dodá na trh 15 milionů vajec) značku Klasa.

Proč jsou vejce nosnic stejného plemene různé velikosti?

Čím mladší je slepice, tím menší má vejce. Kvalitu ale věk neovlivňuje, jen produkce ke konci snůšky (u nás od 21. do 66. týdne) má křehčí skořápku.

Jsou hnědá vajíčka lepší než bílá?

Hnědá mají o něco silnější skořápku, jinak jsou na tom obsahem nutričních látek stejné.

Jak se pozná čerstvé vejce?

Po rozklepnutí musí bílek i žloutek zůstat ohraničené, celistvé.

Domácí vejce se pyšnila krásně oranžovým žloutkem...

Taková vejce snášejí i nosnice z velkochovů, záleží na složení krmiva (obsa- →

hu karotenu). I domácí produkce může být riziková, výživa slepic není obvykle pod stálou kontrolou.

Jakou má vejce trvanlivost?

Doba minimální trvanlivosti činí 28 dní od data snášky. Během prvních devíti dnů jsou vejce vhodná k přípravě naměkko, pro výrobu majonézy a šlehání sněhu. Od tohoto data bývá lepší využít je hlavně k vaření, do těsta nebo na omelety.

O čem informuje kód na skořápce?

Kromě identifikace producenta a třídírny také o způsobu chovu nosnic. Například kód 3CZ1234 lze rozklíčovat jako vejce z chovu v klecích (3) v ČR (CZ). Poslední je registrační číslo závodu.

Jak správně vejce vybírat?

V obalu musí být špičkou dolů, čistá, ale nemytá. Voda by narušila povlak, jenž chrání vejce před průnikem vnějších vlivů (pachů a mikroorganismů). Nesmí být vystavena

prudkým změnám teploty, jinak se orosí a hrozí zaplísnění. Vejce se ukládají v chladu (nemrazí se), nejlépe při teplotě 5–8 °C.

Některé tipy

- Čerstvé vejce by mělo po ponoření do osolené vody klesnout na dno. Pokud vejce plave na hladině, není čerstvé.

- Čím déle vejce skladujete, tím více se znehodnocují biologicky aktivní látky.

- Vajíčka se doporučuje uchovávat v nechlazenější části ledničky, a to nejvýše po dobu tří týdnů.

- Vejce vždy skladujte špičkou dolů; u ploché strany je pod skořápkou vzduchová bublina, která zabraňuje pohybu žloutku; v případě skladování špičkou nahoru se žloutek může smístit s bílkem, proniknout až těsně ke skořápce a nalepit se na ni – takto skladovaná vejce se kazí rychleji.

- Skořápku vajec neomývejte, pokud se nechystáte vejce ihned spotřebovat – na skořápce je totiž ochranná vrstva, která vejce chrání před škodlivými mikroorganismy; umytím se ochranná vrstva poruší.

Jak se vejce třídí	
označení	hmotnost (g)
XL (velmi velká)	více než 73g
L (velká)	63–73
M (střední)	53–63
S (malá)	méně než 53

Zdroj: Právo, Blesk, www.novinky.cz

Naučte se znovu vařit

– bez dochucovadel, emulgátorů a instantních směsí

Lékaři nás varují, abychom jedli zdravě. Doporučuje to také nejedna reklama, někdy ta samá, která propaguje jídlo obsahující potřebný vápník, cereálie, mléko a minerály, samozřejmě s trochou těch barviv a zahušťujících látek. Lidé sice matně tuší, že to není pro zdraví to nejlepší, ale přesto výrobky kupují. Všeelijaké chemické přísady používají dobrovolně i na místech, kde by je to před dvaceti lety ani nenapadlo. Do omáček instantní jíšku, k masu instantní bramborovou kaší a jako moučník bábovka z prášku! O přísadách v hotových jídlech, která stačí zalít horkou vodou nebo strčit do mikrovlnky, ani nemluví.

Je to přitom takový paradox – na jedné straně sílí obliba polotovarů, na druhé straně kult vaření, kdy lidé nadšeně kupují co nejkvalitnější suroviny, často bio, a pak vaří různá sofistikovaná jídla na míle vzdálená české kuchyni.

Přítom v něčem byla naše kuchyně minulých dob zdravější – sice poměrně tučná a moc vydatná, ale bez oněch přísad. V malém množství občas nevaří, ale při pravidelné konzumaci zatěžují trávicí trakt a mimo jiné zvyšují riziko alergií. A nejde jen o domácí kuchyni. Někdejší jogurty sice vydržely jen pár dní, ale byly to skutečně jen jogurty, stejně jako se například vypilo mnohem méně přeslazených a barvených limonád.

Měli bychom se snažit vzdát všech posilovačů chuti typu glutamátu, který je obsažen i v různých kořenících směsích. Vyhýbejme se průmyslově vyráběným zálivkám a omáčkám. Vaří se s nimi sice jednodušeji a jídlo téměř vždy chutná, ale jednak jsou nabitě kaloriemi a jednak nás nutí vyhledávat napříště potraviny o stejné chuťové intenzitě. Chuť prodáváných polotovarů, sušenek či uzenářských výrobků je navíc podpořena umělými ochucovadly, barvivy a aromaty. Většina jídel pak chutná podobně a běžné jídlo bez chemických přísad se pak zdá ochuzené. Přítom právě kuchařské umění je v jednoduchosti a rozmanitosti.

„Nemáme správný přístup ke zdravé stravě, protože chutě, vůně a podoby jídel, které jsou neustále kolem nás, jsou velmi lákavé,“ říká kuchař Jan Dlabal z Bikram Jóga Centra v Praze, kde se vaří lehká jídla ovlivněná orientální a japonskou kuchyní.

„Podlehnutí této nabídce je pak lákavější než se soustředit na to, co naše tělo skutečně potřebuje,“ vysvětluje dále. Dnešní strava je zkrátka až příliš pestrá a podbízí se potřebě uspokojovat naše požitkářství.

Ale jak se vrátit ke kořenům české kuchyně, tedy k luštěninám, sezonní zelenině, ovoci a masu připravenému bez omáček ze sáčku? Jednou z cest může být zahajovací půst nebo očistná kúra, kdy člověk jeden až dva dny pouze pije zeleninové šťávy a bylinné čaje. Po dvou dnech přidává pozvolna další potraviny, přičemž například maso přichází na řadu až šestý den.

Můžete si být jisti, že po několika dnech o syrové stravě si zamilujete například chuť samotných vařených brambor a nebudete je muset ani dochucovat spoustou másla, soli nebo tatarů.

Neměli bychom přebíjet základní chuť té které potraviny silnými dochucovadly. Čím víc totiž dochucujeme, tím hůř pro náš organismus, který pak takové jídlo hůře zpracovává. „Dobré jídlo je jídlo jednoduché,“ dodává Jan Dlabal.

Příklad použití emulgátorů a dochucovadel v běžných potravinách:

Chléb

Chléb je možné vyrobit bez přísady emulgátorů, výrobek však často bývá suchý, málo vykynutý a snadno okorává. Již 0,5 % emulgátoru přidaného do těsta postačuje k získání výrobků s dobrým objemem, jemnější strukturou střídky a delší trvanlivostí. Při výrobě chleba se uplatňují dva typy emulgátorů (zlepšovacích prostředků), které zpevňují těsto a chléb má dobrou texturu i objem E 471e (Mono-diglyceridy mastných kyselin), E 481 (Stearoyl-2-laktylát sodný), E 482 →

Fast foody v Česku jsou jedny z nejnezdavějších

Jídlo prodávané v řetězcích rychlého občerstvení České republiky, Maďarska, Bulharska a Polska je nejvíce v rozporu se zásadami zdravé výživy.

Smažené výrobky tam mají nejvyšší obsah zdraví škodlivých trans-tuků. K tomuto závěru došel Steen Stender z univerzity v Kodani, který své poznatky prezentoval na 15. evropském kongresu o obezitě (ECO), napsala dnes agentura AP.

„Pravidelně se stravovat v některých pobočkách řetězců restaurací rychlého občerstvení je v mnoha částech světa nebezpečné,“ řekl dánský vědec Steen Stender na evropském kongresu o obezitě. Dodal, že je velký rozdíl mezi kvalitou jídla prodávaného u stejného řetězce v různých částech světa.

Ve vzorcích jídla ze sítě restaurací Kentucky Fried Chicken z Indie, Ruska, Španělska a Skotska bylo zjištěno, že necelá dvě procenta z celkového množství tuku byly trans-tuky, které se podílejí na zvýšení rizika vzniku srdečních chorob. Ve střední Evropě se podíl trans-tuků v celkovém množství tuku pohyboval od 29 do 34 procent.

V České republice polovina úmrtí připadá na nemoci oběhového systému.

Stender, který se ve svém výzkumu zaměřil hlavně na hranolky a kuřecí nugety, navrhuje, aby největší řetězce jako je McDonald's nebo Kentucky Fried Chicken používaly ke smažení zdraví méně nebezpečné nasycené tuky.

Firma McDonald's letos v lednu začala své výrobky smažit na oleji neobsahujícím trans-tuky, které se podílejí na ucpávání cév. Již dříve to udělala její konkurence Yum Brands Inc., která provozuje například síť Kentucky Fried Chicken.

Zdroj: www.idnes.cz

(Stearoyl-2-laktylát vápenatý) dále pak E 471 pro jemnější strukturu střídky a delší trvanlivost.

Čokoláda

Všechny čokoládové výrobky obsahují 0,5 % lecitinu E 322 nebo E 442 (amonné soli fosfatidových kyselin). Tyto emulgátory zajišťují správnou konzistenci čokolády při výrobě tabulek, tyčinek a podobných produktů.

Jestliže je čokoláda skladována při vyšších teplotách, její povrch může být matný nebo až bílý. Tento jev se nazývá „tukový květ“ a výrobek ztrácí pro zákazníka přitažlivost. Přídavek tristearátu kyseliny sorbové (E 492) může vznik této závady pozdržet.

Zmrzlina

Zmrzlina patří mezi nekomplexnější potraviny, neboť obsahuje pěnu, emulzi, ledové krystaly a tekutou vodní směs. Emulgátory se přidávají během zmrazovacího procesu a zajišťují hladkou texturu a dále zabraňují rychlému tání při podávání, neboť zlepšují stabilitu procesu zmrazení – tání. Mono- a diglyceridy mastných kyselin (E 471), lecitin (E 322) a polysorbany (E 432, E 436) se běžně používají při výrobě zmrzliny. Tyto látky se rovněž používají při výrobě dalších produktů, jako jsou šerbety, mléčné koktejly, mražené smetanové pěny a mražené jogurty.

Margariny

Emulgátory zajišťují margarínům požadované vlastnosti, jako jsou stabilita, textura a chuť. Jemnou disperzi vodních kapek v olejové fázi zajišťují mono- a diglyceridy mastných kyselin (E 471) a lecitin (E 322), které se používají nejčastěji. Estery mono- a diglyceridů kyseliny citronové (E 472) dodávají výrobkům hladkou strukturu, zatím co estery polyglycerolů a kyseliny mléčné zajišťují požadované vlastnosti těchto tuků při výrobě jemného pečiva.

Masné výrobky

Nejrozšířenějším výrobkem masného průmyslu v Evropě jsou párky. Jejich hlavní složky představují masné bílkoviny, tuk a voda, které dohromady tvoří stabilní emulzi. Emulgátory tuto emulzi stabilizují a zajišťují jemné rozptýlení tuku v celé hmotě. Ve výrobcích s nízkým obsahem tuku aditivní látky zlepšují jejich celkové vlastnosti, takže se podobají běžným výrobkům s normálním obsahem tuku. V masném průmyslu se používají mono- a diglyceridy mastných kyselin (E 471) a estery kyseliny citronové (E 472 c).

Portrét

Paní Renata Dvořáková – nesnášenlivost pšenice

V dnešním rozhovoru bych vám ráda představila paní Renatu Dvořákovou, pacientku MUDr. Josefa Jonáše, která se po celoživotních problémech se zažíváním začala konečně cítit dobře.

Dobrý den, paní Dvořáková, můžete našim čtenářům popsat své problémy, s nimiž jste přišla do ordinace MUDr. Jonáše?

Víte, celý život mě trápily zažívací potíže. Jednalo se spíše o neurčitě, různé intenzivní bolesti břicha, problémy s trávením, nadýmáním apod. Myslela jsem si, že je to v podstatě normální, že u každého z nás jsou tyto pochody nastaveny trochu jinak. Často jsem si pomyslela, že jsem asi snědla něco těžšího, ale jelikož mě bolesti trápily téměř nepřetržitě, začala jsem dbát na zdravou stravu.

Pomohla vám nějak tato změna jídelníčku? V čem vlastně spočívala?

Jak se to vezme, vlastně ne. Bolesti se průběžně objevovaly i nadále, zažívání se příliš nespravilo. Navíc mě okolo 40. roku začaly trápit velké otoky. Nikdo nemohl přijít na to, co mi vlastně je. Tránila mě velká únava, bolesti a zvyšující se hmotnost, která postupně přesáhla i 80 kg. Věděla jsem, že je to nejspíš voda, protože kvůli bolestem a zažívání si množství a složení stravy hlídám. Navíc mi bylo dokonce objeveno velké vnitřní ložisko vody v břišní dutině.

Řekli vám lékaři, co je vlastně příčinou vašich potíží?

Předpokládám, že se po nálezu zmíněného ložiska vody situace stabilizovala.

