Joalis info

květen–červen 2011

Bulletin informační a celostní medicíny

Téma měsíce: Okruh slezíny

Žaludek

V hlavní roli *Helicobacter pylori*

Emoce a Kámen mudrců

úvodník

Návraty ke kořenům detoxikace

Pro ty, kdo rádi přemýšlejí, mám dnes na úvod malou hádanku. Prolistujte si bulletin, prohlédněte si, jaké články jsme do tohoto čísla připravili, a zkuste uhodnout, jaké téma je spojuje.

Než si svou odpověď rozmyslíte, řeknu vám, proč jsme zvolili zrovna toto téma. Jak víte, metoda řízené a kontrolované detoxikace se stále vyvíjí, a proto vám nejen v bulletinu, ale i na kurzech, které navštěvujete, přinášíme stále nová a nová témata. Někomu by se tak mohlo stát, že se bude cítit zahlcen novými informacemi, mnohdy velmi detailními, a ztratí orientaci v tom, co je pro detoxikaci základní. Těmi pilíři, na nichž pak stavíme nádhernou klenbu s názvem zdraví člověka, je práce s orgánovými okruhy.

Už znáte odpověď na mou otázku? Ano, správně – dnešním tématem je okruh sleziny. Za správnou odpověď v tomto minikvízu sice nevyhrajete nic (kromě dobrého pocitu, samozřejmě), ale možnost výhry vám nabídneme někde jinde. Pro letošní léto, které přijde co nevidět, jsme pro vás uspořádali fotosoutěž „Léto s Joalisem“. Léto je obdobím radosti a rozverné hravosti – nechte se jeho energií inspirovat, vytvořte fotografii s tematikou Joalis a pošlete nám ji do redakce. Nejlepší fotografie budou odměněny zajímavými cenami. Podrobnosti se dozvíte v článku na straně 26.

Známý filozof René Descartes definoval existenci lidské bytosti na základě myšlení. Zdá se, že dnešní společnost pochopila jeho slavný výrok jako přímou úměru, tj. „Čím víc přemýšlím, tím víc jsem.“ Jistě nebudeme horšími lidmi, když se onen neustálý myšlenkový proud, který nás po celý život provází, občas pokusíme zastavit. Alespoň si to myslím…

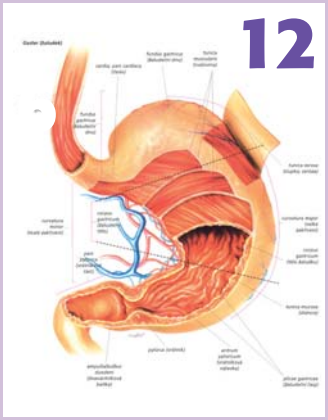
Petra Kotková

Mgr. Petra Kotková

obsah

Pohádka o slezině

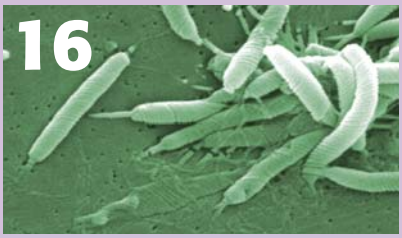
Přílišné přemýšlení, zodpovědnost či soucit s druhými jsou vlivy poškozující orgány okruhu sleziny. Jak dochází k přenosu informací mezi těmito orgány? A co se vlastně skrývá pod pojmem „okruh sleziny“? Zamyšlení nad těmito i mnohými dalšími otázkami si můžete přečíst v článku MUDr. Jonáše.



Žaludek

Správně pracující žaludek je jednou z podmínek pro kvalitní zpracování přijaté potravy, a tedy i pro zásobování organismu potřebnou energií. Přečtěte si, jak trávení probíhá, z jakých částí se žaludek skládá, čím vším je ovlivňován a jak postupovat při jeho detoxikaci.

V hlavní roli: *Helicobacter pylori*



Hostitelem bakterie *Helicobacter pylori* je každý druhý člověk na světě. Infekce tímto mikrobem má přímou souvislost se vznikem chronické gastritidy a peptických vředů, ale přesto se nedoporučuje jeho plošná eradikace. Připravili jsme pro vás tematický blok k této problematice. Své slovo zde má také detoxikace.

Nemoci dutiny ústní

V dutině ústní se mohou, stejně jako na jiném místě těla, projevit různé druhy lokálních onemocnění. Jejich přehled včetně základních detoxikačních postupů najdete v článku paní Márie Vlachové, DiS. K článku je připojen „detoxikační“ komentář MUDr. Jonáše.

úvodník
. 2

téma měsíce: okruh sleziny
Pohádka o slezině 4
Nemoci dutiny ústní 7

aktuálně
MUDr. Josef Jonáš bloguje 10

galerie preparátů
MuscuDren 11

orgány čínského pentagramu
Žaludek 12

mikrobiologie
V hlavní roli: *Helicobacter pylori*
Helicobacter pylori a gastrointestinální projevy u dětí 16
Helicobacter pylori v kostce 17
Helicobacter krade železo dětem 17
Helicobacter pylori a detoxikace 18
Objev Helicobactera: náhoda a pokus sám na sobě 17
Helicobacter pomáhá a chrání 18

zachyceno v síti
Přibývá dětí s psychickými problémy 26

lidské emoce & pentagram
Emoce a Kámen mudrců 20

životní prostředí & ekologie
Reprotoxické látky v životním prostředí V 23

zachyceno v síti
Antikoncepci užívají i žáby 25

soutěž
Léto s Joalisem 26

novinky z Joalis s. r. o.
Joalis na Facebooku oslaví stovku 26

váš příběh
Detoxikace a věda 27

napsali jste nám
Vademecum detoxikace 27

za zdravím na zahrádku
Pelyněk pravý, kuklík městský 28

zdravě & chutně
Sýrový jahelník, jáhly po mexicku 29

kalendář akcí
Připravované akce 30

Joalis info

Bulletin informační a celostní medicíny

květen–červen 2011

•

Redakční rada
MUDr. Josef Jonáš
Ing. Vladimír Jelínek
Mgr. Marie Vilánková

•

Redakční zpracování
Mgr. Petra Kotková
p.kotkova@joalis.eu
tel. 221 732 031, 602 681 495

•

Grafická úprava
Martina Hovorková

•

Vydavatel
Joalis s. r. o.
Na Florenci 19
110 00 Praha 1
IČO 25408534
www.joalis.eu

•

Tisk
Remedia s. r. o.
Záhřebská 148/50
120 00 Praha 2

•

Distribuce v ČR
Economy Class Company, s. r. o.
Na Výhledech 1234/8
100 00 Praha 10

•

Evidován pod č. MK ČR E 14928

•

Foto na titulní straně
www.samphotostock.cz

•

Společnost Joalis s. r. o. má certifikovaný systém řízení kvality dle normy ISO 9001.

Pohádka o slezině

Myslím, že slovo pohádka je namístě, protože to, co si budeme vyprávět, je pohádkou, neskutečným příběhem, v němž vystupují zlí a dobří a který může, ale také nemusí skončit dobře. V průběhu tohoto příběhu jde o to vylíčit model, který nám objasní, jak vlastně vzniká nemoc, jak vzniká zdravotní problém.

V detoxikaci, která patří do celostní medicíny, je známo, že celý lidský organismus můžeme rozdělit do pěti okruhů. Každý z těchto okruhů je nazýván jménem vůdčího mateřského orgánu. Známe tedy okruh srdce, okruh plic, jater, ledvin a také sleziny. Tyto okruhy bychom stejně tak mohli označovat názvy jednotlivých prvků a pak bychom měli okruh dřeva, země, větru atd. Bylo by to však ještě nesrozumitelnější, než když použijeme jména orgánů.

Okruh sleziny – terminologický oříšek

Řekneme-li, že problém je ve slezině, pak každého klienta napadne, že slezina je nemocná. Otáže se tedy, jakou že trpí nemocí a co může udělat pro to, aby se vyléčil. Možná přemluví lékaře, aby ho poslal na ultrazvuk, eventuálně krevní obraz, a když se dozví, že jeho slezina je nepochybně zcela zdravá, možná že ztratí k detoxikaci důvěru.

Nemáme jiný název, který by rozumněji vystihl to, co chceme sdělit. Snad by bylo namístě vyhlásit soutěž, ale předem pochybuji, že by se našlo takové pojmenování, které by vyhovělo skutečnému problému a bylo by jasné, srozumitelné i moderní. Oč tedy jde?

Na jedné straně víme, že skutečně můžeme hovořit o slezinovém okruhu, tedy o orgánech tvořících jakýsi celek, který má pro nás logiku, protože tento celek je ovládán něčím, co nazýváme energií sleziny. Slezina však žádnou zvláštní energii nemá. Pravděpodobně nedisponuje nějakým neznámým druhem energie, a tak není jasné, jakým způsobem by slezina mohla další orgány, které jí podléhají, ovládat. Netušíme ani, jaká energie by měla proudit v meridiánech, o nichž hovoří akupunktura, nebo v kanálcích nádí, o kterých mluví ajurvéda. Přesto však tušíme, že nějakým způsobem jsou jednotlivé okruhy ovládány. Ovlivňují se, zesilují, zeslabují mezi sebou a dále pak ovládají orgány, funkce a tkáně, které jsou již od doby tradiční čínské medicíny do tohoto okruhu řazeny. Tyto názory jsou staré nejméně tisíc let a obvykle i více. Co si tedy můžeme myslet o tom, že slezina svojí energií ovlivňuje nějaké další orgány?

Energie a informace

Jen málokdy využíváme výhradně energie. Snad při výstřelu ze střelné zbraně využijeme kinetickou energii náboje anebo použijeme elektrickou energii k rozžhavení vlákna v žárovce. Obvykle však dnes disponujeme technikou, kdy energie nese informaci. Možná jde o proces, který známe z televizního, rádiového nebo telefonního vysílače: elektromagnetická energie vrhaná do prostoru nese informaci, kterou dekóduje příslušný přijímač, v tomto pří-

padě rádiový či televizní přijímač nebo bezdrátový telefon. Možná, že jsou nositelem informace jiné známé typy energií (jako příklad mohou posloužit třeba fotony). V každém případě známe energie, které procházejí tkáněmi: žádná tkáň lidského těla by pro ně nebyla překážkou. Informace by se tedy mohla dostávat do příslušného orgánu právě touto cestou. Ve vzduchu je přece také velké množství signálů (rádiových, televizních či telefonních), energo-informačních vln, které se od sebe liší nesenou informací a také dekodérem, přijímačem, který je schopen tuto informaci znovu rozluštit. Příslušné signály si najdou svůj přijímač a ten zobrazí informaci, která je k němu nesena. Právě tak by mohl fungovat lidský organismus. Vlny nemusí být specificky vedeny po drahách k jednotlivým orgánům, ale mohly by prostupovat celý náš organismus, stejně jako je prostoupen celý náš svět; lišily by se od sebe jen nesenou informací a také přijímači, které jsou schopny tyto signály dekódovat. Takhle si představuji přenos v lidském organismu já osobně a právě o to jde.

Jestliže slovo slezina znamená určitý vysílač, pak bychom mohli přirovnat tento vysílač třeba k jednotlivým televizním kanálům anebo bude jednou ze stanic rádia, protínajících celý svět, či jednou z informací internetu, kterou můžeme zachytit a na svém přístroji dekódovat. Když postoupíme v této logice dále, budeme hledat informaci, která je touto energií nesena a která je charakteristická pro to, co nazýváme slezinou (ovšem měli bychom to nazývat jinak, protože se slezinou to má skutečně jen velmi málo společného).