Kdepak, všichni jen krčili rameny, nebo mi naznačovali, že jsem neurotička, protože mi vůbec nic není. Snad se mi na malý okamžik ulevilo, to už vám přesně nepovím, protože moje obtíže byly stále horší a horší. Bolesti se stupňovaly, takže jsem například úplně přestala jíst maso. Ale vše se stále komplikovalo – podebíraly se mi zuby, nadále jsem trpěla otoky, po →

těle se mi objevovala ložiska hnisu. Můžu vám říct, že jsem byla už zoufalá a naprosto vyčerpaná. Víte, hrozný je ten pocit marnosti a bezmoc.

Jak jste se tedy nakonec dostala k panu doktorovi Jonášovi? Tuším, že to jistě bylo v oněch příznačných „za pět dvanáct“. To máte pravdu. Jak říkám, už jsem byla úplně vyčerpaná. Pociťovala jsem téměř neustále strašlivou únavu, měla jsem gynekologické problémy i poruchu funkce štítné žlázy. Celý můj organismus byl oslabený – nefungovala mi pořádně imunita, takže všechno v mém těle bylo tak nějak špatně. Měla jsem v nepořádku psychiku, nemohla jsem pracovat, fyzicky jsem nebyla ničeho schopná. Do měsíce jsem mívala dvě až tři virózy. Naštěstí mě moje kamarádka vzala s sebou k panu doktorovi. Tak se u něho léčí a napadlo ji, že by mi detoxikace možná pomohla.

Překvapily vás výsledky měření? Můžete nám říct, co vám bylo zjištěno a za jak dlouho jste se pak svých problémů zbavila? Překvapilo mě, že příčina byla odhalena okamžitě – těžká metabolická porucha, konkrétně se jedná o nesnášenlivost pšenice. To bylo na začátku prosince, když jsem začala s detoxikací a můžu vám říct, že efekt byl obrovský a okamžitý. Během velmi krátké doby jsem se zbavila asi sedmi až osmi litrů vody, v březnu již byl váhový úbytek cca dvanáct kg! Zpočátku mi sice bylo zle, ale všechny detoxikační projevy jsem vydržela. Začala jsem ihned držet bezpečnou dietu a hrozně se mi ulevilo. Okamžitě se mi vrátila zpátky energie, síla a v podstatě poprvé v životě zažívám stav, kdy mě neboli břicho. Když teď vím, do jak obrovských problémů může vyústit „obyčejná“ porucha metabolismu, říkám si, že by se lidé měli rozhodně zamyslet nad tím, co jí a jak vlastně žijí. Člověk by se měl o své tělo zajímat a dobře starat. Detoxikace vám pomůže, ale všechno za vás určitě nevyřeší.

Paní Dvořáková, děkuji vám za rozhovor a přeji hodně sil a zdraví.

red

■ Mikrobiologie

Bakterie

Bakterie, jsou jednoznačně nejrozšířenější skupinou organismů na světě. Je možno je nalézt v půdě, vodě, ovzduší i jakožto symbionty uvnitř a na povrchu mnohobuněčných organismů. Vyskytují se mezi nimi druhy, které se specializují na osidlování prostředí, kde by ostatní organismy mohly přežít jen stěží (vroucí voda v sopečných jezezech, nejvyšší vrstvy atmosféry). Některé druhy mohou dle výzkumů přežít i ve vesmíru – ve vakuu a o teplotě – 270 stupňů Celsia. Studium bakterií se zabývá bakteriologií, za jejíhož zakladatele je považován Robert Koch.

Tyto prokaryotické organismy jsou schopny samostatné existence. Buňka bakterií je organizována poměrně primitivně. Buněčná stěna se skládá jednak z mukopeptidů, které v ní tvoří makromolekulární síť, jednak z dalších sloučenin – např. polysacharidy zajišťující jímaní vody a dodávající stěně zvýšenou bobtnatelnost. Na povrchu buněk nalézáme často slizová pouzdra a někdy i pochvy. Cytoplazmatická membrána je tvořena tradičně, tedy fosfolipidovou dvojitou, doplněnou membránovými bílkovými. Vnitřek buňky tvoří cytoplazma, ve které se nachází nukleoid a ribosomy. Dále mohou být přítomny drobné vakuoly a kuličky, obsahující zásobní látky, například glycidy (glykogen), tuky, bílkoviny a polyfosfáty (volutin). U některých druhů jsou v buňkách přítomna i barviva – zelený bakteriochlorofyl a červené karotenoidy. Někdy mohou bakterie tato barviva vylučovat do okolí, což může způsobovat takové jevy, jako např. modráni mléka či krvácení hostií.

Pro růst bakterií je důležitá voda. Živinami jsou ve vodě rozpustěné sloučeniny, z nichž bakterie získávají energii a prvky pro výstavbu buněk. Prostředí pro růst bakterií musí obsahovat zdroj uhlíku, dusíku, energie a růstové faktory. Autotrofní bakterie používají jako zdroj uhlíku oxid uhličitý, heterotrofní jej nacházejí v organických látkách.

Základní, primární metabolismus bakterií se v principu neliší od primárního metabolismu ostatních organismů. Probíhá zde rozklad bílkovin na aminokyseliny, rozklad polysacharidů na monosacharidy, rozklad lipidů a jejich degradace. Produkty těchto rozkladů se pak v různých místech napojují na citrátový cyklus, při kterém je tvořen oxid uhličitý, v následné oxidační fosforylaci a dýchacím řetězci je získávána energie ve formě ATP.

Anaerobní respirace,

tedy dýchání za nepřítomnosti kyslíku, probíhá za přísně anaerobních podmínek. Akceptorem elektronu může být dusičnan, síran či podobné látky.

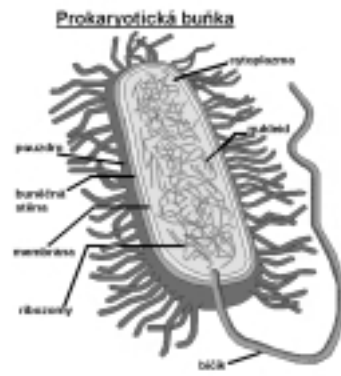
Bakterie mají obrovský ekologický význam. Některé bakterie jsou saprofytické, tudíž hrají roli při rozkladu odumřelých organismů. Jiné bakterie jsou parazité a tudíž původci jistých nemocí. Bakterie hrají také významnou roli v biotechnologii. Mnohé z nich jsou užívány při výrobě důležitých látek – jmenujme například výrobu octa, másla nebo sýrů. Také určité nezbytné proteiny mohou být vyráběny pomocí bakterií. Stačí zapracovat do sekvence DNA u bakterie gen, který kóduje požadovaný protein, a bakterie pak pracuje jako malá továrnička

Velikost bakterií

Velikost bakterií je velice rozmanitá. Obvykle se pohybuje mezi desetinami a desítkami mikrometrů. V mnoha ohledech klasická bakterie *Escherichia coli* má velikost pět mikrometrů. Dříve se mělo za to, že prokaryotická buňka nemůže být větší než řádově desítky mikrometrů, a to vzhledem k omezeným možnostem difúze hrající hlavní úlohu při transportu látek buňkou. Existují však bakterie, které obecnost této teorie popírají. Nejradikálnější je v tomto ohledu *Eupoliscium fishelsoni*, jejíž buňky o velikosti 0,5 mm jsou větší než buňky většiny prvoků.

Tvar bakteriálních buněk a jejich kolonií:

Kulovité – obecně je nazýváme koky. Pokud vytvářejí kolonie, dělíme je dále na diplokoky (kolonie tvořené dvěma buňkami), tetrakoky (čtyři buňky v kolonii), streptokoky (řetízovité kolonie), stafylokoky (hroznovité kolonie) a sarciny (balíčkovité kolonie). →



Tyčíkovité – jeho zástupci se mohou sdružovat v koloniích po dvou (diplobakterie), řetízcích (streptobakterie) a "palisádách" (palisádové bakterie).

Zakřivený – nevytvářejí kolonie a dělí se na vibria (krátké lehce zakřivené tyčinky), spirily (lehce zvlněné tyčinky), spirochety (tyčinky šroubovitě tvaru).

Vláknitý.

Větvený – Vytvářejí buďto náznaky větvení nebo větvení úplné. Druhá skupina může vytvářet bakteriální mycelia.

Některé typy bakterií disponují bakteriálními bičíky. Podle množství bičíků na buňce rozlišujeme typy monotrichální (jeden bičík na konci buňky), amfotrichální (po bičíku na obou koncích), lofotrichální (více bičíků, ale jen na jednom konci buňky) a peritrichální (bičíky jsou po celém povrchu).

Některé bakterie (klostridie, bacily) dokáží vytvářet tzv. endospory – obzvlášť odolné spory vytvářené uvnitř buňky. V nich přežívají nehostinné podmínky a později za příznivějších okolností vyklíčí ve vegetativní buňky.

Bakterie se tradičně dělí dle barvitelnosti jejich buněčné stěny Gramovým barvením na bakterie:

- grampozitivní (Firmicutes),
- gramnegativní (Gracilicutes)
- bakterie bez buněčné stěny (Tenericutes).

Tyto skupiny jsou pak dále členěny dle klasické binomické taxonomie živých organismů. Z fylogenetického hlediska je ovšem správnost tohoto dělení velice pochybná.

Rozmnožování bakterií

Bakterie se rozmnožují nejčastěji příčným dělením, případně pučením nebo hormogonií. Při příčném dělení se buňka prodlouží na dvojnásobnou délku, načež se uprostřed vytvoří septum (přehrádka složená z membrány a základu buněčné stěny), které buňku rozdělí na dvě stejné části. Z každé pak vznikne jedna sesterská buňka. Příčnému dělení předchází replikace bakteriální DNA.

Pučení probíhá tak, že zralá buňka začne na svém povrchu vytvářet „de novo“ novou buňku. Pokud dceřiná buňka doroste do dostatečné velikosti, je do ní puštěna DNA a buňka (obvykle podstatně menší než mateřská) je odpojena. Postupem času doroste a může se začít sama rozmnožovat. I zde samozřejmě předchází pučení replikace DNA.

Bakterie nemají systém pohlaví podobný eukaryotám, ale mohou si navzájem vyměňovat část své genetické informace pomocí plazmidů.

Ještě před několika desetiletími se i renomovaní biologové domnívali, že bakterie jsou jen organismy, jejichž jediným úkolem je množit se. Dnes je jisté, že aby odolaly tlaku prostředí a naplnily své potřeby, dorozumívají se.

Bakterie dokážou být zdatnými individualisty – jedna buňka si ve svém prostředí zařídí vše, ovšem jen žije-li v nadbytku. Protože takové podmínky k životu jsou spíše výjimkou, musí se o svůj život nějak zasadit. Stejně jako například lidé se tyto organismy v tíživé situaci sdružují a případně kolonizují oblast, kde se mohou bránit a využívat zdroje. Komunikace jim stejně jako nám slouží k zažehnavání krizí, ke spolupráci, ekonomickému způsobu života, obraně i útoku.

Kolektivní chování bakterií

Růst bakterií v koloniích sice není nejčastější způsob jejich existence v přírodě, v laboratoři však ano – pokud mají dostatek nebo nad-

bytek živin, tvoří nenápadné hromádky, zajímavé snad pouze barvou. Ovšem pokud strádají, jsou jejich kolonie složeny z bizarních tvarů typu rozsochatých větví a větviček, paprsků točených jedním směrem, tlustých provazců a tráců. Jedná se o výsledek úsilí využít chudší zdroje na co největší ploše. Při stavbě takto strukturovaného útvaru je ale nutná určitá komunikace

Pro její existenci hovoří ještě více důkazů. Bakterie například poznají, že je jich na jednom místě příliš a ve stavu kritického množství, nazývaném quorum, začnou konat. Je-li v okolí málo živin, přeměňují se z volně plovoucích organismů v kooperující a vytvářejí na pevném povrchu povlak označovaný jako biofilm.

Uazují se například na kameni v řece, aby z proudu účinně vychytávaly živiny. Biofilm, což je v podstatě stavba podobná mraveništi, se tvoří také v průduškách nebo sliznici střeva. Některé bakterie zapnou dosud spící geny a začnou buď k neprospěchu hostitele produkovat toxiny, nebo k jeho prospěchu například světlékovat (u sépie).

Bakterie se dorozumívají chemickými signály. Tvoří je několik druhů poměrně malých molekul, podle účelu vždy nepatrně pozmeněných. Bakterie je syntetizují a vylučují do prostředí, čímž oslovují všechny bakterie sousední. Odpověď na signál je ano či ne, 1 nebo 0. Další zajistí síť čidel, přenosů a vykonavačů pokynů.

Některé signály jsou určeny pro buňky stejného druhu a jen ty jim rozumějí. Na svém povrchu mají receptory jako tykadla, která signál zachytí a převedou do buňky opět poměrně jednoduchými chemickými manipulacemi – řetězovým přenosem fosforečnanu. Signál se donese až na místo určené a způsobí, že se zapne ten či onen gen, realizuje ionformaci, kterou nese, a buňka zareaguje změnou svého chování. Bakterie umí také vyslat chemický signál určený pro jiné druhy a dorozumívat se nejen se vzdálenými příbuznými, ale i s úplně cizími bakteriemi. V DNA všech dosud zkoumaných druhů je přítomen gen pro syntézu molekul tohoto univerzálního signálu.

Komunikace však neslouží jen mírumilovné solidaritě buněk a vzájemné pomoci. Konverzaci jedněch bakterií mohou jiné zájemně překazit, když signální látku prostě spotřebují. Populace postižených se pak domnívá, že nemá quorum potřebné k tomu, aby se chovala přiměřeně poměrům a přežila. Zároveň vlastně oněmi, čímž se komunikačně zakryje její přítomnost, kterou dosud oznamovala do okolí. Stejným způsobem neškodný laktobacil zruší pokyny buněk patogenních stafylokoků k tvorbě toxinů, zachová pro sebe životní prostor, a ještě prospěje hostiteli. Bakterie také ruší komunikaci jiných produkcí rušivých molekul.

Jako signály působí celá řada látek, které jsou zplodinami metabolismu bakterie. Badatelé neskrývají radost, že rozluštili šifry komunikace mezi buňkami. Uvažují o makromolekulové inteligenci bakterií, domnívají se, že mohou mít paměť spočívající ve zpoždování části odpovědi na signál, že se bakterie mohou i učít – to vše samozřejmě v analytickém duchu na molekulové úrovni a modelových systémech. Inspirace z konverzace bakterií jde ještě dál, předkládá se úvaha o bakteriální lingvistice chemických slov a jejich významů, také o sociální inteligenci, protože bakterie kooperují a přispívají k rozmanitosti a protože některé signály přitahují jiné bakterie ke kopolaci, fungují jako feromony.

Před deseti lety dokonce publikovala na jednom kongresu japonská skupina vědců pozorování, že růst jednoho kmene bakterie při stresu, za nepříznivých podmínek podporuje zvuk o frekvenci od 6–38 kHz. Nadto ještě sdělili, že bakterie jiného druhu vydává sama o sobě zvuk o frekvenci 9–37kHz, zachytitelný speciální technikou.

Zdroj: *Vesmír*, www.biologie.webz.cz

Řízená a kontrolovaná detoxikace v Maďarsku

Vážené kolegyně a kolegové, rád bych se s vámi podělil o své poznatky a zkušenosti z dvouletého působení lektora a terapeuta v Maďarsku.

Mou první zkušeností s tímto prostředím byl zdravotnický veletrh „Hungaromed“ v Budapešti v roce 2005. Během tohoto veletrhu jsem za čtyři dny změřil kolem 80 klientů – mnozí z nich si na zkoušku zakoupili i nějaké preparáty. O stánek naší firmy Body Centrum Hungary Kft. byl celkově velký zájem, a to nejen ze strany návštěvníků, ale i samotných vystavovatelů.

Na této akci mě také překvapilo, že se velice rychle vyčerpala naše zásoba preparátů IONYX a OPTIMON. Tento fakt nás upozornil na skutečnost, že Černobylská katastrofa měla na tento stát možná větší dopad než se mohlo na první pohled zdát.

Výskyt radioaktivity je zde totiž velice rozšířeným problémem, zejména v severní části země. Když jsem se některých klientů ptal, kde se v době havárie pohybovali, hodně z nich potvrdilo, že byli venku a silně pršelo (z hlediska času tato událost probíhala několik hodin či dní). Někteří si také vzpomněli, že se mnoho jejich zdravotních problémů datuje do období po této katastrofě – jde zejména o různé druhy alergií, slunečních či jiných ekzémů, zažívací potíže, hormonální poruchy, poruchy funkce štítné žlázy, onkologické problémy a řada dalších. Tato skutečnost se potvrzuje i s odstupem doby dvou let, po kterou zde působím jako terapeut. Preparáty na odstranění vlivů radioaktivity z lidského organismu patří v Maďarsku stále mezi nejpoužívanější.

Dalším velkým problémem, který je v Maďarsku častý, jsou onkologická onemocnění prostaty, dělohy, prsu, střev, lymfatických uzlin a štítné žlázy. Základní příčinou bude pravděpodobně i v těchto případech radiaktivita. Po Maďarsko je charakteristický i hojný výskyt borelií a virových klišťových encefalitid. S těmito zátěžemi často souvisí i problémy s otěhotněním. Ovšem naštesti se nám většinu těchto obtíží daří velice dobře řešit. Samozřejmě že díky pozitivním zkušenostem zájem o detoxikační metodu MUDr. Jonáše v Maďarsku značně narůstá.

Zvolna se zde také začíná prosazovat fenomén, na který jsme zvyklí v českých podmínkách: ústní doporučení klienta jemu blízkým osobám – rodinným příslušníkům, přátelům, kolegům v zaměstnání. Ze spokojených klientů se i zde stávají účastníci základních i pokračovacích kurzů, řada z nich již i aktivně pracuje na zdokonalování měřících dovedností při práci s přístrojem Salvia i na své teoretické přípravě. Poměrně dost klientů si opatřilo program EAM

SET. V tom je snad Maďarsko trochu jiné než Česká republika, kde si většinou terapeut opatří to nejnětější a postupně si doplňuje další vybavení.

Snad je to dané tím, že v Maďarsku je obecně velký zájem o různé alternativní metody. Existuje zde propracovaný vzdělávací systém, který funguje na různých úrovních, podle zájmu uchazečů o práci poradce v oblasti výživy a zdravého životního stylu. Na rozdíl od České republiky zde působí také řada škol alternativní medicíny. Naši ambicí je, aby se detoxikační metoda MUDr. Jonáše stala jedním z vyučovaných oborů na některé z těchto škol. Na tomto úkolu v současné době intenzivně pracujeme.

Při prvotních jednáních o možnostech této metody na území Maďarska oceňují všichni klienti a uchazeči o práci poradce zejména přednosti testovacího přístroje Salvia a programu EAMset. Tak ucelené a propracované technické vybavení a metodiku na zjišťování zátěže organismu, které poskytuje tato metoda, totiž žádná jiná terapeutická metoda na území Maďarska nenabízí.

Velkou nevýhodou je fakt, že osoba pana doktora Jonáše je zde – oproti ČR nebo Slovensku – zatím velmi málo známá. Tento handicap se nám snad postupně podaří odstranit. Mezi velké úspěchy řadíme i nově vzniklý překlad „Praktické detoxikace“ MUDr. Jonáše.

Důležitým úkolem, který máme ještě před sebou, je dotáhnout do konce všechna schvalovací řízení, která jsou potřebná pro distribuci preparátů na území Maďarska. V úplných začátcích byl totiž velký problém prosadit tento druh ergoinformačních preparátů zejména proto, že obsahují peruánské byliny, které se v maďarských potravinových doplncích nesmí používat. Dalším problémem byl fakt, že preparáty neobsahovaly nezbytné hodnoty vitaminů či minerálů. Úředníci na příslušných úřadech příliš nechápali ani princip a význam informací, které jsou hlavní součástí preparátů používaných při detoxikační terapii podle MUDr. Josefa Jonáše. Ne snad z důvodů, že by měli něco proti metodě samé, ale preparáty této koncepce ke schválení zatím nikdo nepředložil, takže se jedná o určitý precedens. Tento prvotní schvalovací proces trval téměř rok. Během té doby se musela – za vydatné pomoci pana doktora Jonáše a celého realizačního týmu firmy Joalis – několikrát pozměnit struktura schvalovaných preparátů. Ovšem ani tak se zde vůbec nemohou používat například preparáty řady HELP.

Pro zkvalitnění naší činnosti jsme začali vydávat i měsíční zpravodaj HIRMONDÓ, ve kterém jednak prezentujeme překlady zveřejněných textů článků a přednášek pana doktora Jonáše a Ing. Jelínka, ale také uvádíme přehled všech detoxikačních pracovišť, která již na území Maďarska pracují a jejich kontakty. Dále je nedílnou součástí těchto zpravodajů i podrobný přehled všech akcí, které pořádá nebo se na nich podílí naše firma BC Kft.HU. Každé vydání tohoto měsíčníku obsahuje rovněž podrobný popis vybraného preparátu.

V Budapešti jsme také otevřeli detoxikační, poradenské, školicí a distributorské centrum, ve kterém pořádáme školení poradců ve dvou na sebe tematicky navazujících kurzech, během nichž si účastníci velice často zakoupí přístroj Salvia a testovací sady I, II, VII. Po absolvování kurzů K1, K2 a zakoupení základního vybavení obdrží tito absolventi osvědčení o absolvování, které má platnost jednoho roku. Prodloužení je pak podmíněno účastí na akcích, které pořádáme, a zejména prokazatelnou prací poradce (prodej preparátů). Během zmíněného roku mají poradci zajištěnu i propagaci na našich internetových stránkách.

Mezi akce, které pro své terapeuty pořádáme patří:

- kongresové dny s MUDr. Jonášem, Ing. Jelínkem a panem Gondou
 - veřejné demonstrační měření MUDr. Jonáše
 - demonstrační měření přímo u terapeuta na jeho pracovišti a s jeho klienty
 - konzultace pro terapeuty u nás ve firmě v Budapešti
 - lékařský veletrh Hungaromed konaný v listopadu
 - terapeutický týden, během něhož se všichni poradci i potenciální zájemci o práci metodou MUDr. Jonáše mohou dostavit v předem dohodnutém čase do našeho centra v Budapešti a zeptat se na vše, co je trápí. Mohou si samozřejmě dovést i svoje klienty s nimiž mají terapeutický problém a společně se snažíme najít řešení a navrhnout nejhodnější detoxikační postup (často problémy s otěhotněním nebo onkologické
- Dalším významným projektem, na kterém v současné době v Maďarsku velmi intenzivně pracujeme, je zřizování tzv. Referenčních center řízené a kontrolované detoxikace dle MUDr. Jonáše. Chceme vybudovat vzorová poradenská pracoviště, která by detoxikační metodu re-

prezentovala na nejvyšší možné úrovni. Tento projekt je teprve v začátcích, ale již nyní je o něj ze strany terapeutů mimořádný zájem.

Samozřejmě se může zdát, že jsme již dosáhli všeho, co jsme mohli. Pravdou ale je, že nás tyto dílčí úspěchy pouze zavazují k ještě většímu úsilí si vydobytou pozici udržet a hlavně nezklamat všechny ty nadšené spolupracovníky z Maďarska, kteří již pro tuto metodu hodně udělali.

Pavel Jakeš

Nedávno byl našim hostem Dr. Sándor Rideg z Maďarska. Položila jsem mu tedy několik otázek ohledně problematiky alternativní medicíny v Maďarsku.

Dobry den pane Ridegu, právě v našem bulletinu otvíráme novou rubriku Ze zahraničí. První díl seriálu věnujeme Maďarsku a proto bych ráda našim čtenářům přiblížila situaci pohledem zasvěceného odborníka na danou problematiku. Mohu Vám položit několik otázek?

Samozřejmě, rád vám objasním vše, co vás bude zajímat.

Dobře. Především by naši čtenáři asi rádi věděli, jaká je vlastně v Maďarsku úroveň a organizace alternativní medicíny? Prý jsou přírodní metody součástí oficiálního vzdělávacího systému. Jak tento systém vznikl a jak vůbec funguje?

V Maďarsku začala alternativní medicína tradiční čínskou medicínou. Několik zanícených lékařů, kteří vystudovali v Koreji a Číně, založili společnost pracující s akupunkturou.

Ještě zhruba před 10–15 lety nebyli mezi lékaři příliš oblíbeni, ovšem podařilo se jim dostat do vyšších kruhů a postupně dosáhnout oficiálního přijetí čínské medicíny.

Tím se vytvořila základní pozice, z níž mohlo být šířeno přírodní léčitelství. Zanedlouho již tato první instituce získala právo vzdělávat zájemce v dané oblasti.

Jde tedy o to, že v Maďarsku existuje organizace, která oficiálně přírodní léčitele vzdělává. Má k tomu oprávnění, asi jako kterákoli jiná vzdělávací instituce. Čili přírodní léčitelství je oficiálně státem uznávané. Ovšem samozřejmě je vše limitováno určitými právními předpisy. Například platí, že přírodní léčitelství smí provozovat pouze člověk, který absolvoval zmíněný institut. To znamená, že musí v této organizaci (nazývá se ETI – pozn. red.) složit zkoušky z několika okruhů – zdravotnická oblast, přírodní léčitelství a volitelný odborný okruh. Na tomto institutu se vyučuje reflexologie, akupresura, alternativní terapie pohybového aparátu, alternativní fyzioterapie, fyto-terapie aj. Toto jsou obory, které může vykoná-

vat – jak bych to řekl – střední zdravotnický „kádř“. Další zkoušky jsou možné již jen s klasickým lékařským vzděláním. Jedná se o homeopatii a chiropraxi. Také čínskou medicínu mohou provozovat jen vystudovaní lékaři, a to na základě několikaletého studia ukončeného státní zkouškou. Je to vlastně jakoby návratba klasické medicíny. Tím, že lékař složí tyhle zkoušky, získává možnost léčit také klasickou akupunkturou za použití jehel.

Ovšem pokud se k léčbě používá akupunkturální přístroj a ne jehly, není vyšší lékařské vzdělání nutné.

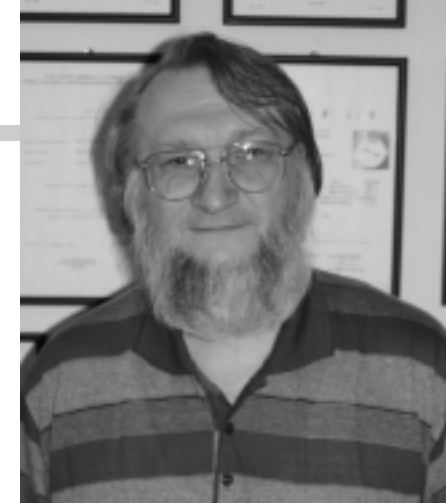
Co musí splňovat obor přírodní medicíny, medicíny aby mohl být v rámci zmíněného systému oficiálně vyučován?