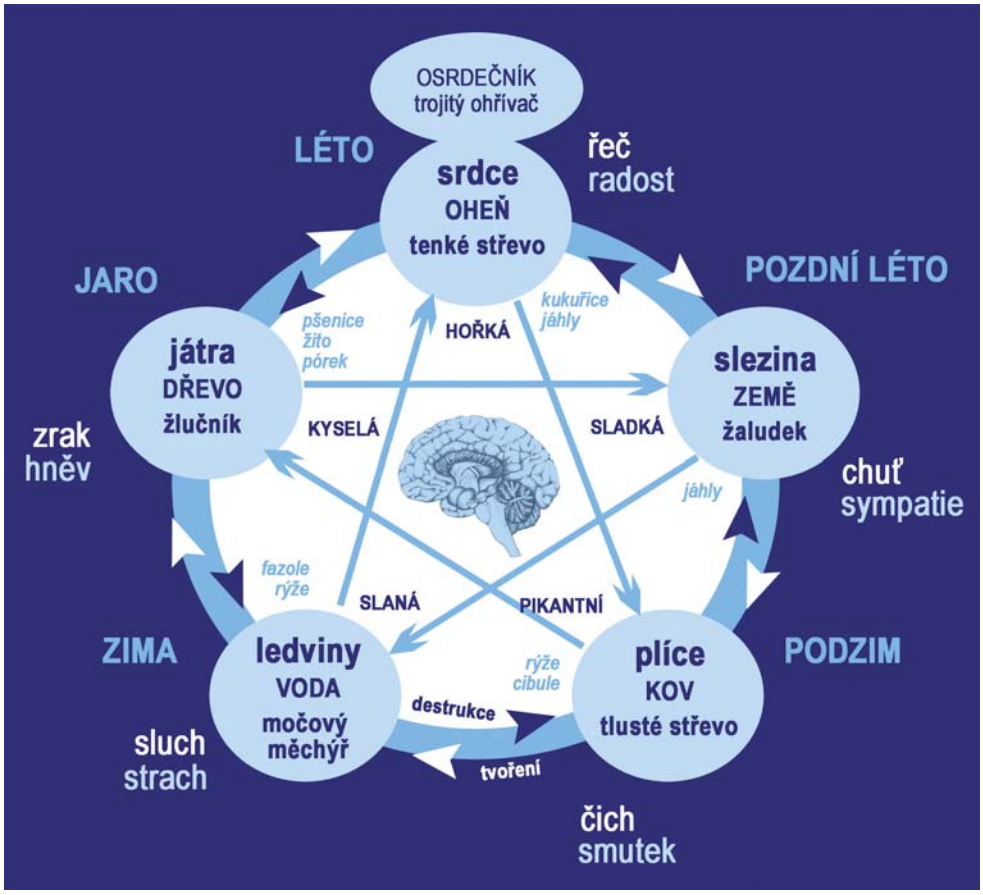
„Orgánová" charakteristika utváří zdraví i osud

Jaká to je tedy informace, jaký je to obraz, který se pod pseudonymem slezina skrývá? Domnívám se, že jde o obraz, který můžeme nazývat zcela charakteristickým a typickým psychickým obrazem. Je to obraz, který hovoří o temperamentu příslušného člověka, o jeho emocionálních projevech, o chování a jednání, je to zkrátka kompletní obraz charakterizující jednání člověka. Jedinci jsou jím ve společnosti z nějakých důvodů vybaveni, z nějakých důvodů jim byl předán. Těchto obrazů je právě pět a my bychom je mohli poměrně složitě popsat. Myslím, že na stránkách bulletinu to již bylo několikrát uvedeno, takže se kompletním popisem obrazu sleziny, tedy této charakteristické informace o naší psychice, zabývat nebudu. V každém případě na tuto informaci o našich psychických projevech reagují příslušné orgány. Tyto orgány nejsou tímto obrazem viditelně narušeny, ale jsou v nich vytvořeny vhodné podmínky pro vznik mikrobiálních ložisek. Mikrobiální ložiska produkují buď hmotný toxin (tedy toxin složený z nějakých aminokyselin, který se šíří po lidském organismu krví či lymfou), anebo zase toxin energo-informační, ve smyslu prací Luca Montagniera, které jsme si v bulletinu již vysvětlovali. Jen stručné připomenutí: Jedná se o elektromagnetické vlnění o krátkých vlnách, které jsou typické pro jednotlivé mikroorganismy. Tyto vlny se rezonancí zesilují v tělesných tekutinách a nesou toxickou informaci, která narušuje funkci jednotlivých orgánů a tkání. A to je vlastně princip poruchy našeho zdraví.

Porucha našeho zdraví vzniká někde v našem nitru, někde ve způsobu našeho chování, myšlení, emocionálních projevů, a šíří se do jednotlivých orgánů, které její podobu zachycují a reagují tak, jak bylo právě popsáno. Protože člověk je těmito psychickými atributy z velké části vybaven již při narození a zčásti si jejich charakteristiku vytváří v průběhu svého života, jsou jeho nemoci vlastně předurčeny předem. Je tak určen jeho zdravotní osud a často i osud další, protože chování, myšlení a emoce rozhodují o úspěších a neúspěších a rozhodují o našem směřování – zda skončíme např. v cizinecké legii anebo na místě bankovního úředníka. A tak vlastně tento obraz promlouvá do celého našeho života. A protože je těchto obrazů pět a vzájemně se prolínají a mají velké množství variant, dá se říci, že jen málo osudů na světě se sobě podobá, protože naše individualita spočívá právě v těchto psychických projevech a v jejich kombinacích. Jinak se chová člověk tehdy, má-li kombinaci obrazu jater a obrazu ledvin, jinak, má-li obraz jater a obraz sleziny, a ještě jinak, půjde-li o játra a plíce, zkrátka těch variant našich psychických obrazů a souvisejících zdravotních problémů je skutečně velké množství.

Dědictví po předcích

Co podmiňuje charakteristiku tohoto obrazu? Rozhodně dnes víme, že se mnoho psychických projevů u člověka dědí. Nemyslím tím jenom zevní projevy, které můžeme pozorovat a snadno zařadit, ale ony vnitřní nevědomé projevy, motivy a emoce, chtělo by se říci ony neznámé děsy v nás. A protože rodiče hrají v tomto směru jen jakousi úlohu transformátoru, můžeme snadno usoudit, že tyto naše psychické projevy mají historii hodně dlouhou; kdo ví, jak daleko do minulosti bychom se museli zatoulat, abychom našli jejich začátek. V každém z nás je mnoho z předků, kteří předávali do dalších a dalších generací své charakteristické psychické obrazy. Křížením dvou jedinců vznikaly nové a nové variace. Řada podnětů přichází i v průběhu našeho života a my jako bychom do toho dortu, který pekli pejsek s kočičkou, přidávali další ingredience, další zkušenosti a zážitky ze svého života. A náš život není jen život soukromý, ode-



hrávající se za zdmi útulných bytů. Jde také o celospolečenský obraz, o sociální tlak, o kulturní, politické a ekonomické vlivy. V každé historické etapě je člověk ovlivňován socio-kulturní atmosférou a je přímo modelován, manipulován. Dnes tak můžeme pozorovat třeba náboženský fanatismus středověku, který určoval myšlení a život lidí, či naopak společenské uspořádání prvobytně-pospolné společnosti, která jistě preferovala u člověka zcela jiné hodnoty než my dnes. Jen za jednu generaci, za sedmdesát, osmdesát let života jednoho člověka, vidíme, jak nesmírně se mění svět a jak si generace vzájemně nerozumí, jak se mění hodnoty; to vše samozřejmě formuje člověka.

Příliš mnoho přemýšlení a zodpovědnosti

Budeme-li hovořit o obrazu sleziny, musíme se zmínit o tom, jak nás současná společnost tlačí do velké zodpovědnosti za své chování. Není proto výjimkou, že slyšíme, jak se dítě od malička učí několik jazyků, protože je přece zodpovědné za svůj dospělý život, a bude-li hovořit několika jazyky, vydělá si snáze peníze. Dítě je poučováno, jak zodpovědně si musí počínat při jednání s lidmi, aby nebylo ohroženo pedofilem, jak musí přijmout vražedné tempo svých rodičů, aby nepřekáželo v životě, aby se přizpůsobilo správně tomu, co společnost vyžaduje od dospělého člověka. Od malička je dítě varováno, co jej v životě čeká, kam to může nebo nemusí dotáhnout, jak může skončit…

Psychika člověka je zkrátka vystavena nesmírnému tlaku, který vyžaduje mnoho přemýšlení, mnoho zodpovědnosti. Zároveň se od člověka očekává soucit a empatie, protože musíme přece soucítit s hladovějícími na celém světě, s oběťmi zemětřesení či s odloženými psy. Jinak bychom nebyli člověkem. Ale právě tyto tlaky společnosti a ještě mnohé další, kterými nechci nudit, znamenají, že obraz sleziny v nás je silnější a silnější. Energo-informační tlak na orgány, které ke slezině patří, je tudíž stále větší a větší, vznik ložisek je častější a ložiska pak produkují toxiny, jež mají za následek řadu nemocí.

Zdraví pod tlakem

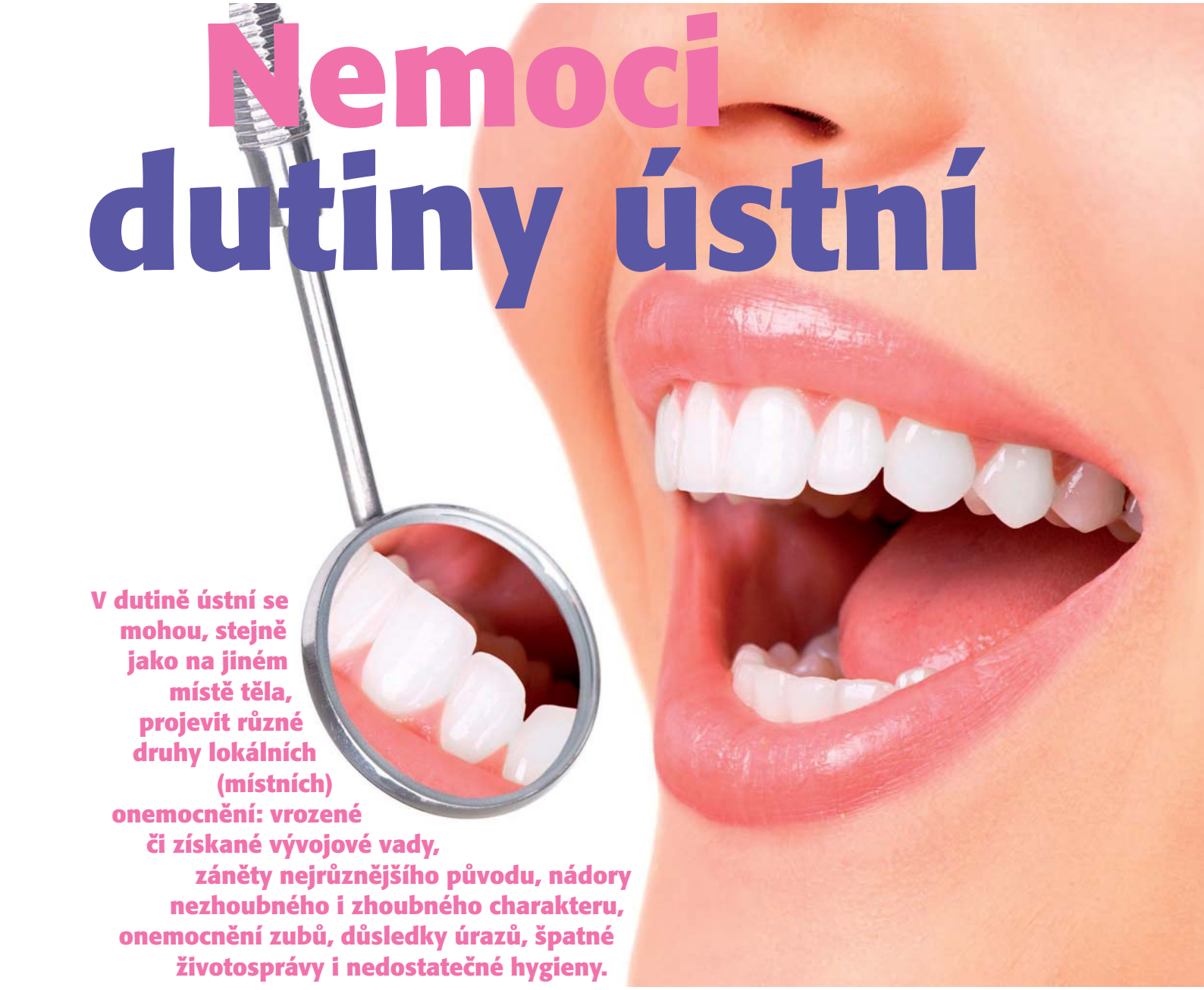
Nikdy nemůžeme izolovat vliv jednoho obrazu na život člověka. To snad můžeme udělat jen z důvodů didaktických. Musíme si představit zdraví člověka jako určitou kvalitu, která je pod tlakem různých obrazů, tedy různě formované psychiky, různě deformovaných emocí, různých socio-kulturních vlivů. A to je skutečně velmi těžké, protože takový obraz bývá do značné míry abstraktní a my z něj ty konkrétní, srozumitelné drobky musíme „vyzobávat" tak, abychom tomu všemu rozuměli. Potom pochopíme, proč stoupá množství případů diabetes mellitus až k nevíře (v českých zemích se už počet diabetiků blíží jednomu milionu osob), pochopíme, proč stoupá množství unavených lidí, proč by únavový syndrom mohl být jednou z nejčastějších diagnóz, porozumíme různým našim psychickým projevům anebo také pálení žáhy či problémům se štítnou žlázou; zkrátka porozumíme projevům toho, čemu říkáme okruh sleziny, čemu říkáme obraz sleziny anebo čemu bychom mohli říkat vysílání programu slezina pro náš organismus.

Všichni, kdo máte slezinové přijímače v těle, zapněte si je, ať můžete tento program sledovat. Pozor, je nebezpečí, že tento program bude špatný, bude poškozující, a pak počítejte s tím, že se vaše přijímače poškodí; vznikne v nich nová, škodlivá informace, která se bude šířit dál a bude poškozovat další orgány. Nebude-li vysílač zodpovědný, hodný a milý, nic dobrého od něj čekat nemůžeme.

MUDr. Josef Jonáš

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz a archiv

Nemoci dutiny ústní



V dutině ústní se mohou, stejně jako na jiném místě těla, projevit různé druhy lokálních (místních) onemocnění: vrozené či získané vývojové vady, záněty nejrůznějšího původu, nádory nezhoubného i zhoubného charakteru, onemocnění zubů, důsledky úrazů, špatné životosprávy i nedostatečné hygieny.

Na sliznici dutiny ústní se zobrazuje mnoho patologických stavů, probíhajících jinde v organismu. Dutina ústní je začátkem trávicí soustavy, má tedy přímý vztah k onemocněním trávicího ústrojí (povlaky na jazyku při zánětech žaludku apod.). Sliznice dutiny ústní je také zrcadlem správné funkce oběhového a dýchacího systému, detoxikační funkce jater či ledvin. V dutině ústní se projevují příznaky onemocnění nejen dalších úseků trávicího ústrojí, ale i poruchy krvetvorby, nedostatek vitaminů nebo minerálů, metabolická onemocnění, některá celková onemocnění virového, bakteriálního, kvasinkového původu, dokonce i některé intoxikace (otravy).

Anatomicky má dutina ústní blízko k dýchacímu ústrojí, proto při zánětu dýchacích cest může probíhat např. zánět dásní.

Chronické intoxikace v dutině ústní

Otrava olovem (saturnismus) z olověných barev, akumulátorů, ve slévárnách apod. se projevuje zbarvením okrajů dásní sirnanem olovnatým.

Otrava rtutí (merkurialismus) vdechováním par rtuti v průmyslové výrobě se projevuje tmavohnědým zbarvením okrajů dásní a zvýšeným slněním.

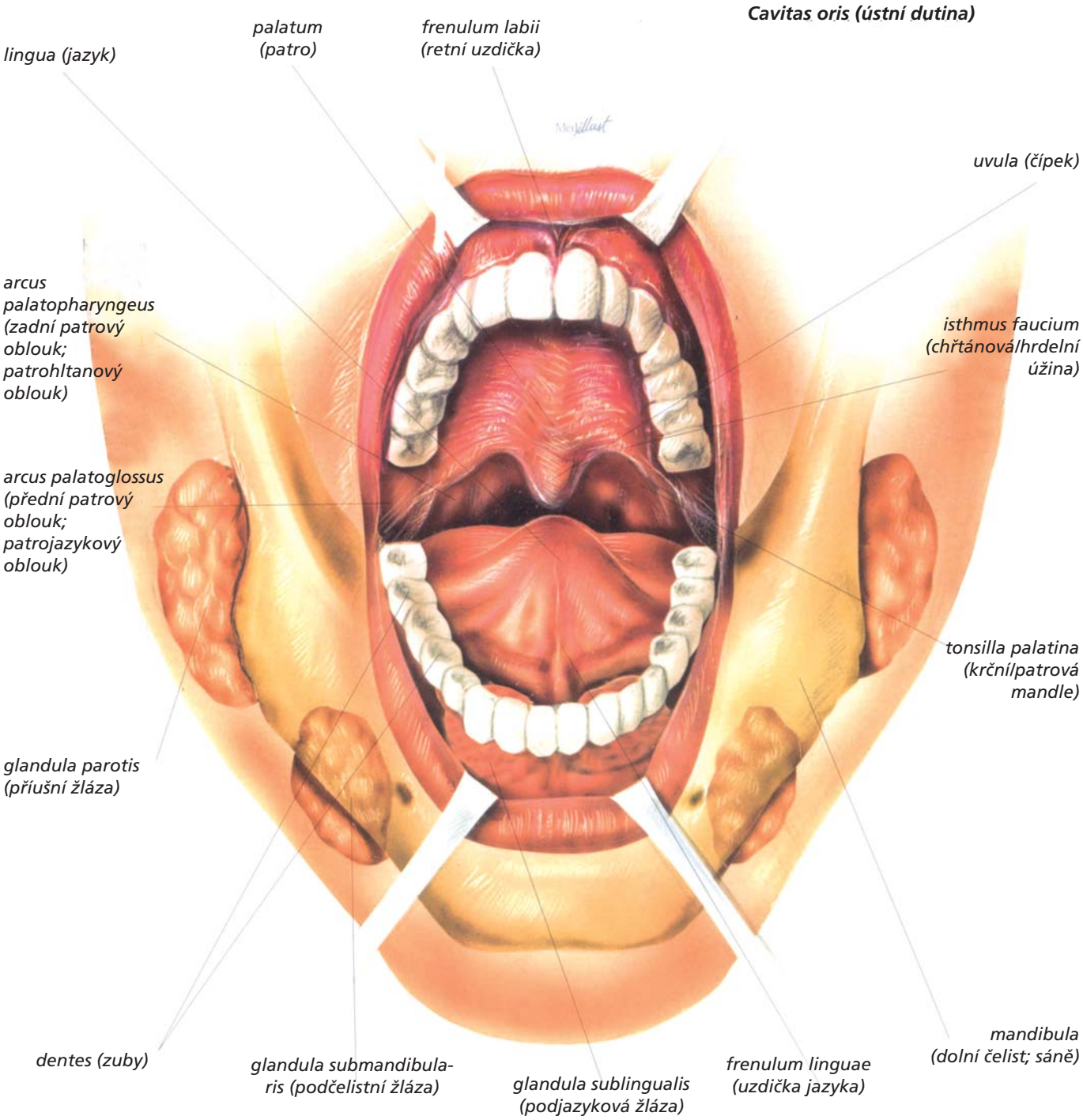
Záněty dutiny ústní

Zánět je biochemická a imunologická reakce organismu na poškození s cílem odstranit poškozené buňky, zabránit průniku cizorodých látek nebo původců chorob do těla a případně obnovit poškozenou tkáň.

Mezi nejčastější nebo nejznámější příčiny zánětů v dutině ústní patří původci bakteriálních a virových onemocnění. Mohou vyvolat místní potíže buď na sliznici dutiny ústní jako celku, nebo se projeví zánětem např. v dásni, zubní dřeni, slinných žlázách, na jazyku, rtech apod.

Záněty bakteriálního původu

Záněty tohoto typu se vyskytují při vážném zanedbávání ústní hygieny, u osob se sníženou obranyschopností, jako komplikace při cukrovce, při hypovitaminóze, ja-



ko komplikace zánětů vyvolaných mechanickou, chemickou nebo fyzikální příčinou.

Jako původci bakteriálních zánětů se uplatňují choroboplodné (patogenní) bakterie stafylokoky, streptokoky apod., ale i další mikroorganismy, které jsou u zdravého člověka běžnou součástí tzv. ústní bakteriální mikroflóry, avšak při oslabení organismu mohou vyvolat zánět. Závažný bakteriální zánět představuje akutní nekrotická ulcerující gingivitida (zánět dásní s vředy a odumřelou tkání).

Zánětlivými změnami v dutině ústní se manifestují i některá onemocnění, např. spála (skarlatina) – tzv. malinový jazyk, syfilis, TBC, aktinomykóza.

Záněty virového původu

Záněty virového původu se většinou šíří kapénkovou infekcí nebo přímým kontaktem, eventuálně společným používáním předmětů (skleničky, ručníky, rtěnky, balzámy na rty) apod.

Viry jsou původci např. těchto onemocnění s projevem v dutině ústní a okolí:

Gingivostomatitis herpetica (zánět sliznice dutiny ústní a dásní)

Většinou se jedná o prvotní nakažení *Herpes simplex* virem (obvykle typ HSV-1), který po prodělání této nemoci zůstává v klidové formě v nervových gangliích; může být znovu „probuzen" vyvolávacími faktory a způsobovat opakované výsevy oparů na rtech (*Herpes labialis*) nebo na kůži.

Inkubační doba je kolem 5–7 dní, kdy se projeví první nespecifické příznaky. O několik dní (1–4) později se na zánětlivě změněné sliznici dutiny ústní v oblasti dásní, měkkého nebo tvrdého patra, tváří, jazyka nebo i na rtech objeví puchýřky, po jejichž prasknutí vznikají eroze. Organismus bývá před onemocněním z různých důvodů oslaben.

Onemocnění je po celou dobu bolestivé, je doprovázeno sliněním, nepříjemným zápachem z úst, velmi ztěžuje mluvení a příjem potravy i tekutin a ústní hygienu.