Každý obor musí samozřejmě splňovat určitá jasně daná kritéria. V oficiálním popisu musí být uvedeno, jaké postupy metoda používá, na čem se zakládá, jak vlastně působí, co přináší nového apod. Také je nutné doložit, že je metoda účinná, čili předložit jakési klientské výsledky. Pokuším se to vysvětlit na příkladu elektromagnetické akupunktury. Zde nový léčebný efekt přinášejí elektroimpulsy ve spojení se základním působením magnetismu. Měření na cca 1000 lidí pak dokázalo, že tato metoda je o 50–60 % účinnější než akupunktura samotná. Bylo doloženo, že např. při určitém zdravotním problému se pacient touto metodou uzdravil po šesti sezeních, zatímco u běžné akupunktury vyžadoval stejný problém dvakrát větší počet sezení.

Byla alternativní medicína v Maďarsku rozšířená i v minulosti nebo se jedná spíše o novodobou vlnu zájmu? Jak se šíří povědomí o nových léčebných metodách?

Víte, myslím že to je možná podobně jako v České republice. Také v Maďarsku se požívalo velké množství léků, což samozřejmě není dobré, nehledě na to, že mnohým lidem vůbec nepomáhaly. Postupně začali někteří pacienti, kterým západní medicína nedokázala s jejich problémy pomoci – např. s psoriázou, dermatidou apod. – navštěvovat různé alternativní léčitele. Pokud se jim ulevilo nebo se dokonce vyléčili, přitahovalo to samozřejmě pozornost a zájem celého jejich širokého okolí.

V Maďarsku byly jeden čas v módě operace a různé kloubní protézky. Ovšem samozřejmě ne vždy splnily očekávání pacientů, protože příznaky nemoci se po zákroku mnohdy zhoršovaly a snižovala se hybnost. Alternativní léčba v těchto případech sice trvala mnohdy dva až tři roky, ovšem pohyblivost zůstala a pacienti pak neměli naprosto žádné příznaky. To se mezi lidmi samozřejmě šířilo a šíří. Rozvoji alternativní medicíny samozřejmě také napo-



máhá distribuce mnohých potravinových doplňků a preparátů různými firmami, z nichž některé – např. slovenská firma Energy – mají i svá centra, kluby apod.

Myslíte si, že metoda řízená a kontrolovaná detoxikace podle MUDr. Josefa Jonáše má v Maďarsku šanci stát se jedním z vyučovaných předmětů na ETI?

Myslím, že taková šance tu rozhodně je, ale jde o to, že to není to nejnětější. Důležitá je v Maďarsku především distribuce propagačních materiálů – šíření informací, vydávání tiskovin, inzerce apod. Například ani zmíněná slovenská firma Energy není v ETI a stejně pracuje obrovskou silou. Jejich předností je právě fakt, že mají mnoho informačních materiálů v maďarštině – např. jejich noviny jsou k dispozici ve všech zelených lékárnách. Tím pádem se dostanou k širokému okruhu klientů i dalších potenciálních zájemců, kteří pak samozřejmě zkouší jejich produkty. V tom vidím nejlepší způsob, jak se v Maďarsku prosadit. Být v ETI je jen jednou z cest.

Dovolte mi ještě poslední otázku – jaké je v Maďarsku povědomí o metodě řízené a kontrolované detoxikaci podle MUDr. Jonáše? Myslíte, že ji lidé znají?

Myslím, že tahle metoda známá není. Mnoho lidí o ní neví, jen opravdu velice malý okruh klientů. Myslím, že problém spočívá právě v tom, o čem jsem mluvil před chvílí. Ostatní firmy, které na maďarském trhu prezentují své metody a výrobky jsou aktivní a dávají o sobě vědět. Víte, dá se dostat do ETI, ale podstatné je, aby o vás lidé věděli.

Já sám často přednáším na různých kongresech alternativní medicíny a myslím, že se v této oblasti velmi dobře orientuji, ale o metodě MUDr. Jonáše jsem poprvé slyšel před dvěma lety.

Jak říkám – jde v první řadě o šíření informací. Když se s metodou lidé seznámí, začnou ji vyhledávat, takže překlad Praktické detoxikace do maďarštiny by mohl být v tomto směru rozhodujícím krokem.

Pane Ridegu, děkuji Vám za rozhovor.

Dopis naší čtenářky klubu skeptiků Sysifos

Vážení přátelé,
aktuálně Vám přinášíme dopis od jedné čtenářky, kterou pobouřila petice Doc. Zlatníka (Joalis Info 2/07) proti detoxikační medicíně. Paní Bermanová neváhala a klubu skeptiků napsala svůj názor. Zde je text, který jsme obdrželi nejen my, ale také Doc. Zlatník. Děkujeme paní Bermanové za milou podporu!

Doc. RNDr. Čeněk Zlatník, CSc.
Český klub skeptiků Sisyfos
Radlická 112
150 00 Praha 5
CC: Joalis Info, Bulletin informační a celostní medicíny

Věc: Reakce na článek doc. Zlatníka (Český klub skeptiků Sisyfos) ze 30. prosince 2006: Omezení propagace i praktickování nebezpečných metod „alternativní medicíny“.

Vážení pane doc. Zlatníku a členové sdružení Sisyfos,
děkuji za váš dopis adresovaný mnoha subjektům plný rozhořčení nad tzv. alternativními metodami léčby. Pomohl mi nalézt další informační zdroje o těchto metodách. Vždyť velká část vašeho dopisu vyznívá jako jejich reklama!

Proč myslíte, že se lidé uchylují k tzv. alternativním metodám v situaci, kdy návštěva u lékaře a většina léků západní medicíny je pacientovi hrazena pojišťovnou, kdy farmaceutické společnosti platí miliardové částky na propagaci svých chemických léků jak médiím, tak lékařům a politikům, kdy musí pacient aktivně pátrat po vhodném terapeutovi a sám se vzdělávat v alternativní medicíně, a to v mnoha případech po letech utrpení v rukou západních lékařů, kteří v horším případě nazývají vyléčením dočasné utlumení příznaků a jejich nahrazení vedlejšími účinky léků a v lepším případě přiznají, že problém je neléčitelný a musí se s ním pacient naučit žít? Západní medicína má jistě své místo na slunci, ale to platí i o jiných přístupech.

Vidíte opravdu šíření tzv. alternativních metod léčby v jejich propagaci v médiích? Jen doufám, že se nehodláte vracet k modelu potlačování svobody slova! Nevěříte snad, že pacient se dokáže vzdělávat a rozhodnout se podle svého nejlepšího svědo-

mi, kterým přístupům dává přednost? Z jakého práva byste určovali, jak se má kdo léčit?! O svém životě má každý právo rozhodovat sám! Navíc většina lidí se k alternativním metodám léčby uchyluje poté, co se dozvěděli o jejich účinnosti od svých příbuzných či známých atd. a po té, co je západní medicína zklamala.

Je zřejmé, že nemáte patřičné znalosti o žádné z Vámi jmenovaných metod, jinak byste nemohli šířit takové černobíle zbarvené nesmysly! Nevím také, s jakými „zahraničními vědeckými pracovišti“ spolupracujete, ale předpokládám, že jsou to centra „klasické“ medicíny, což znamená, že na jejich vybudování a fungování se přímo či nepřímo podílejí finance z farmaceutického průmyslu. Tyto společnosti platí velké částky nejen za studie, které se snaží všemi prostředky prokázat neúčinnost alternativních přístupů, ale i za falšování a utajování výsledků nepohodlných studií, včetně vyhrožování vědeckým pracovníkům přinášejícím takovéto „nehodné“ studie a jejich perzekuce. Pokud se zaměříte na tuto problematiku, snad se vám otevrou oči a přestanete vyčítat alternativní medicíně to zrno popularity, které se jim nepodařilo potlačit... ovšem pochopitelně jen v případě, že sdružení Sisyfos nepatří k oněm obdarovaným ze strany těchto farmaceutických gigantů.

Pokládáte se za sdružení skeptiků; předpokládala bych, že budete skeptičtí ke všem přístupům (zvláště západnímu lékařství, které je v historii medicíny nové a nemá prostředky na opravdové léčení většiny civilizačních chorob) a že budete hledat opravdové důkazy vyléčení. Ve skutečnosti jste pouze zaujatí a skeptičtí vůči všemu nezvyklému a novému v naší české společnosti a době. Vždyť např. čínská medicína má mnohatisíciletou historii! Snad byste se měli přejmenovat na „Český klub předpojatých skeptiků“! Nebo snad „Klub nepochybujících skeptiků“? Dle vašich výroků o „nepochybně klamavé reklamě“ a „nepochybně neúčinných metodách“ alternativní medicíny.

Pokud Vám dělá problémy nalézt studie ukazující účinnost mnohých alternativních metod, ráda vám zašlu jejich zdroje, stejně jako kontakty na jiná zahraniční vědecká pracoviště, o kterých zřejmě nejste zpraveni, jež by vás podpořily v hledání pravdy o tzv. alternativní medicíně, pokud o ni vůbec stojíte.

Také Vám vřele doporučuji osobní kontakt s alespoň pár lidmi, kteří mají s alternativní medicínou pozitivní zkušenosti, stejně jako návštěvu detoxikačního centra Řízené detoxikace dle Dr. Josefa Jonáše. Možná, že by vám v rámci hledání pravdy sponzorovali několikaměsíční kúru, díky které byste získal(i) osobní zkušenost. Vždyť každý z nás má zkušenost s medicínou západní. Avšak kolik z nás se stejně vážně věnovalo některé z alternativních metod? Přitom nelze všechny shrnout do jednoho pytle, jak se o to snažíte! Právděpodobně každá z těchto metod má jistý přínos a účinek, ale existují velké variace v jejich efektivnosti v závislosti na druhu léčby, její komplexnosti, zdravotním problému, přístupu pacienta a rovněž kvalitě terapeuta. Ze své zkušenosti doporučuji právě metodu Dr. Jonáše.

Závěrem bych chtěla dodat, že jak jistě uhadnete, patřím k lidem, jimž alternativní metoda léčby změnila život z utrpení v rozkvět, a to nejen mě osobně, ale i mé rodině.

Zde je pro zajímavost přehled metod, které jsem vyzkoušela, délka trvání terapie a jejich subjektivní vliv na vyléčení mých problémů. Cenu neuvádím, jelikož u alternativních metod je v porovnání se skutečnou cenou západní léčby cena zanedbatelná.

klasická (západní) medicína – průběžně po 23 let – onemocnění prohlášeno nevléčitelným, postupné zhoršování stavu
tzv. přírodní léčitelé – bylináři, práce s energií – dva roky – bez výraznějšího účinku

masáže + aromaterapie – jeden rok – trvání stavu

homeopatie – čtyři roky – mírné zlepšení stavu

jóga – sedm let – mírné zlepšení stavu
léčba stravou, tzv. evoluční dieta – _ roku – výrazné zlepšení

řízená detoxikace dle Dr. Jonáše – _ roku – vyléčení, nabytí nebyvalé vitality

Sama sebe řadím také mezi skeptiky, ale zavírání očí před nepohodlnými důkazy existence čehokoliv dosud neznámého není u mě známkou skepticizmu!

Budu se těšit na vaši odpověď.

S pozdravem,

Mgr. Marika Bermanová,
2649 Skylark Drive, San Jose,
CA 95125, USA

Toxický kov – rtuť

Latinský název: Hydrargyrum
Anglický název: Mercury
K jeho důkladnému odstraňování z organismu slouží přípravek JOALIS ANTIMETAL Hg

Rtuť je lidstvu známa od pradávna. Starověké národy věřily, že dokáže prodloužit život, léčit a udržovat zdraví v dobré kondici. Tento kov znali již staří Číňané a Indové, nalezen byl také v egyptských hrobkách z doby cca 1500 let př. n. l. Staří Řekové používali rtuť při přípravě masť a Římané ji používali v kosmetice.

Alchymisté zas považovali rtuť za tzv. První Materii (Materia Prima), z níž byly vytvořeny ostatní kovy. O tom, jaké pozornosti se ve středověku rtuť dostávalo, svědčí řada alchymistických spisů.

Jedná se o vsudyprítomný kov, jemuž se nemůžeme vyhnout – běžnou stravou a dýcháním do sebe každý den dostáváme mikrogramové množství rtuti. Každý den také odchází rtuť z těla močí a stolicí, ovšem jak účinně člověk dokáže rtuť z organismu vyloučit, to záleží na individuálních fyziologických předpokladech a zdravotním stavu jednotlivce. Odborné materiály uvádí, že běžný člověk o hmotnosti 70 kg má v sobě okolo šesti mg rtuti.

Rtuť se nachází na 80. místě Mendělejevovy tabulky prvků. Jedná se těžký kapalný kov o měrné hustotě 13,53 g/cm³. Má poměrně dobrou vodivost elektrického proudu.

Rtuť a její sloučeniny jsou pro člověka neesenciální, což znamená, že je k svému životu nepotřebuje. Naopak, rtuť je pro organismus dokonce velmi toxická a jakékoliv její množství v těle je nežádoucí. Přesto každý v nás v sobě určité množství rtuti má, jak jsem již uvedl výše.

Rtuť je výrazný neurotoxin – kumuluje se a postihuje zejména centrální nervovou soustavu, periferní a vegetativní nervový systém. Hlavní cesta toxicity elementární rtuti jsou plíce, a to velmi účinná, ovšem pokud člověk omylem spolkně kuličku rtuti z teploměru, vyjde většinou všechna rtuť nevstřebaná z organismu. U sloučenin rtuti je to složitější a hlavní cesta expozice bývá gastrointestinální trakt. To platí zejména pro methylrtuť.

Velmi nebezpečný je tento kov pro vyvíjející se plod v těle matky, zejména pro vývoj jeho mozku. Rtuť totiž může způsobit – a také způsobuje – závažná mentální poškození dítěte.