Nenastanou-li komplikace, příznaky onemocnění postupně odeznívají a k vyhojení

zánětu dochází za 10–14 dní. Komplikacemi mohou být následné bakteriální nebo plísňové infekce v narušené sliznici dutiny ústní.

Opar (*Herpes labialis*)

Je to virové infekční onemocnění, projevující se vznikem zánětlivé léze – nejčastěji na rtech, ale i jinde na kůži.

Nejprve dochází v místě vytvoření oparu k pocitu svědění, pálení nebo napětí. Během několika hodin zde dojde k zarudnutí a výsevu pupínků, zpravidla další den se pupínky změní na puchýřky, které se slévají a posléze praskají a místo mokvá. Nedojde-li k druhotné bakteriální infekci, tvoří se žlutavý až hnědý strup, pod nímž probíhá hojení a strup se potom odloučí. Hojení bez komplikací trvá asi týden, pokud se strup předčasně nestrhne. Při komplikacích může léze hnisat, nehojí se, může se šířit do okolí.

Původcem onemocnění je opět *Herpes simplex* virus. Virus se dostává do těla sliznicí nebo porušenou kůží. Některé zdroje uvádějí, že k prvnímu kontaktu s virem dochází bezpříznakově nejčastěji v dětství nebo mládí, jiné zdroje popisují, že první kontakt s virem se projevuje jako zánět dásní a sliznice dutiny ústní (gingivostomatitis) nebo zánět hltanu (faryngitis). Virus se po odeznění nemoci následně bez příznaků usídluje v těle (v nervové buňce) a za určitých okolností může být opakovaně aktivován. Tehdy se přesouvá do kožních buněk, nejčastěji v oblasti rtů, kde se rychle množí a kožní buňky poškozuje.

Vyvolávacími faktory jsou např. stres, horečka, prochlazení, vyčerpání, únava, oslabení imunitního systému, opalování, hormonální nerovnováha apod. Tyto aktivátory vzniku oparu jsou u každého člověka jiné.

Jedna lékařská studie se zabývala sledováním vlivu aminokyselin z potravin na růst a množení herpetických virů (virů oparu) a došla k závěru, že aminokyselina arginin růst virů oparu podporuje, naopak aminokyselina lyzin růst virů potlačuje. Jedním z aktivátorů vzniku oparů může tedy být i konzumace mandlí, ořechů, čokolády nebo želatiny, které mají vysoký poměr mezi argininem a lyzinem (tzn. arginin je ve velkém nadbytku).

Jsou však i virová nebo bakteriální onemocnění, která mají zánětlivé změny v dutině ústní jako jeden z mnoha příznaků. Záněty se mohou projevovat jako prosté katarální změny (zarudnutí, otok, bolest), nebo se vytvoří puchýřky, vřídky (afty), hnisavá ložiska (povlaky, abscesy, cysty), pablány, povrchové nebo hluboké vředy nebo nekroticky změněná tkáň. V závislosti na druhu, lokalizaci a intenzitě onemocnění mohou doprovázet zánět v dutině ústní bolestivé obtíže při příjmu a prvotním zpracování potravy (žvýkání), při polykání, mluvení, ale i při pohybu hlavy (zánět slinných žláz), dále nadměrné slinění nebo nepříjemný zápach z úst. Často se současně vyskytují i zánětlivé změny v hltanu (např. hltanových řasách, mandlích).

Záněty kvasinkového původu

Původcem tohoto druhu zánětu jsou jednobuněčné houbové mikroorganismy kvasinky z rodu *Candida*, které jsou součástí běžné mikroflóry dutiny ústní i dalších úseků trávicího traktu, zejména střeva. U zdravého člověka je množství kvasinek v rovnováze s dalšími prospěšnými mikroorganismy na sliznicích, takže nezpůsobují obtíže. Za určitých pro ně příznivých okolností se však kvasinky mohou přemnožit a následně se projevují svojí patogenitou. V dutině ústní kvasinka *Candida albicans* způsobuje tzv. kandidózu dutiny ústní, moučnivku (soor), kdy se na jazyku a sliznici dutiny ústní tvoří bílé pablány na zarudlé spodině. Kvasinky se mohou dostat i do krevního oběhu a jím mohou být rozneseny do důležitých orgánů a tkání (plic, jater atd.). Obdobná situace jako v dutině ústní může nastat i ve střevě, odkud se mohou kvasinky dostat i do močopohlavního ústrojí a způsobit záněty močového měchýře a močových cest nebo chronické gynekologické záněty u žen.

K přemnožení kvasinek dochází:

- při snížení imunity organismu
- u pacientů s cukrovkou
- u kuřáků
- po léčbě antibiotiky
- při hormonální nerovnováze (v pubertě, těhotenství, při nedostatečnosti některých žláz produkujících hormony)
- při užívání antikoncepce a některých dalších léků apod.

Růstu kvasinek napomáhá nedostatečná ústní hygiena, konzumace plísňových sýrů, konzumace staršího, špatně skladovaného ovoce a zeleniny nebo alkoholu, ale nejvíce strava bohatá na škrob a cukry, kterých je v dnešní době v potravě lidí velký nadbytek.

Záněty alergického původu

Alergie je specifická reakce citlivěji vnímavého jedince na přítomnost alergizující látky (alergenu). V dutině ústní se mohou vyskytnout:

- lokální alergické reakce (vzniklé při kontaktu alergenu se sliznicí), které se projevují jako svědění, pálení, zarudnutí, otok, krvácení, puchýře, afty
- místní projevy celkové alergické reakce – zarudnutí, otok měkkých tkání v dutině ústní

Alergenem mohou být určité složky v potravinách, lécích, vakcínách, kosmetice, čisticích prostředcích, z biologických alergenů jsou nejčastější včelí jed, peří, zvířecí srst, prach, roztoči atd.

Záněty jiného původu

Aftózní stomatitida – afty

Afty patří k nejčastějším onemocněním v dutině ústní. Na sliznici se jednotlivě nebo mnohočetně tvoří povrchové vřídky pokryté bělavým povlakem, okolí bývá zarudlé. Místem výskytu může být vnitřní strana rtů, dásně, sliznice tváří i patro. Vřídky jsou velmi bolestivé. Druhotně může dojít k infikování aft bakteriemi a kvasinkami.

Onemocnění má tendenci opakovaně se vracet, proto bývá také nazýváno jako chronické recidivující afty, kdy se střídají období klidu s obdobím výsevu vřídků.

Příčina onemocnění není přesně známa. Afty se mohou vyskytnout po mechanickém poškození sliznice, uvažuje se o imunologických faktorech, častější výskyt aft je u osob s deficitem železa, kyseliny listové nebo vitaminu B_{12}. Často se vyskytují u osob s potravinovou alergií nebo intolerancí. V neposlední řadě jsou afty jmenovány jako možné nežádoucí vedlejší projevy při užívání některých léků.

Anguli infectiosi – zánět ústních koutků

Je to poměrně často se vyskytující problém u všech věkových kategorií. Projevuje se jako jednostranná nebo oboustranná trhlina se zarudnutím (tzv. prasklý ústní koutek), doprovázená svěděním nebo pálením. Zanícený koutek může také mokvat a později se mohou tvořit krusty, po jejichž předčasném stržení se objevuje i drobné krvácení. Hojení komplikuje zvlhčování ústního koutku olizováním (např. při příjmu potravy a tekutin), krusty také mnohdy prasknou při zívání či mluvení a trhlina se prohlubuje.

Příčiny vzniku mohou být různorodé:

- povětrnostní vlivy (vítr, slunce, mráz)
- stomatologické problémy (u dětí např. slinění při prořezávání zubů)
- jeden z příznaků přemnožení kvasinek (u diabetiků)
- jako vedlejší příznak dalších chorob (onemocnění žaludku, nedostatek vitaminu B_2, železa)

Paradentóza

Paradentóza je zánětlivé onemocnění dásní a závěsného aparátu. Je kromě zubního kazu jednou z nejčastějších nemocí dutiny ústní. Odhaduje se, že až 80 procent lidí trpí paradentózou.

Paradentóza neboli parodontitida se projevuje v několika stadiích a vzniká působením bakterií, které se usazují na zubech a dásních. Ty uvolňují toxiny, které dásně poškozují, vznikají bolestivé záněty, které nejdřív napadají dásně, potom se rozšiřují i na závěsný aparát, který plní funkci pevného ukotvení zubu.

První stadium se projevuje mírným otokem a zarudnutím. Doprovází ho občasné krvácení z dásní, především při jídle a čistění zubů. Může se objevit nepříjemný pocit a zápach z úst. V tomto stadiu je prevence i léčba nejúčinnější.

Druhé stadium znamená už rozvinutý zánět. Objevuje se bolest, nepříjemné brnění, tlak a napětí. Dásně jsou zarudlé, otek-

lé, mezi zubem a dásní vznikají kapsy, které se plní hnisem. Nejprve se obnažují zubní krčky, poté se zuby rozestupují a začínají se viklat. Krvácení z dásní je časté a pach z úst velmi nepříjemný.

Třetí stadium je charakteristické uvolňováním zubů. Je postižen závěsný aparát a někdy vlivem zánětu ustupuje čelistní kost. Zánět však ohrožuje postiženého komplikacemi. S krví jsou bakterie roznášeny do celého organismu, kde napadají vnitřní orgány (zejména ledviny).

Nemoc obvykle probíhá několik let bez bolestí, a proto také v prvních stadiích nebývá ošetřena. Neléčená parodontitida je nejčastější příčinou ztráty zubů.

Detoxikace dutiny ústní

Při EAV vyšetření nalezneme v dutině ústní celou řadu toxinů. Komplexním preparátem pro detoxikaci ústní dutiny je OroDren, který je ale nutné kombinovat s mnoha dalšími preparáty.

Např. při vyměření těžkých kovů je nutné podat Antimetal a MindDren.

Při opakovaném výsevu *Herpes simplex* je detoxikace vícestupňová:

1. LiverDren, NeuroDren, Cranium, Antivir
2. Lymfatex, VelienDren, CutiDren, Mezeg
3. OkulaDren, Emoce, Streson – nutno vyměřit

Detoxikace oparu není vhodná při akutní formě infekce, proto ji provádíme až v přestávkách mezi recidivami.

Při nálezu zánětu způsobeného kvasinkami použijeme preparát Candid.

Nesmíme zapomínat na nemoci dutiny ústní v důsledku např. glutenové enteropatie. Chybějící vitaminy doplníme pomocí Vitavitu® a Vitatonu®. Minerály pro kvalitní zuby dodáme preparátem Minemax®.

Oschlé rty nás navedou přímo ke slezině a k VelienDrenu.

Mária Vlachová, DiS.

Zdroje: www.paradentoza.net
www.ao-institut.cz
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz
Vigué, J. (ed.): Atlas lidského těla v obrazech. Rebo Productions CZ, Dobřejovice 2008

Komentář MUDr. Jonáše

Detoxikace dutiny ústní

V článku o detoxikaci dutiny ústní bylo vše řečeno, a tak bych si dovolil jen detoxikaci shrnout. Snad by mně v článku chyběla jen zmínka o glosodyniích a glositidách, tedy o bolestech a různých afekcích na jazyku, s nimiž se někdy můžeme setkat.

Základní tkání, kterou je ústní dutina vystlána, je sliznice. Sliznice pokrývá celou ústní dutinu, a proto budeme za vedoucí orgán této části našeho těla pokládat slezinu. Slezina ovládá sliznice, ale také svaly, přičemž mezi svaly (a to dokonce mezi svaly ovládané vůlí) patří i jazyk. Proto se i v tomto případě uplatní slezina.