Přítomnost rtuti v mozku již od útlého věku bývá spojována s těmito problémy:

- náladovost
- zpomalená funkce nervového systému
- mentální zaostalost
- bolesti hlavy
- zhoršené vyjadřovací schopnosti
- zhoršení zraku
- ztrácení sluchu
- zhoršená paměť
- přehnaná stydlivost
- nespavost
- výbušná a podrážděná povaha
- abnormální reflexy
- třesy a tiky
- deprese
- fobofobie (světloplachost)
- anorexie
- Parkinsonova nemoc
- Alzheimerova nemoc

Mezi další projevy toxicity rtuti u člověka patří:

- kovové pocity v ústech
- krvácivost dásní
- bolesti na plicích
- zkrácený dech
- nadměrné slinění
- nadměrná potivost
- zácpy nebo naopak průjemy
- šedý lem okolo krčku zubů
- poškozování ledvin
- ztráta vlasů
- tachykardie
- vysoký krevní tlak
- má se za to, že se spolupodílí na některých typech nádorů žaludku a ledvin

Hlavní detoxikační orgány pro rtuť jsou ledviny a žlučové cesty – střevo. Ledviny mají na starosti vylučování elementární rtuti Hg²⁺ a ve vodě rozpustných sloučenin. Žlučových cest se týká především detoxikace od methylrtuti a jejich derivátů.

Methylrtuť je zásadní „jaterní“ sloučenina, neboť se kumuluje v jaterních orgánech čínského pentagramu. Jde tedy o samotná játra, oko nebo myelinové pochvy – izolační obaly periferního nervového systému.

Přípravek Joalis Antimetall Hg užíváme nejlépe na dočištění organismu po využívání celkového Joalis Antimetall Hg, které po krátké době vymizí, bývají tyto:

- bolest hlavy
- zvýšená únava



- brnění rukou (periferní nervový systém)
- kovové pocity v ústech
- zrudnutí očí
- podrážděnost
- průjem
- bolest břicha
- pocity srdeční arytmie

Joalis Antimetall Hg používáme vždy u alergií, astmat, dlouhotrvajících bolestí hlavy, problémů periferních nervů – necitlivostí částí těla, zhoršené vidění, tiky

Odkud se vlastně rtuť do lidského organismu dostává?

Rozeznáváme dva základní zdroje, z nichž se rtuť dostává do organismu: přírodní a antropogenní (způsobené člověkem).

Přírodní zdroje

1. Rtuť je přirozeně přítomná v horninách, odkud se v důsledku zvětvávání dostává do půd a stává se tak ve stopových množstvích nedílnou součástí naší stravy.
2. Vulkanická činnost se velmi podílí na zvýšených koncentracích rtuti v atmosféře – odtud se rtuť v rámci přirozeného koloběhu vody dostane také do půd.

Antropogenní zdroje (způsobené člověkem)

1. Ve stopovém množství je rtuť přirozenou součástí v zemi uloženého uhlí – ovšem jeho spalováním se velké množství rtuti uvolnilo do atmosféry.
2. Na celkové zátěži organismu rtutí se významnou měrou podílí amalgámové plomby.

Takovéto zubní výplně mohou být problémem u těhotné ženy, neboť rtuť v nich obsažená může negativně ovlivňovat vyvíjející se plod. Ze zubů ošetřených amalgámem se do organismu denně uvolňuje nepatrné množství rtuti, a to jak otěrem v ústní dutině, tak působením kyselého prostředí. Člověku, který má v ústech 8 amalgámových plomb se do organismu denně uvolní cca 2–4 µg rtuti. Ovšem tyto hodnoty jsou zcela individuální - záleží jak na kyselosti prostředí, tak na způsobu žvýkání. Více rtuti se do organismu dostává například při častém žvýkání žvýkaček nebo při škřípání zuby (ve spánku apod.), kdy se plomby více obrušují.

O škodlivosti rtuti jako zubní výplně se vede spor již 200 let, tedy od samého počátku jejího používání ve stomatologii. Faktem je, že se zastaralé a dnes již hygienicky nevyhovující typy amalgámů nahrazují nový- →

mi, méně korodujícími typy. Podívejme se na amalgámové výplně jen jako na jednu z mnoha toxických zátěží pro lidský organismus, která sama o sobě ve většině případů příliš nevadí, i když u některých jedinců se může jednat o závažný problém.

Důležité je si ale uvědomit, že odvrátáním amalgámových plomb se dostává do ústní dutiny mnoho amalgámového prachu, a tak např. neopatrný zubařský zákrok při odvrátání plomby může být pro organismus větší zátěž než sama přítomnost amalgámových plomb v ústní dutině!

3. Spalování mrtvých těl v krematoriích se dostává do ovzduší značné množství rtuti a kontaminováno je zejména bezprostřední okolí krematoria.

4. Některé potravní doplňky pocházející zejména z rozvojových částí Asie mohou obsahovat někdy i značné množství rtuti.

5. Rtuť se používá jako rituální nástroj v některých náboženských kultech. Například se rozstříkuje v blízkosti obydlí. Není jisté nutno zdůrazňovat, že takové zacházení se rtuť, jakož i přítomnost výparů, může být pro praktikující věřící značným problémem.

6. Přidávání rtuti do některých herbicidů bylo ukončeno před několika lety, jejich pozůstatek je však stále v půdách.

7. U očkovacích vakcín se jako konzervační prostředek používá Thimerosal (látka obsahující rtuť).

Jeho použití stále zůstává předmětem mnoha polemik. Jisté ovšem je, že jakékoliv množství rtuti v organismu je nežádoucí. Výrobci si patrně neuvědomují, že nikdo není schopen přesně říct, zda právě ona malá dávka nebude právě v danou chvíli pro organismus osudná. Platí totiž, že každá celková dávka zátěže se skládá z řady malých dávek přijímaných po dlouhou dobu.

8. Rtuť se stále používá v průmyslu v řadě aplikací. Jakékoliv zařízení se v okamžiku, kdy končí jeho životnost, stává problémem pro životní prostředí. Při nešetrné recyklaci nebo rozbitím přístroje na skládce totiž dochází k uvolnění rtuti do životního prostředí. Mezi jinými uvedme tyto aplikace:

- rtuťové teploměry
- rtuťové barometry
- výbojky a zářivky
- výroba chloru amalgamovým způsobem
- rtuťové spínače vyráběné před rokem 1970
- rtuťové bateriové články aj.

9. V některých zaostalých a rozvojových zemích se při těžbě stříbra nebo zlata do

dnes využívá amalgámová metoda, kdy se ruda rozemele na co nejjemnější prach, který se pak smíchá se rtuť. Zlato nebo stříbro vytvoří se rtuť slitinu – amalgám. Ten se pak jednoduše zahřeje, přičemž se odpaří rtuť a zůstává jen drahý kov. Tento způsob je ovšem ve vyspělých zemích již zakázán.

10. Mořské ryby, zvláště ty velké, jsou značným zdrojem metylrtuti. Mezi kritické druhy patří mečoun, tuňák, žralok, makrela. Ve Spojených státech existuje oficiální zdravotní upozornění pro těhotné ženy, nebo ženy které mají v úmyslu otěhotnět, že by neměly konzumovat více jak jednu běžnou porci výše zmíněných ryb týdně, neboť to může představovat závažný zdravotní problém zejména pro vyvíjející se plod!

Na závěr se podívejme na zajímavý graf

Ukazuje množství atmosférické rtuti, která se uložila v ledovci Wyoming's Fremont Glacier, jež se nachází v Yosemiteském národním parku v západní části USA. Každá přírostlá vrstva ledu odpovídá konkrétnímu roku a konkrétní koncentraci rtuti (v ng/L) v daném roce.

Vysvětlivky:

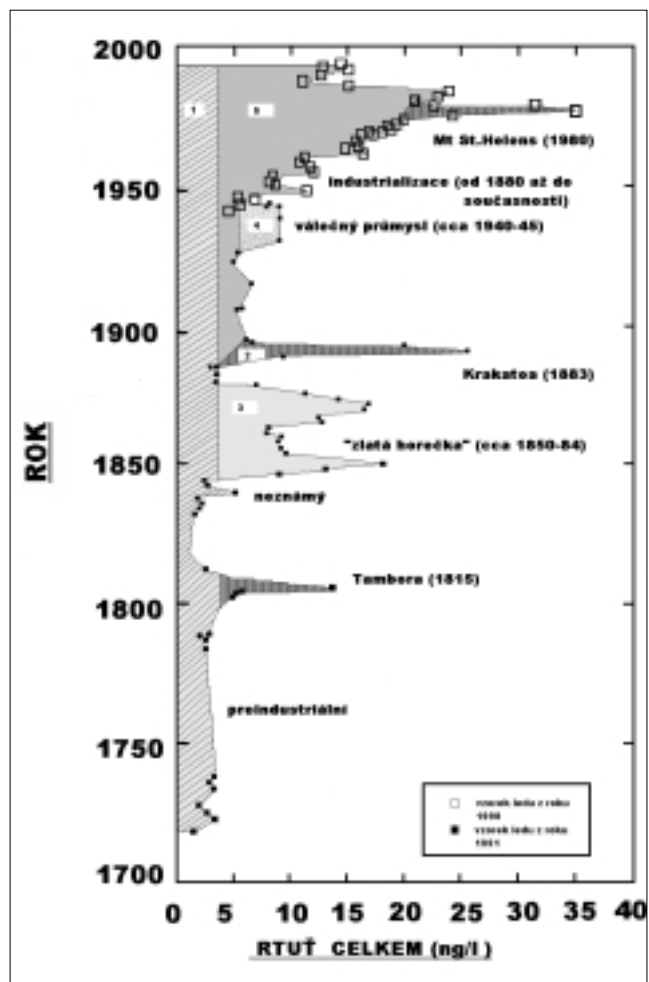
Pásmo č. 1 – pás zhruba 4 ng na litr reprezentuje přírodní pozadí rtuti popsané v bodě 1 přírodní zdroje.

Pásmo č. 2 – všimněme se výrazných špiček, které mají přímou souvislost s výbuchem sopek Tambora (1815) a Krakatoa (1883) v Indonésii či Mt St. Helens (1980) v USA ve státě Washington. Na tomto příkladu je dobré si uvědomit, že výbuch sopky (nebo atmosférický atomový pokus) ovlivní atmosféru i na druhém konci světa. V případě rtuti je možné uvažovat o tom, že jistým způsobem může její množství ovlivňovat i dějiny – dostává se totiž do mozku mnoha lidí a do určité míry vlastně ovlivňuje psychiku a tím i chování a jednání.

Pásmo č. 3 – část zhruba od roku 1848 představuje období zlaté horečky ve Spojených státech, kdy se rtuť uvolnila do atmosféry právě v souvislosti s amalgamovou těžbou zlata, která je popsána výše (antropogenní zdroje)

Pásmo č. 4 – v období 1940–1945 se úroveň rtuti v ovzduší zvýšila díky válečné výrobě

Pásmo č. 5 – tato část reprezentuje masivní použití rtuti v průmyslu. Ekologické organizace v současnosti vyvíjejí značný tlak na vlády jednotlivých zemí, neboť to



xický účinek rtuti je dnes již velmi dobře známý. Postupně dochází k omezování použití rtuti ve výrobě. Poznamenejme, že pro Evropu se jedná o závažný problém, neboť právě Evropa je největším výrobcem a vývozcem rtuti na světě.

Rád bych ještě jednou zdůraznil, že rtuť je mimořádně nebezpečný toxin pro nervový systém a každá jeho přítomnost v organismu je nežádoucí. Jeho detoxikace se týká každého člověka.

Z tohoto důvodu tedy přichází JOALIS ANTIMETAL Hg

Ing. Vladimír Jelínek

Galerie preparátů

CORDREN

Srdce je velmi složitý orgán, a tudíž nás nepřekvapí, že jeho detoxikace od infekčních ložisek bude vyžadovat poměrně komplikovaný preparát.

Vlastní srdce se skládá z osrdečníku, tedy vaku, v němž je srdce umístěno, dále z vlastního srdce tvořeného myokardem – srdeční svalovinou, endokardem – srdeční výstelkou a systema conductum cordis – elektrickým systémem srdce. Endokard tvoří povlak uvnitř srdeční svaloviny a nachází se i na srdečních chlopních. Těch je v srdci celá řada: chlopně k dolní duté žíle a ke koronárním tepnám, chlopně k plicnímu kmeni a trojčpá chlopně, chlopně uzavírající přepážku mezi síněmi, tzv. mitrální chlopně či chlopně uzavírající aortu.

Většina lidí předpokládá, že koronární arterie a žíly umístěné na povrchu srdečního svalu náleží z hlediska detoxikace též k srdci, ale v CORDRENU nejsou zařazeny, neboť souvisí s cévním systémem – tedy se systémem arterií a vén. Také onemocnění, které se koronárních arterií týká, je onemocněním cévního systému, nikoliv srdce samotného.

V srdci jsou umístěny ještě další struktury, a to přepážky mezi komorami a síněmi, ale také vazivový aparát udržující chlopně v jejich postavení. Nachází se zde také svalová vlákna, která fungují mimo vlastní srdeční svalovinu a probíhají na vnitřní stěně srdeční. Také osrdečník (perikard) je mnohovrstevný útvar, v němž nalezneme nejen vlastní blány tvořící zmíněný vak, ale i vazy držící srdce připevněné na sternu, a rovněž žilní splavy.

Ve všech těchto tkáních mohou být infekční ložiska, která způsobují různé zdravotní problémy. Ložiska v osrdečníku obvykle vyprovokují zánět osrdečníku s eventuálním vznikem tekutiny utlačující srdce. Také pozánětlivé změny a srůsty pak mohou přinášet potíže. Vlivem ložisek srdeční sval ochabuje, ztrácí svoji sílu a vzniká tak oslabené srdce. U starších lidí pak hovoříme o pojmu stařecké srdce, u mladších lidí se takové srdce zvětšuje a je hypertrofické. Srdeční svalovina ovšem bytí i tehdy, jestliže vznikají problémy v proudění krve a je třeba, aby srdeční sval vykonával více práce než je obvyklé. Fyziologicky se takový stav nazývá sportovní srdce, a setkáváme se s ním u lidí vystavených zvýšenou fyzickou zátěží.

Endokard často trpí záněty, které mají vliv především na funkci chlopní. Ty pak kalcifikují – usazují se v nich vápenaté soli, což je přirozená reakce organismu na zánět. Takové chlopně pak samozřejmě neplní svoji funkci.

Velmi častým problémem je v současné době onemocnění elektrického systému srdce. Tento systém je tvořen dvěma uzly: sinuatriálním a atrioventrikulárním. Odtud se vzruchy přenáší po svazcích do prostoru komor i síní a elektrický vzruch je dále rozváděn tenkými vlákenky umístěnými pod endokardem. Srdeční elektrický aparát trpí poruchami, které se projevují jako kolísání srdečního rytmu, zpomalení nebo zrychlení srdeční činnosti nebo extrasystoly. V extrémním případě se může srdce i zastavit. Jak již bylo řečeno, ve všech těchto tkáních se mohou nacházet ložiska.

Odstraněním ložisek se především staráme o srdce jako takové, neboť jeho svalová síla, funkce chlopní i elektrická aktivita je základním předpokladem života. V srdci a osrdečníku se často vytváří ložiska s boreliovým či virovým obsahem (virus chřipkový či virus coxsackie), ale přítomny mohou být i jiné mikroorganismy. Na srdce může rovněž působit mikrobiální toxin ze vzdálených ložisek – především z mandlí a lymfatického systému – a může tedy docházet k imunitním reakcím právě na tento druh toxinu.



Srdci se nevyhýbá ani autoimunitní problematika, takže závažné srdeční poruchy, končící transplantacemi, jsou často způsobeny tím, že se

k základnímu problému přidruží i autoimunitní aktivita.

Srdce je pochopitelně orgán emocionální a také mateřský orgán pro cévní systém. Srdce určuje výkonnost organismu ve vyšším věku, a tak má pravidelná srdeční detoxikace zásadní smysl pro udržení zdraví. Ke CORDRENU přidáváme i další preparáty detoxikující srdce: CORHELP, LYMFATEX, TONSILADREN a samozřejmě i preparáty pracující s cévním systémem: VENADREN, METABOL, METABEX.

Srdce není uchráněno ani od usazování těžkých kovů a radioaktivních látek, detoxikaci tedy doplňujeme IONYXEM a ANTIMETALEM. Především preparáty skupiny IONYX hrají důležitou roli při likvidaci problémů epigenetického prostředí, které mohou mít za následek poruchy genu řídicích systémů srdce. Mnohdy tedy IONYX a přidružené preparáty z ionyxové skupiny podáváme na začátku celého detoxikačního procesu. Následné podání CORDRENU je pak v detoxikaci srdce velmi účinné.

V druhé a třetí vlně je možné podávat preparáty antimikrobiální: ANTIVIR a NOBACTER. Srdce jako pumpu ošetřují také preparáty uvolňující dýchací cesty. V úvahu tedy přicházejí především preparáty pro arteriální a venózní řečiště.

Problémy se srdcem se mohou projevovat otoky, dušností, ale také tlakem a jinými nepříjemnými pocity na hrudi. Mnohdy však mohou být asymptomatické až do závažného stupně. Proto se při detoxikaci srdce tak úplně neřídíme subjektivními pocity klienta, ale aktivně do problému vstupujeme. Je důležité si uvědomit, že čínské lékařství nás upozorňuje především na problémy se špičkou jazyka a špičkou nosu, ale také na slabý hlas a pocit únavy. Příznačné jsou zejména pocity strachu ze smrti a sny s tímto úzkostným obsahem. Podle čínské dietologie posiluje aktivitu srdce horká chuť a teplo, ovšem pozor – přílišné teplo naopak srdce oslabuje. Proto se ve velkém teple raději vyhneme náročným fyzickým výkonům, nepřejídejme se a nepodléhejme silným emocím. Právě silné nevyvážené emoce jsou pro srdce největším psychologickým toxinem.

MUDr. Josef Jonáš

Jak probíhal IV. Mezinárodní kongres o řízené a kontrolované detoxikaci dle MUDr. Josefa Jonáše

Vážení čtenáři

Ve dnech 27–29. 4. 2007 se v hotelu Olšanka v Praze konal IV. Mezinárodní kongres o řízené a kontrolované detoxikaci organismu dle MUDr. Josefa Jonáše, tentokrát u příležitosti 40. narozenin Ing. Vladimíra Jelínka.

Zájem byl opravdu velký. Zúčastnilo se víc než 200 posluchačů, a to nejen z České republiky a Slovenska, ale hojná byla také účast kolegů z Polska nebo Velké Británie. Kongres navštívili rovněž přátelé z Francie, Kypru či Itálie.

Od pátečního podvečera, kdy byl celý kongres slavnostně zahájen proslavem MUDr. Jonáše, probíhaly přednášky jednotlivých distributorů, měřičů, i klientů.

MUDr. Vlachová. V celém dopoledním přednáškovém cyklu pak ještě zazněly např. příspěvky jednotlivých měřičů, kteří pohovořili o problémech ve svých praxích, dále vystoupil také pan Gonda – ten vysvětlil přístup k novým zdrojům informací a pohovořil o rozvoji internetu.

Ve dvou odpoledních sekcích pak vystoupili přednášející z Polska a Rakouska, MUDr. Kleinová a MUDr. Machalová přiblížily své úspěchy s léčbou plešatosti typu ophiasy. Zazněl velmi zajímavý referát Dipl. ing. Bayer o infekcích přenášených klíšťaty a posluchači vyslechli také podnětný příspěvek MUDr. Strnadlové a pana Zerzána o lepku.



Celý den byl zakončen společenským večerem, kde k zážitkové gastronomii hrála vynikající hudební skupina pan Jirotky. Bohatý raut jistě kompenzoval únavu z celodenního napjatého soustředění a decentně

průsvícený sál s různými světelnými efekty se pozvolna plnil hosty vychutnávajícími speciality studené kuchyně. Zábava se brzy rozproudila – po blahopřání Ing. Jelínkovi a sólu pro oslavence odstartovala hudební show pana Jirotky. Jedním z čestných hostů byl také světoznámý malíř Reon Argondian, který přímo v sále portrétoval Ing. Jelínka. Příjemně překvapilo i vystoupení zpěváka Pavla Bobka, jednoho z pacientů MUDr. Jonáše. Přestože všichni tančili, zpívali a celou noc se bavili, nedělní zahájení přednášek si nenechal nikdo ujít.

Úderem deváté hodiny ranní uvedl předsedající sekce další přednášející, např. paní Zítkovou (Rozvoj detoxikační medicíny z pohledu pamětníka) nebo paní Mlčúchovou-Zevedeou – ta posluchačům přiblížila problémy a úspěchy detoxikační medicíny na Kypru.

Dále hovořila polská kolegyně, paní Kwiecinska nebo rakouský zástupce pan Wöginger. Ze zahraničních příspěvků je nutné ještě zmínit referát na téma Itálie a detoxikace (přednášející: paní Rusceli) a Maďarsko a detoxikace (přednášející: pan Jakeš). Velký ohlas zaznamenal především MUDr. Pavlečka s podrobným a obsáhlým referátem na téma Zubní výplně. Tento příspěvek doplnil MUDr. Jonáš, který vysvětlil problematiku amalgámových zubních výplní z hlediska detoxikace. S tímto tématem v podstatě úzce souvisela přednáška Ing. Jelínka o radioaktivitě a těžkých kovech.

Celý kongres byl slavnostně ukončen ve 14 hodin. Doufáme, že si všichni účastníci odvezli kromě dárkových balíčků také hluboké zážitky a mnoho nových informací a nápadů.

Hned zpočátku zaznělo několik velmi zajímavých referátů MUDr. Josefa Jonáše (Toxiny a periferní nervový systém) či Mgr. Marie Vilánkové (Člověk a informace). Nesporně velice zajímavý úhel pohledu na detoxikaci od těžkých kovů nabídl Ing. Jelínek ve



sám příspěvkem na téma: Středověká snaha o nalezení všeléku.

Sobotní program zahájila v 9.00 hod Ing. Lýdia Eliášová, která posluchačům přiblížila stav a vývoj detoxikační medicíny na Slovensku. Jedním z nejobornějších byl bezesporu referát o souvislosti celiakie a hyperaktivity u dětí – toto téma velmi podrobně zpracovala

Strava & metabolismus

Rybí tuk působí blahodárně na náš mozek

Mořské ryby nejsou v českém jídelníčku častým pokrmem. A to je chyba, kterou odnáší především náš mozek.

„Pro rozvoj a fungování mozku jsou velice důležité takové živiny, jako jsou omega-3 nenasycené mastné kyseliny a vitaminy skupiny B,“ říká Jitka Tomešová, nutriční terapeutka poradenského centra Výživa dětí.

K omega-3 kyselinám patří kyselina dekozahexanová (DHA), obsažená v tucích mořských ryb, a kyselina alfa-linolenová (ALA), jejímž zdrojem jsou oleje lisované ze semen – např. lněný, řepkový, sójový či olej z vlašských ořechů.

Dobré kyseliny

Proč tolik chválí? Kyselina DHA je pro mozek tím, čím je vápník pro kosti, tedy stavebním kamenem, kyseliny ALA zase zajišťují pružnost jednotlivých nervových spojů.

Jelikož se mozek člověka utváří již v těle matky a po narození se vyvíjí, měly by dostatek DHA a ALA konzumovat především těhotné ženy a děti. Je-li omega-3 nenasy-

cených mastných kyselin ve stravě dostatek, jsme pozornější, soustředěnější, lépe se učíme a více si pamatujeme.

„Rybí tuk a v něm obsažené omega-3 mastné kyseliny, vitamín D a A dokázali ocenit lékaři ve Velké Británii již na počátku 20. století, kdy jej předepisovali na problémy s kostmi a křivici. Postupně se přišlo i na další jeho příznivé působení nejen na mozek a nervovou soustavu, ale také na vývoj sítnice, spermií, na klouby, chrupavky, srdce či cévy,“ vypočítává RNDr. Jan Šuba, CSC. ze společnosti Merck, která do našich lékáren dodává potravinové doplňky s rybím tukem.

Jeho nepřijemná chuť je v sirupech či tobolekách pro děti překryta chutí pomerančovou.

Jak zdůrazňuje docentka MUDr. Ludmila Vyhnanková, CSC., odbornice na dětskou problematiku ORL, náš organismus si omega-3 kyseliny neumí sám vytvořit. Proto bychom měli alespoň dvakrát týdně konzumovat tučné mořské ryby – především lo-

sova růžového, makrely, mořského pstruha či tresčí játra.

„V našich zeměpisných šířkách ryby stále nepatří k nejoblíbenějším potravinám,“ uvádí Jitka Tomešová. „Z našich průzkumů vyplývá, že celých 69 % dětí jí ryby jen zřídka nebo vůbec.“ To potvrzují i údaje Českého statistického úřadu, podle nichž sní průměrný Čech jen asi 5,5 kg rybiho masa za rok. Ani rostlinné oleje se na českém jídelníčku nepodílejí dostatečně.

Nedostatek omega-3 mastných kyselin lze kompenzovat i konzumací potravin obohacených o rybí oleje. Co se týče vitaminů skupiny B a kyselin ALA, spíše než na vitaminové preparáty by se rodiče měli spoléhat na pestrou a vyváženou stravu, a to i proto, že tělo dokáže vitaminy přímo z potravin využít mnohem snadněji.

Více informací lze získat na stránkách www.vyzivadeti.cz nebo na bezplatné infolince poradenského centra Výživa dětí 800 230 000.

Zdroj: Metro

Genetika

Epigenetika

Epigenetika je poměrně nový obor, zabývá se změnou chování našich genů, a také tím, jak se geny mění následkem chování nás samotných. Jako učebnicový příklad fungování epigenetiky lze zmínit odpírání krmiva potkaní matce. Když to uděláme, matka změní fungování genů v mozku u svých potomků. Ti se pak jinak chovají a jinak reagují na stresové podněty. Projeví se to u nich ale až v dospělosti.

Epigenetika není ale jen výsadou potkanů. Platí obecně. Statisticky se její vliv potvrzuje i na lidech. V Británii a ve Finsku vědci zjistili, že nedostatečná výživa těhotných žen způsobuje, že jejich potomci mají v dospělém věku více nemocí jako je cukrovka, mrtvice a onemocnění srdce. Existují jevy, kdy jednoduchá složka výživy (vitamin, jed), nebo vystavení dalším nejrůznějším vlivům vnějších podmínek (může jít i o chování), tlumí a nebo zesiluje účinek genů. Funkčnost genů lze ovlivnit k lepšímu, i k horšímu. A pokud se tak děje bez toho, aniž by se vlastní genetický kód jakkoli změnil, jde o epigenetiku.