Kvalitu sliznice budeme zvyšovat především preparátem VelienDren a – jak už bylo řečeno – vhodnými doplňky budou také preparáty MindDren, Antimetal, event. Antichemik nebo Ionyx.

Ústní dutina je místo velmi citlivé na hygienu, a proto je řada zánětlivých procesů způsobena nekvalitní hygienou. Neváhejme používat služeb zubního hygienisty, aby nejen zbavil zuby zubního kamene a vyčistil nepřístupné mezizubní prostory, ale především aby nás naučil čistit zuby, využívat dentální nit a mezizubní kartáčky. V případě špatné hygieny ústní dutiny nebude detoxikace nic platná. Při problémech s ústní dutinou, jak už bylo v článku naznačeno, budeme uvažovat i o nervových vlivech a LiverDrenu, event. o přemnožení plísní – v tomto případě opět využijeme účinků VelienDrenu. Ulevíme tak mnoha lidem, pro které mohou být záněty v ústní dutině nebo různé další problémy velmi nepříjemné.

Nezapomínejme, že v ústní dutině se objevují také potíže autoimunitního původu, např. v podobě sklerodermie, leukoplakie či lichen planus. Detoxikace při těchto chorobách je možná, ale je to již jiná, speciální kapitola.

aktuálně

MUDr. Josef Jonáš bloguje

Drazí čtenáři,
žijeme v moderní době a je zřejmé, že se dominantním komunikačním prostředkem stává internet. Také já bych rád využil možností, jaké tato celosvětová síť nabízí, a chtěl bych se k vám touto cestou přiblížit o další krůček. Založil jsem proto blog, na němž si můžete přečíst jednak zajímavé články z oblasti alternativní medicíny, jednak mé vlastní články, týkající se metody řízené a kontrolované detoxikace organismu.
Najdete zde také moje odpovědi na dotazy, které dostávám od svých klientů. Obsah blogu průběžně doplňuji a aktualizuji.
Budu rád, pokud můj blog navštívíte, a ještě raději, pokud tam také vložíte své komentáře, dotazy nebo příspěvky do diskusí.

Těším se na vás na této adrese:
http://mudrjosefjonas.bloguje.cz/

MuscuDren

Mikrobiální ložiska hledáme v různých tkáních, ze kterých jsou složeny orgány nebo celé systémy našeho těla. Hledali jsme ložiska v kostech, vnitřních orgánech, ale i v kůži, mozku, nervech atd. Doposud jsme mikrobiální ložiska nehledali ve svalech, ale protože se tam nacházejí, bylo třeba je řešit. Proto vznikl preparát MuscuDren.

Nejprve je třeba uvést, že svaly neboli maso je tkáň výhradně pod vlivem sleziny. V současné strategii detoxikace, kdy se podařilo konečně soustředit účinky na jednotlivé okruhy do mateřského orgánu, musíme VelienDren podávat vždy, když budeme chtít detoxikovat svalovou tkáň. Jestliže to neuděláme a podáme izolovaně MuscuDren, je výsledek nejistý. Obvykle se dostaví na přechodnou dobu pozitivní efekt detoxikace, ale zanedlouho se ložiska znovu obnovují, protože se nám nepodařilo zlikvidovat příčinu vzniku ložisek, což je průnik patologické energie z mateřského orgánu do periferní nárazníkové tkáně. Proto by měl být preparát MuscuDren podáván zásadně ve zmíněné dvojici s VelienDrenem.

Příznaky, které nás upozorní na ložiska ve svalové tkáni, jsou různého charakteru. Nejzávažnější jsou tzv. fibromyalgie, což je diagnóza, která se velmi často používá v medicíně západní Evropy a Spojených států. Jde o chronické onemocnění, jehož hlavním symptomem je bolestivost svalů a jejich úponů; k tomu je přidružena únava, často psychické symptomy a bolesti kloubů. Nutno říci, že s tímto onemocněním si současná medicína neví rady. Viděl jsem desítky postižených pacientů, kteří se dokonce sdružují do zájmových spolků, aby hledali na internetu pomoc, spolupracovali s lékaři a navzájem si snižovali emocionální stres ze svého onemocnění.

Méně výrazným problémem je subjektivní pocit svalové slabosti, který mohou pozorovat již lidé středního věku, ale pravidelně se vyskytuje ve vyšším věku. Takový člověk obtížně vstává ze dřepu a jeho svaly se velmi snadno unaví a stanou bolestivými.

Setkat se však můžeme i se vzdálenými symptomy. Je-li obyvatelem mikrobiálních ložisek ve svalech například streptokok, budou na unikající toxin reagovat klouby, ledviny či srdce. Bude-li obyvatelem ložisek borrelie, pak bude podobná reakce vycházet z nervového systému atd.

Pokud nám nestačí k diagnóze mikrobiálního ložiska ve svalech pouhá symptomatologie tak, jak jsem ji popsal, můžeme využít služeb EAM programu. Velmi jednoduše můžeme ložiska ve svalech diagnostikovat z výrazu „svaly“ v anatomii v českém jazyce anebo v latině v kapitole nazvané „musculus“. Můžeme využít i diagnostický údaj v obecných příčinách nemocí, kde si navolíme „infekční ložiska“ a tam si najdeme výraz „ložiska ve svalech“: pozitivní reakce ručičky Salvie nás ubezpečí, že naše domněnky byly správné.

Jak už bylo řečeno, prakticky vždy nalezneme i pozitivní výsledky testování orgánů, jako je slezina, a můžeme si změřit, že příčinou tohoto stavu je emocionální stres. Proto můžeme v psychologickém rozboru takového klienta využít znalostí psychické symptomatologie slezinného okruhu a dotyčnému člověku jasnovidně vylíčit jeho povahu. Půjde o člověka zodpovědného, který si dělá četné starosti především o okolí, a to nejen o nejbližší okolí, ale často i o celý svět. Typickým příznakem psychiky slezinného okruhu je bázeň o sebe, strach z nemoci. Člověk slezinného okruhu je také typem člověka, který hodně o věcech přemýšlí a nesnadno vyvozuje ze svého mozku myšlenky, takže rada „nemyslete na nic“ se bude naprosto míjet účinkem.

MuscuDren je pomocný preparát, který bude mít význam v případě, že řešíme problematiku slezinného okruhu anebo hledáme příčiny reakce na mikrobiální toxin ze vzdálených tkání. V takovém případě navolíme v EAM setu „mikrobiální toxin“, a bude-li pohyb ručičky na Salvii pozitivní, vkládáme k pojmu „mikrobiální toxin“ jednotlivé skupiny orgánů (v tomto případě to bude již zmíněná skupina „svaly“ nebo „musculus“). Vzestup ručičky nás ubezpečí o tom, že zdrojem hledaného toxinu jsou právě zmíněné svaly.

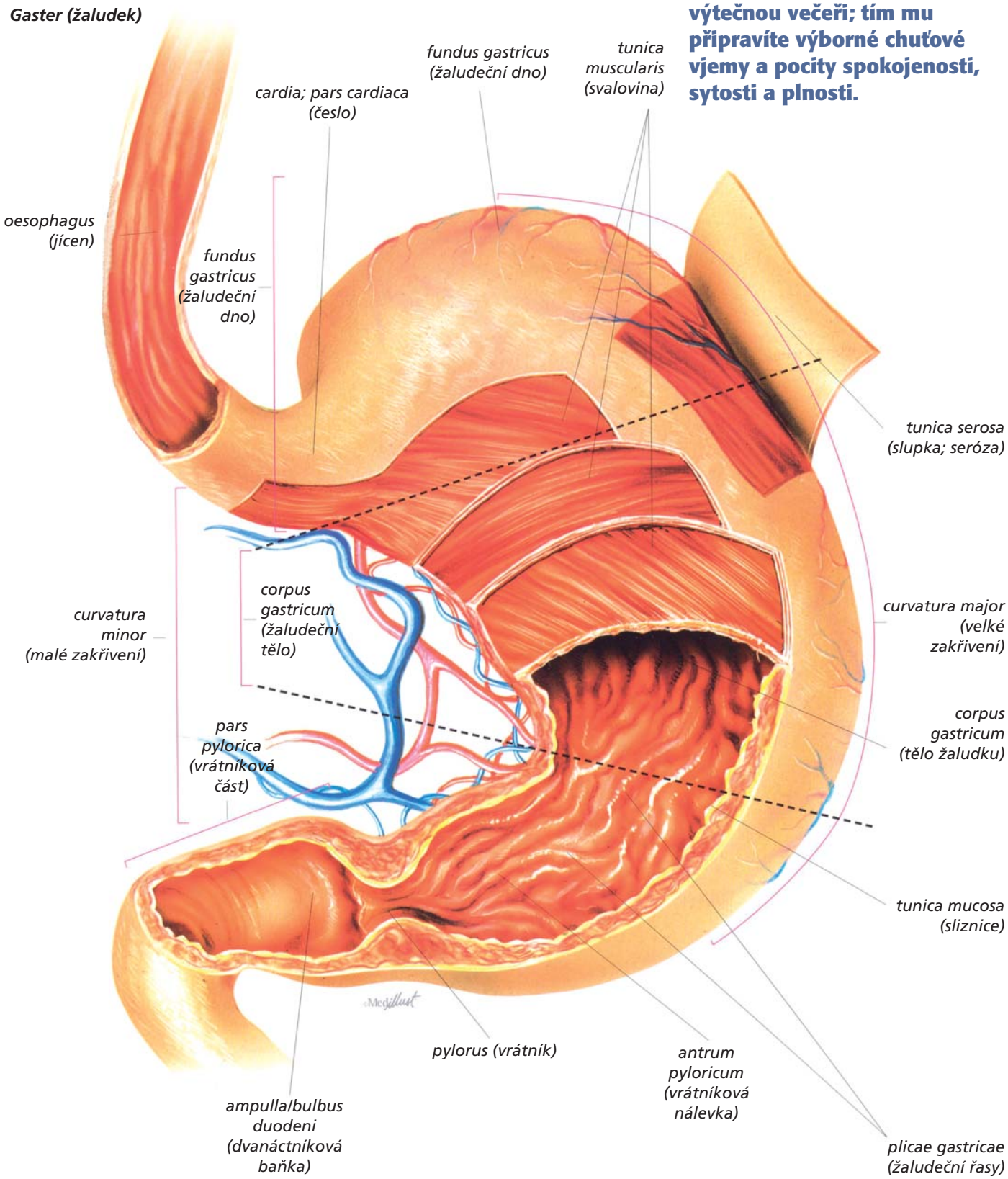
Četnost výskytu ložisek ve svalech je průměrná, není to ani příliš častý, ani vzácný problém. Většinou se k tomuto problému dostaneme přímým dotazem, protože jen málokdo si uvědomuje, že se mu snižuje svalová síla nebo že stisk ruky na noze nebo na ruce bolí. Sami se budou hlásit jen klienti s fibromyalgiemi, protože tato bolest je velmi obtěžující. Vyšší škola detoxikace vezme v potaz možnost vzdáleného působení toxinu ve svalech a bude toxin hledat především ve chvílích, kdy si klient stěžuje na bolestivost kostí, kloubů či šlach a svalů. V komplexu budeme využívat preparát LiverDren, protože sval je obvykle navázán na vazivovou šlachu nebo jinou vazivovou tkáň, jako je aponeuróza apod., a také povlak, který pokrývá povrch svalů (tzv. fascie), je vazivového původu. Proto bude preparát LiverDren věrným průvodcem detoxikace pohybového ústrojí, do něhož svaly patří.