Jde o to, že vystavení vnějším podmínkám spouští v těle chemické změny, některé

z nich mobilizují skupinu molekul, kterým říkáme metylové skupiny. Metylové skupiny se dokáží přitulit ke spuštěným genům, a přilepit se na jejich řídicí úseky. Tím jejich funkčnost na čas utlumí. Umí ale i působit opačně, výkon jiných genů zase posílit. Epigenetickými vlivy se účinek genu dá posouvat od jedné mezní polohy ke druhé. Vlastnost, kterou gen řídí se tak může měnit, alteruje.

Hádat se o to, zda mají větší vliv na naše zdraví a na náš vývoj geny, nebo vnější prostředí, je nesmysl. Obojí je spolu nerozlučně provázáno spleťtým předivem vztahů. Nejen strava, ale nyní už i prožitek se může projevit prostřednictvím vyvolaných biochemických změn, které ve svém důsledku určují genům zda se mají projevit, jak moc se mají projevit.

Zajímavé je, že ačkoli k těmto změnám dochází nejčastěji ve stádiu embryonálního a nebo fetálního vývoje, výsledek ve formě náchylnosti k nemocem, a nebo změn v chování, se ukáže až v dospělosti. To znamená, že toto ovlivnění genů určitou dobu trvá a může se tedy přenášet z jedné na další generaci. Dalo by se říci, že epigenetické děje tedy jaksi sedí až na samém vrcholu genetického řízení. Zapínají a vypínají geny, a nebo jejich výkon, podle potřeby, jen jemně kori-

gují. Je prokázáno, že porucha v metylaci genů buněk, které dávají vznik buňkám krevní řady, spouští vznik leukémie. Naše poznání epigenetických vlivů je na samém počátku, je však jisté, že jde o velmi rozšířený jev, který dokáže pomáhat i škodit.

Dobrá zpráva – epigenetické děje jsou vratné

Zatímco děje genetické (poškození genu) jsou většinou děje nevratné, epigenetické děje (zmíněná metylace genů) je dějem vratným. Geny lze demetylovat. Znovu se zde nabízí ono přirovnání metylových skupin k nalepené žvýkačce. Obojí na nějakou dobu přispěje k tomu, aby vypínač byl sepnut, pak ale za nějakou dobu odpadnou. Sundání metylových skupin lze urychlit, a to stejným způsobem jakým došlo k jejich nalepení – změnou výživy, prožitím jiných zkušeností (místo stresu klídek), a nebo podáním syntetických účinných látek.

Epigenetika nás přesvědčuje, že chování genů je tvárnější, než jsme si kdy byli ochotni připustit. Význam znalosti genomu je tak trochu odsunut na méně významnější kolej. Tvzení, že za daným projevem choroby je „určitě“ nějaký zmutovaný gen, se ukazuje být v řadě případů nesmyslným. Mnohdy se totiž o žádnou mutaci nebude jednat. →

Dramatický růst obezity, srdečních příhod, cukrovky a dalších poruch u obyvatel bohatých zemí se ukazují být ve své podstatě epigenetickými jevy, které zřejmě mají svůj původ v narušeném embryonálním vývoji.

Moshe Szyf prokázal, že mateřská péče mění v mozku potomka nastavení jeho genů. To se u něj v dospělosti projeví ovlivněním hladiny stresového hormonu v krvi.

Jako důkaz těchto tvrzení se hodí zmínit pokus s obohacováním krmiva u pokusných myší, které vede k tomu, že potomci těchto myší změni barvu. Jde o to, že pokud mají březí myši v potravě dostatek čtveřice látek, kterými jsou vitamín B12, kyselina listová, cholin a betain, dojde u potomku ke změně jejich barvy. Tyto látky dokáží metylovat agouti gen (žlutá barva srsti) a potomci se rodí hnědí. Důležitější ale než to, že se potomci rodí s jinou barvou srsti je skutečnost, že současně tato změna snižuje u potomků jejich náchylnost k obezitě, diabetes a nádorovému bujení. Vyplyvá to ze srovnání výskytu těchto chorob u potomků myší, které

přídavek těchto látek do krmiva dáván nebyl.

Výživa není jen něco, co navodí prchavé změny, které se týkají jen nás. Geny si metylaci nějakou dobu „pamatují“. Existují důkazy o tom, že nejsme ovlivněni jen tím co jíme nyní, ale i tím co jedli naši rodiče, nebo dokonce prarodiče.

Epigenetické vztahy odhaluje statistika

V zemích jako je Indie a Čína jsou doby hojnosti občas střídány hladomory s nedostatečnou výživou. Děti, které jsou v matčině těle epigenetickými mechanizmy „softvérově“ naprogramovány na narození do konkrétních podmínek, a ukáže-li se že tyto podmínky jsou nakonec jiné, způsobuje to u celé jedné generace potomků pohromu.

Nemusíme však chodit až do Číny. Stačí se podívat do Finska, kde se prokázal vztah nízké porodní váhy novorozenců k náchylnosti ke koronárnímu onemocnění srdce, cukrovce, vysokému krevnímu tlaku, moz-

kové mrtvici a dokonce i k osteoporóze. Na velkých souborech tamní populace se ukázalo, že děti s nízkou porodní hmotností jsou od svých vypasenějších kolegů biologicky odlišni. Nemluvnata „prckové“ nemají tak hustou síť nefronů v ledvinách, jejich metabolismus je změněn, jsou mnohem méně vnímaví na hormon inzulin... Nedostatečná výživa tahá za nitky epigenetiky i v naší staré dobré Evropě a nastavuje geny tak, že jejich nositelé reagují, po opuštění matčiny lůna, na vnější podmínky odlišně.

Představa, že nemoci srdce jsou jen o našem chování ve středním věku, je pasé. Přibývají důkazy, že na našem zdravotním stavu se velkou měrou podílí to, co nemůžeme sami ovlivnit, je to chování našich rodičů. Vlastně to není žádný alibismus, když prohlásíme, že za hodně špatných věcí na nás nemůžeme my ale naši rodiče, a že nám to způsobili tím jak se chovali a v jakých podmínkách žili. A chybu neuděláme, když toto tvrzení rozšíříme i o rodiče jejich rodičů.

Zdroj: www.osel.cz

Komentář MUDr. Josefa Jonáše

Když se před šesti lety přiblížilo na dohled rozluštění lidského genomu, domnívali se genetici a s nimi celé informované lidstvo, že svět stojí na prahu nového stvoření. Genom byl pokládán za cosi, co určuje zdraví lidí i jejich budoucnost a co je klíčem k odvěké lidské touze vyhnout se veškerému nebezpečí a nemoci.

Oč větší byla naděje, o to větší bylo rozčarování. Genoví inženýři měli představu, že spojí jednotlivé úseky genomu s jednotlivými

mi chorobami, postižené úseky vyřiznou, nahradí novými a vše bude v pořádku. Přestože celá tato domněnka byla pouhou iluzí, lidstvo se tímto objevem posunulo dále, hledalo příčiny a souvislosti.

Zrodil se termín epigenetické prostředí, tedy prostředí, v němž gen pracuje. Zjistilo se, že kvalita tohoto prostředí má na funkci genu obrovský vliv a že jeho činnost záleží na situaci, v níž se ocitl. Pochopitelně, že čím je gen zranitelnější, čím má jakousi méně

pevnou funkční odolnost, tím méně je citlivý na zmíněné epigenetické prostředí.

A to je voda na náš mlýn. Již v počátcích naší detoxikační medicíny jsem maloval na tabuli obrázek genu znázorněného jako nestejně silný list papíru, na který byl nasypán písek. Tam, kde bylo slabé místo, se papír protrhl a nastala nemoc. Nyní se ukázalo, že



Hoch, jenž necítil bolest, přivedl vědce ke genetickému objevu

Případ pákistánského chlapce, jenž necítil bolest, přivedl vědce k průlomovému objevu v genetice, který by mohl vést k vyvinutí účinnějších léků proti bolesti. Napsala to agentura Reuters.

Nejmenovaný Pákistánec nikdy během svého krátkého života neucítil bolest. Na severu země se stal místní atrakcí. Udivoval davy tím, že si nožem probodával tělo a chodil po žhavém uhlí. V den svých čtrnáctých narozenin se zabil skokem ze střechy.

Studiem případu tohoto mladého pouličního umělce a několika dalších lidí z příbuzných ro-

din zjistili britští a pákistánští vědci, že všichni tito jedinci mají vzácnou a dědičnou genovou mutaci, díky níž nikdy a na žádné části těla necítí bolest.

Mutace je na genu označovaném jako SCN9A, jenž hraje klíčovou roli při vnímání bolesti, řekl Geoffrey Woods z Institutu pro lékařský výzkum Cambridgeké univerzity. Kvůli této mutaci nefunguje doprava signálu o bolesti do mozku, takže jinak zdravý jedinci necítí bolest.

Mutace konkrétně přerušuje činnost takzvaného „sodíkového kanálu“. Ten vytváří nervové impulzy, které pak dopraví do

mozku informaci o bolesti. Woods uvedl v časopise Nature, že na základě účinných látek, které by blokovaly fungování tohoto kanálu, by mohla být vyvinuta „nová a potenciálně bezpečnější analgetika“. Dnešní léky proti bolesti totiž mají i nežádoucí vedlejší účinky.

Farmaceutická společnost Pfizer již podle Reuters zkoumá nové analgetikum vytvořené díky tomuto genetickému objevu. Lék je zatím ve fázi laboratorních zkoušek.

Členové zmíněných pákistánských rodin necítili bolest ani jako děti. Jejich vzhled a smysly

jsou však normální. Rozlišují například teplo a zimu, mají hmat. Všichni mají ale zranění na rtech nebo jazyku, která si způsobili, když se jako děti pokoušeli. Dva z nich se v dětství opanili.

Podle spoluautora studie Johna Wooda z londýnské University College je objev možná stejně významný jako identifikace receptorů morfinu a opiátů v mozku před dvěma desetkami let. Toto zjištění tehdy zlepšilo pochopení toho, jak léky fungují, a vedlo k objevu chemických látek v těle, jež kontrolují bolest.

Zdroj: ČTK

ukázalo, že ač nejsem genetik, byla má teorie správná.

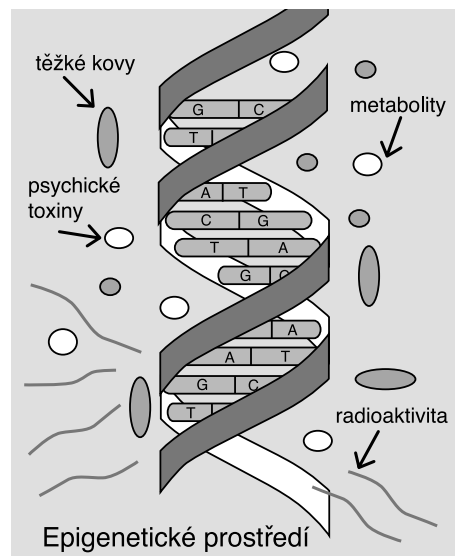
Z praktického hlediska se s otázkou epigenetického prostředí potkáváme velice často. V softwarovém diagnostickém programu je možné najít údaj „genové změny“, který nás informuje o tom, zda se v organismu tyto změny nachází či nikoli.

Prvně jsem si těchto souvislostí všiml při studiu detoxikace onkologických onemocnění. Uvědomil jsem si, že jestliže chemoterapie nebo jiné léčebné metody neovlivnily tento údaj, došlo dříve či později k recidivě. Kupodivu byl-li tento údaj ovlivněn, byla velká šance, že se pacient uzdraví a recidiva už nenastane – samozřejmě pokud se neobnoví problém, který nádor způsobil.

O něco později přišly detoxikační pokusy, při nichž jsem se sám pokoušel genové změny odstranit. Tehdy jsem došel k závěru, že genové změny a epigenetické prostředí může být jedno a totéž, ale že můžeme i narazit na pozitivní genové změny a epigenetické prostředí není porušeno. Ta situace nastává, jestliže k poruše genu došlo již před narozením, a to nikoliv díky prostředí, ve kterém bude v budoucnu gen pracovat, ale díky nitroděložnímu prostředí matky.

Další část dlouhé práce na nás čekala ve chvíli, kdy jsme měli určit základní toxiny schopné ovlivnit funkci genu. Vylučovací

metodou jsme došli k závěru, že nejškodlivějšími toxiny v epigenetickém prostředí jsou látky s radioaktivním účinkem, toxické kovy a kupodivu i některé látky používané k tzv. aktivní imunizaci (očkování). Naštěstí



se ukazuje – používám přítomný čas, protože výzkum stále probíhá – že po vyčištění epigenetického prostředí se funkce genu opraví, a vzniká tak velká šance na vyléčení. Jestliže gen pracuje chyběním vlivem toxického epigenetického prostředí, nemáme šanci s detoxikací uspět tak, jak jsme zvyklí, tedy sto procentně.

Zdravě a chutně s Mgr. Evou Jonášovou

Vážení čtenáři, také dnes vám z kuchyně MUDr. Josefa Jonáše přinášíme tip na lehké a velmi chutné jídlo, jehož příprava i složení zcela odpovídá zdravému životnímu stylu. Tento recept nám poskytla Mgr. Eva Jonášová, která je spoluautorkou velmi žádané Jonášovy kuchařky a s obdivuhodnou nápaditostí dokáže aplikovat zásady zdravé výživy na nejrůznější pokrmy světové kuchyně.

Kulajda

Brambory, čerstvé nebo sušené houby, sójová smetana, kmín, bobkový list, Maizena, citronová šťáva, domácí vejce, kopr, sůl

Do vody dejte vařit brambory pokrájené na malé kostky, houby, kmín a bobkový list. Osolte. Po změknutí brambor přidejte sójovou smetanu, zahustěte kukuřičným škrobem, přidejte vejce a čerstvý nebo sušený kopr. Dochutěte citronovou šťávou.