MUDr. Josef Jonáš

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

Žaludek

Staré lidové pořekadlo praví, že láska prochází žaludkem. Jestliže tedy chcete někoho pěkně potěšit a učinit ho spokojeným, uvařte mu skvělé jídlo nebo ho pozvěte na výtečnou večeři; tím mu připravíte výborné chuťové vjemy a pocity spokojenosti, sytosti a plnosti.



Staré lidové pořekadlo praví, že láska prochází žaludkem. Jestliže tedy chcete někoho pěkně potěšit a učinit ho spokojeným, uvařte mu skvělé jídlo nebo ho pozvěte na výtečnou večeři; tím mu připravíte výborné chuťové vjemy a pocity spokojenosti, sytosti a plnosti.

Nervový systém žaludku a ostatních břišních orgánů je právem nazýván druhým mozkem člověka. Řízení chodu orgánů břišní dutiny je zajištěno vegetativním nervovým systémem (nezávislým na vůli člověka), respektive jeho speciální částí – enterálním nervovým systémem. Toto řízení tedy probíhá pod vědomím člověka – autonomně. Jen některé pochody a metabolické procesy probíhající v žaludku jsou řízeny z mozku; ty ostatní se spouštějí přímo povely vznikajícími v břišní dutině (například tlak stěny duodena a žaludku pro řízení posunu potravy nebo obsah tuků v žaludeční tráveninu).

Jakmile potrava vstoupí do žaludku, nervový systém gastrointestinálního traktu (žaludku a střev; GIT), obsažený v podslizničních strukturách, je schopen rozpoznat, o jaký druh potravy jde, jaká je míra naplnění vnitřních orgánů, je schopen detekovat toxicitu potravy a je také schopen na tyto podněty sám reagovat.

V nervovém systému řídícím žaludek se uplatňují některé z týchž nervových přenašečů, které zajišťují nálady v mozku; na prvním místě uveďme hormon spokojenosti serotonin. Serotonin produkují (a detekují prostřednictvím serotoninových receptorů) nejen nervové buňky v mozku, ale také nervové buňky GIT. Zde tedy máme vědecký důvod, proč láska skutečně prochází žaludkem…

Žaludek, jícen a hltan přináležejí k okruhu orgánů sleziny, slezina tedy nad těmito orgány vládne. Z detoxikačního pohledu metody C. I. C. (řízené a kontrolované detoxikace – Controlled Inner Cleansing), která vychází z čínské medicíny a odůvodňuje její principy, platí jedno zásadní pravidlo: pokud chceme trvale a dlouhodobě upravit činnost a stav tkání žaludku, hltanu nebo jícnu, je třeba v první řadě detoxikovat orgán základní – slezinu, a to i přesto, že pacient nemusí cítit vůbec žádné problémy nebo pocity v oblasti sleziny, ba ani v celém životě nemusel mít se slezinou nikdy žádné problémy. Na detoxikaci sleziny i dalších orgánů okruhu sleziny použijeme preparát Joalis VelienHelp a Joalis VelienDren.

Pro úplnost dodejme, že slinivka břišní (enzymatický mozek a továrna metabolického systému) je ještě dalším velkým orgánem, který jsme zatím nezmínili a který také patří do okruhu orgánů sleziny.

Žaludek je vakovitý orgán umístěný v horní části břišní dutiny pod bránicí. Jeho velikost se mění podle míry naplněnosti jídlem, žaludek dospělého člověka pojme až dva litry rozmělněné potravy.

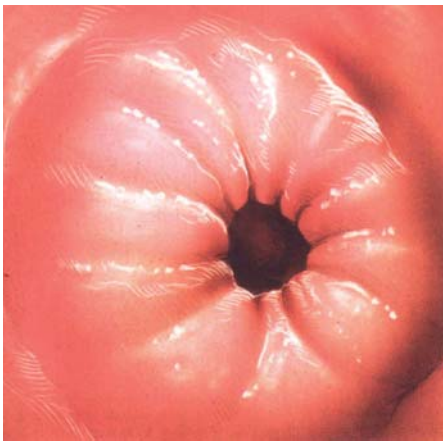
Potrava se dostává do žaludku jícnem, ústí jícnu do žaludku se nazývá kardie. Před ústím do žaludku se nachází tzv. jícnový svěrač – sval, který je v klidovém stavu stažený tak, aby rozmělněná potrava a žaludeční šťávy nepostupovaly zpětně ze žaludku nahoru. Při polykání se tento svěrač reflexně povoluje. Jeho ochablost bývá příčinou tzv. pálení žáhy. Na kardii navazuje samotné tělo žaludku, které je nad kardií vyklenuto směrem vzhůru. Směrem dolů se žaludek vyklenuje v pylorus (vrátník), za pylorem pokračuje trávicí trubice dvanácterníkem, mezi pylorem a dvanácterníkem je opět svěrač, který pylorus od dvanácterníku odděluje.

Sliznice žaludku je složena v podélné řasy. Sliznice obsahuje žlázky, které mají za úkol jednak produkovat žaludeční šťávu potřebnou k trávení, jednak vyrábět hlen, kterým se sliznice žaludku pokrývá za účelem ochrany sliznice tak, aby stěna žaludku nebyla natrávena. Obecně jsou sliznice a jejich zdravotní stav, tedy i produkce mucinu (hlenu), „pod vládou" okruhu sleziny, takže příliš velké starosti poškozují nejen nervový systém střeva, ale také ochranu sliznic, a to může přispět k tvorbě žaludečních nebo dvanácterníkových vředů…

Žaludek slouží k rozmělnění potravy a její přípravě k natrávení – průchodu sliznicemi tenkého střeva. V žaludku tedy nedochází k vstřebávání látek z potravy s výjimkou alkoholu, některých léků a solí.

Pro trávení potravy je důležitá tvorba a funkce žaludeční šťávy, které se vytvoří asi dva až tři litry za 24 hodin; záleží na množství přijaté potravy, neboť tvorba žaludeční šťávy je z velké části stimulována naplněností žaludku, tj. tlakem na jeho stěny. Žaludeční šťáva je bezbarvá, silně kyselá tekutina obsahující kyselinu chlorovodíkovou (HCl), trávicí enzymy pepsin, chymozin (u kojenců) a žaludeční lipázu.

Žaludeční řasy (endoskopický obraz)



Pylorus (endoskopický obraz)

HCl (kyselina chlorovodíková) nabobtnává vazivové struktury bílkovin v potravě (denaturuje je, tedy ruší jejich původní „sbalenou" strukturu), rozkládá zeleninu, usmrcuje choroboplodné zárodky (např. plísně) obsažené v potravě, celkově dezinfikuje žaludeční obsah, aktivuje enzym pepsin.

Enzym pepsin v žaludku částečně štěpí bílkoviny, a to v určitých místech, která jsou pro něj charakteristická (stále mezi dvěma stejnými spojeními aminokyselin), další štěpení bílkovin je zajišťováno až slinivkovými proteázami (obecně enzymy štěpící bílkoviny).

Úloha žaludeční lipázy, tj. enzymu, který štěpí tuky, je nepatrná. Hlavní štěpení tuků nastává až v dalších částech GIT za mocného působení jaterní žluči.

Velmi důležitá je mechanická práce žaludku. Aby mohla být potrava strávena, musí se rozdělit na co nejmenší částečky. První dělení potravy, která byla v ústech již přežvýkána, na tráveninu probíhá mechanickým působením stěn žaludku. Svalstvo žaludku vykonává pomalé a rytmické stahy (dva až čtyři za minutu). Intenzitu a frekvenci stahů stimuluje jednak naplněnost žaludku, jednak jeho obsah. Například příliš tučné jídlo způsobí, že se sliznice žaludku obalí tuky, a ty pak tlumí žaludeční stahy. Poněkud méně tlumí žaludeční stahy

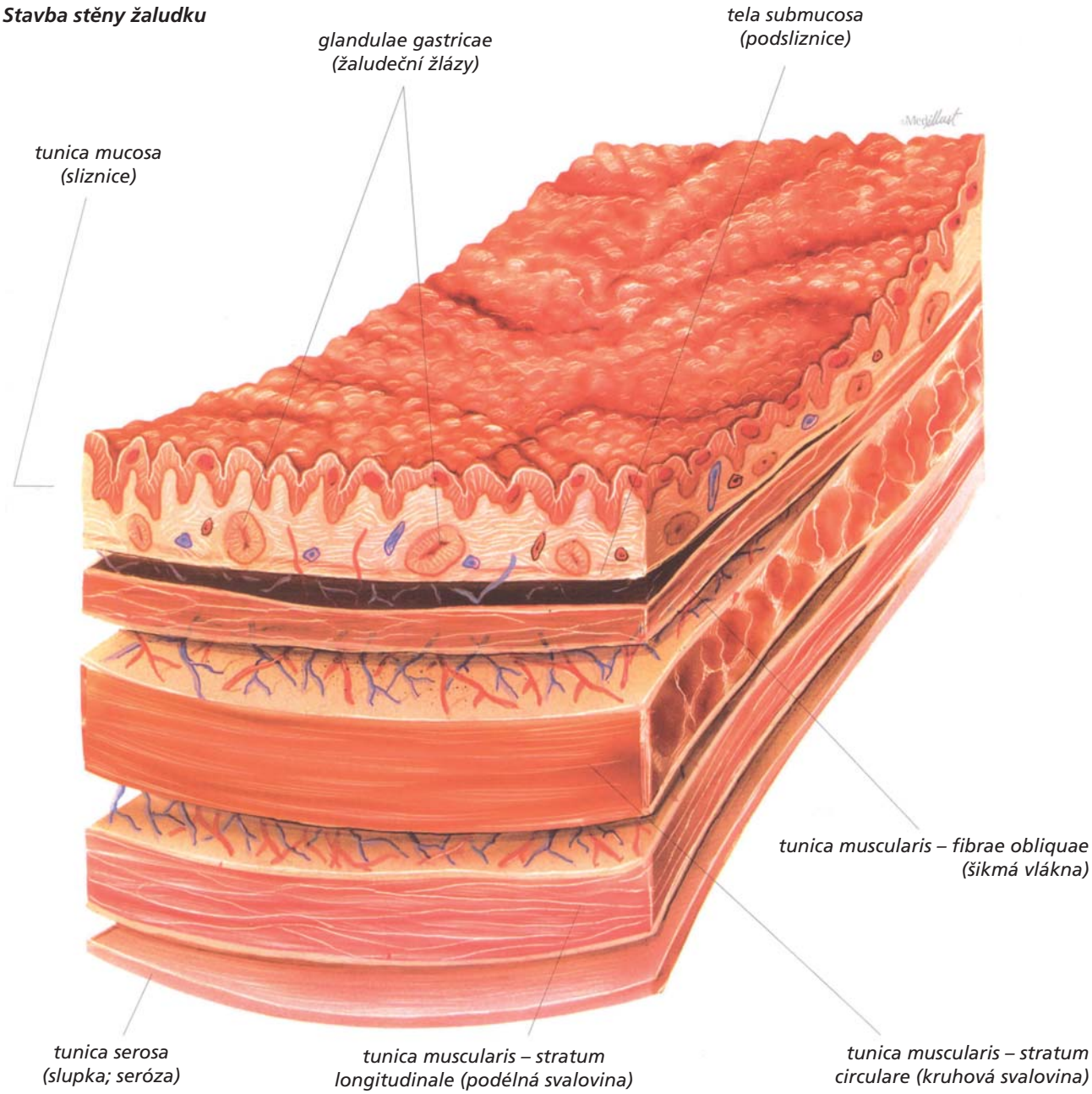
Věděli jste, že…

… žaludek se může po jídle zvětšit až dvacetinásobně?

… s některým stadiem peptického vředu má zkušenost kolem deseti procent obyvatelstva vyspělých zemí?

… zdravý dospělý člověk sní ročně asi půl tuny potravy?

Stavba stěny žaludku



bílkoviny a nejméně cukry. Vstřebávání cukrů do krve tedy probíhá nejrychleji ze všech základních složek potravy.

Podle obsahu tráveniny a denní doby (například v noci pracuje žaludek podstatně pomaleji, potrava přijatá na noc se proto zpracovává často až ráno!) zůstává potrava v žaludku různě dlouho. Potrava bohatá na cukry opustí žaludek již po třech hodinách, těžké knedlo-vepřo-zelo, pořádně tučné a omaštěné, zhruba za osm hodin.

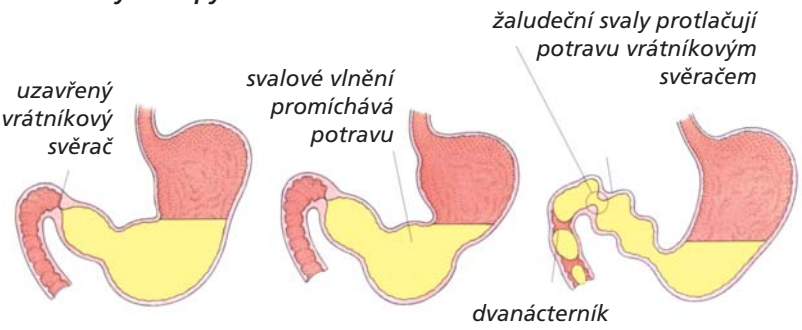
V kultuře stolování a v pořadí, v jakém za sebou následují jednotlivé chody, se objevují velmi často zvyklosti, které mají svůj fyziologický základ v činnosti žaludku a přispívají k lepšímu zažívání:

- Malý sladký zákusek, podávaný na konec hostiny s malým kafíčkem, urychlí celkové trávení a vyprázdnění žaludku. Jídlo bohaté na cukry zůstává v žaludku kratší dobu a sladkost na závěr si žaludek „pamatuje" jako poslední.
- Malý alkoholický likér (digestiv) po vydatném, zvláště tučném jídle stimuluje žaludeční sliznici a zvyšuje tvorbu žaludečních šťáv. Alkohol (jako jedna z mála látek) dráždí sliznici a stěnu žaludku a vstřebává se přes ni.

Na seminářích i v tiskových materiálech to zaznívá neustále, ale opakování je matka moudrosti, a proto zopakujme: s okruhem sleziny (a tedy i se žaludkem) se spojuje emoce starosti, přemýšlení, rozebírání, péče o někoho, myšlenky na jídlo, starost o majetek, snaha udržet si hmotný majetek a určitý prospěch, tendence starat se o druhé, tendence brát si starosti a problémy druhých systematicky za své…

Pokud je výše uvedených starostí příliš, pak takového člověka často bolí žaludek, protože je příliš vyčerpáván touto slezinovou emocionalitou (přes vegetativní nervový systém je příliš aktivován z příslušných mozkových struktur limbického systému mozku, který je odpovědný za probíhající lidské emoce). Chceme-li tedy vyrovnat koloběh energie ve slezinovém okruhu, snažme se vyrovnat podíl svých vlastních tělesných a hmotných potřeb s potřebami lidí okolo tak, aby nepřevyšovalo ani jedno, ani druhé, tj. aby se člověk na jedné straně nestal dobrovolným sluhou potřeb druhých lidí, na druhé straně aby se nestal sebestředným člověkem rozebírajícím neustále svoje vlastní potřeby na úkor druhých. Právem jsou orgány

Pohyb tráveniny mezi pylorem a duodenem



okruhu sleziny, tedy i žaludek, spojeny s prvkem (archetypem) země. Jsme tedy se zemí a s její úrodnou hlínou spojeni materiálními potřebami, k Zemi jsme připoutáni gravitační silou. Najít rovnováhu mezi sebou samým a potřebami lidí okolo nás je výzvou pro každého člověka, právem se slezinová emocionalita starosti nazývá emocí středu.

Možná jste si někdy všimli, v kolika lidových úslovích se objevuje slovo žaludek (např. *„Leží mu to v žaludku…“* nebo podobné *„Nemůže to strávit…“*).

Emocionálně to znamená, že na konkrétní událost dotyčný neustále myslí, ustavičně o ní mluví, přemýšlí o ní a rozebírá ji stále dokola… A to je právě ta slezinová emocionalita, která si potom v mysli člověka dělá, co chce (*„šrotuje“*), a kterou by tedy člověk měl správně umět zastavit, aby mu nevyčerpávala energii žaludku i celého slezinového okruhu.

Tyto myšlenkové pochody, které mohou dojít až k obsesivnímu chování (neustálému opakování myšlenkových smyček a rituálního chování) – myšlenkovým „pastím“, se dají změnit detoxikací konkrétních mozkových struktur a následným rozrušením starých myšlenkových modelů a jejich nahrazením jinými, aktivnějšími. Podíváme-li se na slezinovou emocionalitu z hlediska vizualizační techniky (Umění emocí), pak emoce starosti (země) je překonána/přemožena emocí akčnosti, kreativity, zdravé agresivity (dřevo, rostlina).

Pokud tedy jedinec nemůže zastavit proud myšlenek a myslí na tytéž věci stále dokola, může mít takové obyčejné přesazování salátů ve skleníku (nebo pouhá vzpomínka na tuto činnost) na jeho emocionalitu blahodárný účinek: při této činnosti se jeho mysl naladí na tyto archetypy (sazenice = dřevo, půda = země) a obtížné starostlivé myšlenky vymizí.

Jakým způsobem tedy budeme přemýšlet při detoxikaci žaludku a jaké preparáty budeme používat?

Pro očistu celého okruhu sleziny, do něhož žaludek, hltan i jícen spadají, použijeme přípravky Joalis VelienHelp a VelienDren.

Pro detailnější detoxikaci žaludku je připraven podrobnější preparát Joalis Gastex.

Nervový systém žaludku i celého GIT očistíme preparáty Joalis Enternal a Joalis Vegeton.

Pro harmonizaci emocí spojených s okruhem sleziny máme na výběr (měřme přístrojem Salvia):
- Joalis Nodegen
- Joalis Emoce
- Joalis Streson
- Joalis StressHelp

Pro detoxikaci neurohormonálního řízení činnosti žaludku z mozku, tedy z mozkových tkání, máme na výběr hned z několika preparátů (opět je nejlepší proměřit jejich vhodnost na Salvii):
- Joalis MindHelp
- Joalis MindDren
- Joalis Cranium
- Joalis EmoDren
- Joalis NeuroDren
- Joalis Hypotal

Ing. Vladimír Jelínek

Ilustrace: Vigué, J. (ed.): Atlas lidského těla v obrazech. Rebo Productions CZ, Dobřejovice 2008
Walker, R.: Velká rodinná encyklopedie Lidské tělo. Slovart, Praha 2003 (obr. Pohyb tráveniny)

Náš tip

A na úplný závěr náš tip: Pokud máte sklony k velké zodpovědnosti, berete si problémy druhých za své, jste až příliš svědomitým pracovníkem, pak vás možná ve stresových situacích někdy bolí žaludek. Noste stále s sebou preparát Joalis VelienHelp a vezměte si jednu tabletu právě v okamžiku, kdy se vám v hlavě honí těžké myšlenky o starostech, kdy rozebíráte události a v myšlenkách se „staráte o druhé lidi“. Okamžik prožívané emoce je právě tím pravým okamžikem, který se má setkat s přijatou tabletou, chvíli podrženou v ústní dutině. Tento postup dokáže tuto emocionalitu uvolňovat…

zachyceno v síti

Hranolky jsou příčinou depresí

Riziko deprese zvyšuje mnoho různých faktorů: genetické předpoklady, vyšší hladina cukru, spánková porucha, nemoci, alkohol a drogy, dokonce i obavy o práci, pouliční světlo a ženské pohlaví. Španělští vědci nedávno přišli se zprávou, že riziko této duševní poruchy zvyšuje i konzumace hranolků, resp. transmastných kyselin a saturovaných tuků, které jsou v nich obsaženy.

Autoři studie zkoumali šest let stravování a životní styl více než dvanácti tisíc dobrovolníků. Na začátku studie z nich netrpěl depresí nikdo, na konci studie 657 účastníků. Při bližším pohledu onemocněli právě hlavně ti, kteří holdují nezdravým tukům: riziko depresí je u nich vyšší zhruba o polovinu. Naopak olivový olej, další rostlinné oleje a maso tučných ryb, které jsou bohatým zdrojem nenasycených mastných kyselin, prý podle výsledků studie naopak rizika duševní poruchy snižují.

Autoři výzkumu se však bohužel nezabývali tím, jaký vliv mají hranolky na vznik deprese po odečtení vlivu slunečního svitu, spánkových poruch, pohlaví, nemocí, konzumace drog a genetického dědictví.

Faktem ale zůstává, že pokud lidé omezí nezdravé tuky, prospějí tím nejen své mysli, ale také cévám, srdci, kloubům a dalším orgánům.

Zdroj: MF DNES, 4. 2. 2011

V hlavní roli: *Helicobacter pylori*

Helicobacter pylori a gastrointestinální projevy u dětí

***Helicobacter pylori* je neinvazivní mikrob adaptovaný na dlouhodobé přežívání v agresivním kyselém prostředí žaludku. Jeho hostitelem je každý druhý člověk na světě. Bylo prokázáno, že infekce tímto mikrobem má přímou souvislost se vznikem chronické gastritidy a peptických vředů. Tento objev byl dokonce oceněn Nobelovou cenou za lékařství a fyziologii za rok 2005 pro australské lékaře Warrena a Marshalla. Přesto se nedoporučuje jeho plošná eradikace.**

Kdy, kde a jak dojde k infekci

H. pylori se vyskytuje po celém světě a prevalence vykazuje výrazné geografické i populační rozdíly. Socioekonomické podmínky hrají s největší pravděpodobností hlavní roli v celosvětovém rozdílu ve výskytu mezi rozvojovými a rozvinutými zeměmi. K získání infekce dochází typicky v dětském věku, s největší pravděpodobností již před pátým rokem života. Výskyt postupně stoupá s věkem během celého dětství. U dětí v rozvojových zemích mezi druhým a osmým rokem života je roční nárůst infekce asi deset procent, zatímco údaje ze Severní Ameriky ukazují pouze nárůst jedno procento za rok. Prevalence v rozvinutých zemích se liší významně v závislosti na etnickém původu a věku. Spontánní vymizení infekce *H. pylori* ze žaludeční sliznice je velmi vzácné, bylo pozorováno hlavně u kojenců a batolat. *H. pylori* infekce u dospělých je chronická a nevymizí bez specifické terapie.

V posledních desetiletích byl zaznamenán dramatický pokles výskytu *H. pylori* v západních průmyslově vyspělých společnostech (Severní Amerika, Evropa, Japonsko). Tento pokles je nápadnější u dětí než u dospělých. Hlavními důvody jsou pravděpodobně obecné zlepšování socioekonomických podmínek a hygienického standardu jako prevence přenosu buď přímo eliminací organismu z prostředí, nebo nepřímo prevencí průjmových onemocnění.