Okurkový salát s výhonky a avokádem

(pro 2 osoby)

1 okurka, 1 šalotka, 1 velké avokádo, 1 šálek čočkových výhonků, 2 šálky mungo výhonků, 2 šálky alfa-alfa výhonků, 2 rajčata, 2 lžíce citronové šťávy

Výhonky smíchejte v míse a přidejte k nim rajčata, okurky nakrájené na kostky a nasekanou cibuli. Oloupejte avokádo, rozmačkejte ho v malé misce, zakapejte citronovou šťávou a přidejte ho k zelenině. Vše promíchejte, aby se přísady dobře spojily.

Patologická funkce genu je určující a my se s tím setkáváme v případech, že problémy díky detoxikaci mizí, ovšem zanedlouho se opět vrací. Při další detoxikaci již nemizí vůbec. Z toho důvodu se v nových verzích diagnostického softwaru objeví údaj epigenetické prostředí, který bude možné při diagnostice využít.

Toxická zátěž epigenetického prostředí a tím i porucha funkce genu je jednou ze situací, kdy detoxikace selhává a problém nemizí. Není to jediný důvod, ale mezi našimi chronicky nemocnými klienty se s tímto problémem setkáváme velice často, takže vyřešení této otázky může detoxikaci posunout o pořádný kus dopředu. Ten, kdo by chtěl s tímto údajem již pracovat, může použít běžnou techniku při měření přístrojem Salvia, a to tak, že naleznou-li pozitivní údaj epigenetické prostředí, bude si dávat do aktivního pole jednotlivé systémy, orgány či tkáně a zjistí tak, ve kterých oblastech chybný gen působí problém. Z tohoto údaje pak může odvodit, proč se mu detoxikace příslušné tkáně nevede. Jakmile bude detoxikace epigenetického prostředí vyřešena, bude příslušný postup publikován nebo bude vytvořen speciální preparát. Doufám, že se tento významný krok podaří – dosavadní výsledky tomu alespoň nasvědčují.

Čínská zeleninová pánev

(pro dvě osoby)

2 lžíce řasy hijiki (10g), 2 lžíce oleje, 1 lžička jemně nasekaného zázvoru, 1 jemně nasekaný chilli lusk, 100g karotky pokrájené na 2 mm tenké plátky, 100g červené papriky pokrájené na jemné proužky, 100g brokolice rozdělené na malé růžičky, 100g česneku nakrájeného na tenké proužky, 100 g tofu nakrájeného na malé kostičky, 100g sójových výhonků, 1 lžíce sójové omáčky, 1 lžíce sherry, několik kapek sezamového oleje, 1 lžíce orestovaného sezamového semínka

Hijiki máčejte 10 minut ve studené vodě, potom slijte a nechte odkapat. Na pánvi rozpalte olej, krátce na něm osmažte zázvor a chilli lusk. Přidejte karotku, papriku a brokolici a smažte za stálého míchání dvě minuty. Pak lehce osolte. Přidejte výhonky a hijiki a za stálého míchání smažte dvě minuty. Okořeňte sójovou omáčkou a sherry, zahřejte a míchejte, až je zelenina téměř rozvařená. Servírujte pokapané sezamovým olejem a sypané orestovaným sezamem. Jako příloha jsou vhodné čínské nudle, pohankové špagety nebo rýže.

Novinky na internetovém portálu www.joalis.cz – videostream sekvence.

Vážení spolupracovníci,

dovolujeme si vám představit novinku na internetovém portálu www.joalis.cz – videosekvence, které si nyní můžete na naší prezentaci přehrát či stáhnout do vašeho PC.



Naše společnost úspěšně zavedla internetovou videostream technologii, umožňující umístit na náš portál předtočené videosekvence o délce 1–120 min. a nabídnout tak vám, klientům, přímé přehrávání či uložení na disk. Tato technologie přináší zcela nové perspektivy poskytování informací pro naše spolupracovníky a příznivce.

V sekci VIDEA je nyní ke shlédnutí záznam veřejné přednášky MUDr. Josefa Jonáše a Ing. Vladimíra Jelínka, která se konala 28. 3. 2007 v Ústí nad Orlicí. Jedná se o vi-

deosekvenci přístupnou všem návštěvníkům internetového portálu.

Tato přednáška je výbornou příležitostí pro všechny, kdo se chtějí dozvědět něco více o naší metodě.

V první části záznamu MUDr. Josef Jonáš a Ing. Vladimír Jelínek vysvětlují pojem řízená a kontrolovaná detoxikace organismu dle MUDr. Josefa Jonáše. Dozvíte se také, jaké existují druhy toxinů, jak detoxikace funguje a které zdravotní problémy lze touto metodou řešit. Zajímavý je rovněž i příspěvek Ing. Vladimíra Jelínka těžké kovy a radioaktivita jako vážné toxické zátěže v lidském organismu. MUDr. Josef Jonáš pohovoří i o problematice poruch metabolismu.

V druhé části přednášky uslyšíte dotazy posluchačů týkající se převážně chronických zdravotních problémů a terapie JOALIS. Délka přednášky je 120 minut.

Pokud se do systému na portálu přihlásíte jako akreditovaný profesionál s platným jménem a heslem, objeví se ve stejné sekci (VIDEA) i nevěřejná přednáška určená terapeutům pracujícím metodou MUDr. Josefa Jonáše. Jedná se o záznam z VIDEOSTREAM VYSÍLÁNÍ do KOŠIC ze dne 11. 4. 2007 – přednášejícím byl MUDr. Josef Jonáš a hovořil zde na téma Adenoidní vegetace u dětí – systém mandlí. V příspěvku je popsána problematika systému mandlí z hlediska celostní medicíny a uveden postup při terapii s produkty JOALIS. Délka videa: 77 minut.

Pro spuštění videosekvence na PC s operačním systémem Windows použijte přehrávač Windows Media Player, který je standardní součástí systému Windows a spustí se automaticky po kliknutí na ikonu přehrát.

Videa jsou zpracována do výstupní kvality, která umožňuje jejich spuštění prostřednictvím internetových připojení s různou rychlostí. Video je tak možné spustit i na PC s nižší rychlostí internetového připojení.

V současné době pracujeme na databázi dalších videozáznamů, které budou postupně do sekce videa nahrány, zejména půjde o nevěřejné videosekvence určené pro akreditované profesionály. Pracujeme také na vyšší kvalitě zpracování videosekvencí.

Věříme, že tuto technologii budete v budoucnu více a více využívat a doporučujeme vám také o této novince informovat vaše klienty.

Dále si vás dovolujeme požádat o spolupráci: V případě technických problémů se spouštěním videosekvencí na vašem PC nás prosím informujte na e-mail: joalis@joalis.cz. Udejte prosíme popis problému, operační systém ve vašem PC, druh a rychlost internetového připojení, kterým jste připojeni. vaše informace nám mohou pomoci s technickou přípravou videosekvencí, zejména při nastavení jejich kvality.

Na závěr ještě dovoluujeme připomenout, že videosekvence jsou autorským dílem a jejich nelegální rozmnožování znamená porušení autorského zákona!

O novinkách v sekci VIDEA vás budeme dále informovat.

Za JOALIS s. r. o.

Jan Gonda – obchodní ředitel.

ŠKOLENÍ PRO LEKTORY DETOXIKAČNÍ MEDICÍNY

Ve dnech 14.–16. 9. 2007 pořádá firma JOALIS s. r. o. třídní školení pro lektory detoxikační medicíny.

Školení je hrazeno firmou JOALIS a od účastníků se očekává, že se stanou školiteli zájemců o detoxikační medicínu.

Bližší informace a podrobné přihlášky poskytnete: Mgr. Marcela Václavková (m.vaclavkova@joalis.cz, tel. 724 090 525 nebo 245 005 301).

Firma JOALIS s.r.o. si vyhrazuje právo užšího výběru účastníků.

KALENDÁŘ AKCÍ

11. 7. 2007 Economy Class
Company s. r. o. Na Výhledech 1234/8
Praha 10 – Strašnice 100 00
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA
PŘÍSTROJI SALVIA

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

Lektor: Marie Dolejšová
Doba konání: 9:30–15:30 hod.
Cena kurzu: 350,00 Kč. Poplatek je nutno uhradit na firemní účet ECC 205 511 314/ 0300 (ČSOB) a to nejpozději do 6. 7. 2007. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům.

Přihlášky a informace: Lenka Matasová – tel./fax: 274 781 415
e-mail: eccpraha@joalis.cz

25. 7. 2007 Economy Class
Company s. r. o. Na Výhledech 1234/8
Praha 10 – Strašnice 100 00
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA
PŘÍSTROJI SALVIA

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

Lektor: Marie Dolejšová
Doba konání: 9:30 – 15:30 hod.
Cena kurzu: 350,00 Kč. Poplatek je nutno uhradit na firemní účet ECC 205 511 314/ 0300 (ČSOB) nejpozději do 20. 7. 2007. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům.

Přihlášky a informace: Lenka Matasová – tel./fax: 274 781 415
e-mail: eccpraha@joalis.cz

8.8.2007 – Economy Class
Company s. r. o. Na Výhledech 1234/8
Praha 10 – Strašnice 100 00
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA
PŘÍSTROJI SALVIA

Určeno zkušenějším měřičům vlastním přístroj Salvia, kteří se chtějí dále

zdokonalovat. Osobní přístup lektora – určeno maximálně pro skupinu 12-ti posluchačů. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Marie Dolejšová
Doba konání: 9:30 - 15:30 hod.
Cena kurzu: 350,00 Kč. Poplatek je nutno uhradit na firemní účet ECC 205 511 314/ 0300 (ČSOB) a to nejpozději do 3. 8. 2007. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům.
Přihlášky a informace: Lenka Matasová – tel./fax: 274 781 415
e-mail: eccpraha@joalis.cz

22. 8. 2007 – Economy Class
Company s. r. o. Na Výhledech 1234/8
Praha 10 – Strašnice 100 00
DOŠKOLOVACÍ KURZ MĚŘENÍ NA
PŘÍSTROJI SALVIA

Určeno zkušenějším měřičům vlastním přístroj Salvia, kteří se chtějí dále zdokonalovat. Osobní přístup lektora – určeno maximálně pro skupinu 12-ti posluchačů. Lze se zúčastnit i opakovaně.

Lektor: Marie Dolejšová
Doba konání: 9:30 – 15:30 hod.
Cena kurzu: 350,00 Kč. Poplatek je nutno uhradit na firemní účet ECC 205 511 314/ 0300 (ČSOB) a to nejpozději do 17. 8. 2007. Jako variabilní symbol použijte své registrační číslo v ECC. Po tomto datu bude místo nabídnuto dalším zájemcům.
Přihlášky a informace: Lenka Matasová – tel./fax: 274 781 415
e-mail: eccpraha@joalis.cz

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. V. 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: Lenka Matasová, tel./fax: 274 781 415
e-mail: eccpraha@joalis.cz
NUTNO SE PŘIHLÁSIT PŘEDEEM!

10. října 2007, Praha
POKRAČOVACÍ KURZ DETOXIKAČNÍ MEDICÍNY

Téma bude upřesněno později
Přednášející: Ing. Vladimír Jelínek
Doba konání: 9:00 – 15:00 hod.
Místo konání: hotel Olšanka, Táboritská 23, Praha 3 - Žižkov
Cena kurzu: 450,-Kč (úhrada přímo na místě)
Přihlášky: Lenka Matasová, tel./fax 274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz
NUTNO SE PŘIHLÁSIT PŘEDEEM!

13. října 2007, Brno
KONGRESOVÝ DEN S MUDR. JOSEFEM JONÁŠEM A ING. VLADIMÍREM JELÍNKEM

Téma bude upřesněno později
Přihlášky: podrobnější informace v dalším čísle bulletinu

18. října 2007, Brno
VEŘEJNÁ PŘEDNÁŠKA MUDR. JOSEFA JONÁŠE

Celoroční detoxikace organismu, detoxikační balíčky, vnitřní hygiena organismu. Přednáška o zajímavostech informační medicíny a o možnostech, které přináší v řešení chronických potíží, ale i v oblasti prevence. MUDr. J. Jonáš srozumitelnou formou seznamuje s logickými souvislostmi řídicí náš organismus a zdraví z pohledu celostní medicíny.

Doba konání: 19:00 – 21:00 hod.
Místo konání: bude upřesněno později
Vstupné: 50,- Kč
Přihlášky: Lenka Matasová, tel./fax 274 781 415, email: eccpraha@joalis.cz

17. listopadu 2007, Praha
KONGRESOVÝ DEN S MUDR. JOSEFEM JONÁŠEM A ING. VLADIMÍREM JELÍNKEM

Téma bude upřesněno později
Přihlášky: podrobnější informace v dalším čísle bulletinu

Bulletin informační medicíny. Vydání červenec–srpen 2007. Vydal Joalis, s. r. o., Na Florenci 19, 110 00 Praha 1, IČO 25408534. Redakčně zpracovala Mgr. D. Mollerová. Grafik: M. Hovorková. Foto: J. Gonda, M. Hovorková. Tisk: Remedia s. r. o., Záhřebská 148/50, 120 00 Praha 2. Evidován pod č. MK ČR E 14928.



Slavnostní večer u příležitosti
40. narozenin Ing. Jelínka v rámci
mezinárodního kongresu
– přímo v sále maloval
portrét Ing. Jelínka známý
malíř Reon Argondian



Jedním z hostů
byl také
populární
zpěvák
Pavel Bobek