V Asii může hrát důležitou roli také významný pokles populačního růstu.

Mechanismus šíření nákazy a všechny rizikové faktory rozvoje *H. pylori* infekce nejsou u dětí známy do všech podrobností. Přenos mikroba z osoby na osobu probíhá pravděpodobně fekálně-orální, orálně-orální nebo gastro-orální cestou. Přenos je možný z matky, dílem se může uplatňovat snad i přenos mezi sourozenci, rizikovým faktorem jsou vícečlenné rodiny v malém prostoru a úroveň vzdělání rodičů. Těsný kontakt mezi jednotlivými členy domácnosti podporuje vzájemný přenos mikroba. Přenos infekce v rodinách je asi mnohem důležitější než mezi dětmi mimo rodinu v kolektivních zařízeních. Vliv kojení a přenos ze zvířat na člověka nebyl dosud potvrzen.

Bakterie žijící v kyselině

H. pylori kolonizuje sliznici žaludečního typu. Nachází se pouze v povrchových vrstvách hlenu v žaludečních jamkách, má jen minimální kontakt s povrchem pomocí adheziv a není schopen proniknout do hlubších vrstev sliznice. Není známo, jakým způsobem neinvazivní mikrob může vyvolávat široké spektrum gastrointestinálních (GIT) i extra GIT chorob.

Věděli jste, že…

… H. pylori je jeden z více než dvaceti mikrobů, u kterých je známa kompletní genetická informace?

Žaludeční sliznice je dobře chráněna proti bakteriální infekci. *H. pylori* je však na toto nepříznivé prostředí adaptovaný různými mechanismy. Po požití překonává bakterie baktericidní aktivitu žaludečního luminálního obsahu a vstupuje do hlenové vrstvy. Jak již bylo řečeno, žije pouze na povrchu žaludeční sliznice a nedochází k průniku do jejích hlubokých vrstev. Mikrob produkuje řadu látek indukujících lokální zánětlivou odpověď, která zahrnuje reakci neutrofilů jako typický projev infekce *H. pylori*, dále T a B lymfocytů, plazmatických buněk, makrofágů a žírných buněk nebo apoptózu. *H. pylori* indukuje mohutnou systémovou a slizniční imunitní odpověď. Produkce protilátek však nevede k eradikaci infekce, naopak může přispívat k tkáňovému poškození.

Nezvaný host způsobuje potíže

Klinický průběh infekce je velmi variabilní a je ovlivněn jak vlastnostmi mikrobiálními, tak vlastnostmi hostitelského organismu. Akutní infekce způsobuje přechodnou pangastritidu s hypoaciditou a jen ojediněle je diagnostikována. Chronická gastritida se vyvine v podstatě u všech trvale kolonizovaných dětí, ale u 80–90 procent pacientů se neobjeví žádné symptomy. Bylo však zjištěno, že i u trvale bezpříznakových infikovaných dětí dochází progresivně ke zhoršování histologických projevů v žaludeční sliznici.

H. pylori se prokazuje v 95 procentech u duodenálních vředů a ve 25 procentech u žaludečních vředů. Od roku 1994 je označen Světovou zdravotnickou organizací (WHO) jako kancerogen I. třídy. Je také dáván do souvislostí s různými extra GIT symptomy. V současnosti není zcela úplně a jednoznačně uzavřen vztah *H. pylori* a specifických symptomů jako recidivující bolesti břicha a non-ulcerózní dyspepsie. Byl však potvrzen vztah mezi chronickou *H. pylori* infekcí a sideropenickou anemií.

Léčit, nebo neléčit?

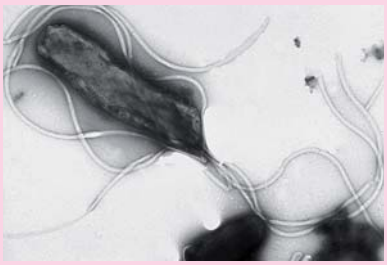
Evropská doporučení v tomto případě indikují eradikační léčbu pouze u biopticky prokázané aktivní *H. pylori*-pozitivní chronické gastritidy s klinickými projevy. Léčba není všeobecně indikována při chybění aktivní infekce nebo klinické symptomatologie, ani jako prevence malignity nebo dalších komplikací v budoucnosti. Za prokázanou aktivní infekci se považuje buď přímý histologický, nebo bakteriologický průkaz.

V současnosti se doporučená léčebná schémata u dětí obecně skládají z blokátoru protonové pumpy v kombinaci s antibiotiky (klarithromycin, amoxycilin, metronidazol). V Evropě je nejpoužívanější schéma založené na trojkombinaci antisekrečního léku (omeprazol, lansoprasol) s dvěma antibiotiky (klarithromycin a amoxycilin). Praktickým problémem je však stoupající rezistence na klarithromycin a výběr léků pro sekundární eradikační terapii po selhání primární eradikační léčby. V klinických studiích byla již také prokázána účinnost probiotik v terapii infekce *H. pylori* u dětí a dospělých.

Zdroj: Sýkora, J.: Helicobacter pylori a gastrointestinální projevy u dětí. In: Pediatrie pro praxi 2/2006

Helicobacter pylori v kostce

charakteristika: gramnegativní, neinvazivní mikrob, v průměru 3,5 x 0,6 μm, adaptovaný na dlouhodobé přežívání v agresivním kyselém prostředí žaludku
popis: typický tvar se třemi spirálami a unipolárně uloženými bičíky (flagelami)
objeven: 1982
výskyt: žaludeční sliznice, popř. jiné úseky GIT (játra, extrahepatální žlučové cesty, tračník)
způsob nákazy: fekálně-orální, orálně-orální nebo gastro-orální cesta
symptomatologie:
- akutní infekce
- primární chronická gastritida
- vředy žaludeční (25 %), duodenální (90 %)
- MALT lymfomy
- adenokarcinom žaludku
- extragastrointestinální projevy
- non-ulcerózní dyspepsie
- recidivující bolesti břicha
- asymptomatické formy infekce



Helicobacter krade železo dětem

Mikrob *Helicobacter pylori* zřejmě svého hostitele „okrádá" o železo. Problém to může být především u dětí, které tento prvek potřebují pro správný vývoj.

Stejně jako jiné bakterie a koneckonců i člověk, potřebuje *H. pylori* ke svému růstu železo. Výzkumníci z Texaské univerzity prověřovali, do jaké míry bakterie odčerpávají železo z dětského organismu.

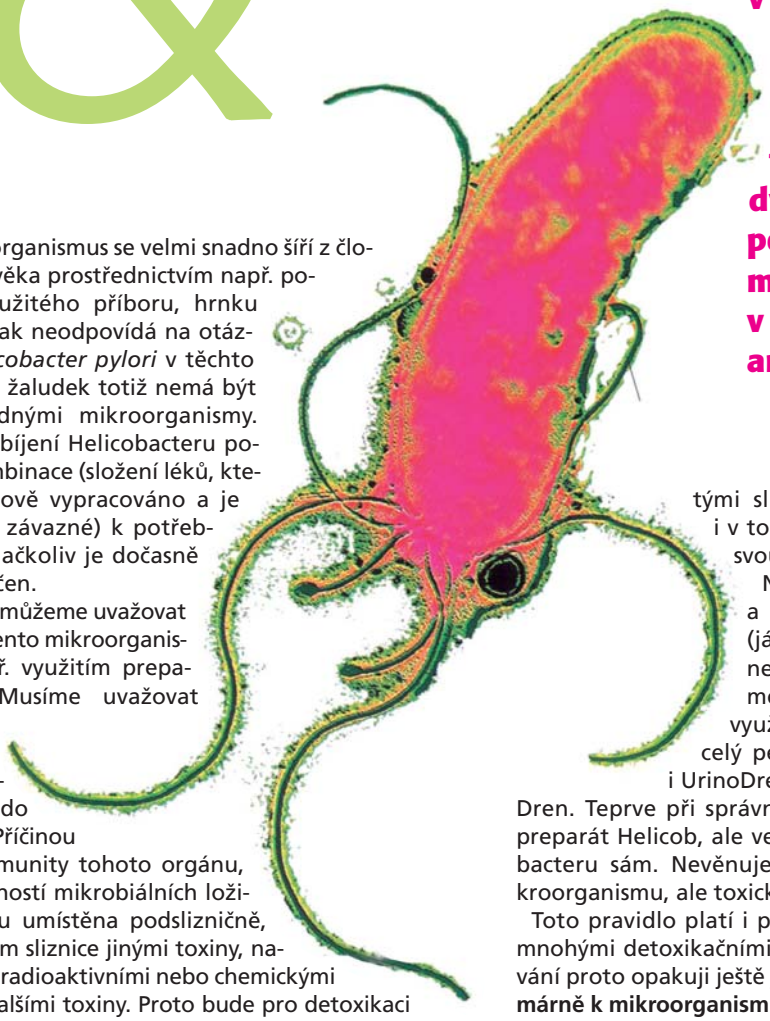
U dětí, které se z infekce vyléčily pomocí antibiotik a léků na snižování kyselosti žaludku, se markery hladiny železa začaly postupně zvyšovat. Děti s pokračující infekcí však měly i nadále sníženou hladinu sérového proteinu ferritinu, který ukazuje na stav zásob železa v našem organismu.

Z výsledků studie vyplývá, že bakteriální infekce u jinak zdravých dětí snižuje hladinu železa v těle a může mít za následek jeho deficit spojený s anemií. Předchozí studie ukázaly, že hladina železa ovlivňuje aktivitu mozku a z dlouhodobého hlediska také úmrtnost a schopnost reprodukce.

Zdroj: www.rozhlas.cz

Helicobacter pylori & detoxikace

Není pochyb o tom, že *Helicobacter pylori* je účastníkem žaludečních zánětů, žaludečních vředů a snad i dalších žaludečních problémů. Jeho přítomnost v žaludku je naprosto nežádoucí. *Helicobacter pylori* se podílí nejen na žaludečních potížích, ale třeba i na vředech dvanácterníkových a bývá popsán také jako mikroorganismus přítomný v jiných orgánech, jako je arteriální stěna apod.



Tento mikroorganismus se velmi snadno šíří z člověka na člověka prostřednictvím např. polibku či použitého příboru, hrnku atd. Medicína však neodpovídá na otázku, proč se *Helicobacter pylori* v těchto místech nachází: žaludek totiž nemá být kolonizován žádnými mikroorganismy. Proto nevede vybíjení Helicobacteru pomocí tzv. trojkombinace (složení léků, které bylo celosvětově vypracováno a je dnes pro lékaře závazné) k potřebným úspěchům, ačkoliv je dočasně Helicobacter zničen.

Proto ani my nemůžeme uvažovat tak, že bychom tento mikroorganismus zničili, např. využitím preparátu Helicob. Musíme uvažovat tzv. kauzálně, tedy hledat příčinu, proč se mikroorganismus do žaludku dostal. Příčinou bude narušení imunity tohoto orgánu, a to buď přítomností mikrobiálních ložisek, která budou umístěna podsliznično, anebo atakováním sliznice jinými toxiny, např. těžkými kovy, radioaktivními nebo chemickými látkami, léky a dalšími toxiny. Proto bude pro detoxikaci nejdůležitější zbavit žaludek těchto toxinů, a to především mikrobiálních ložisek.

Víme, že žaludek patří do okruhu sleziny, a proto budou ložiska řešena především preparátem VelienDren. Žaludek je však velmi komplikovaný orgán a můžeme se také setkávat s poruchou jeho sliznice a poruchou produkce kyseliny solné, která je určitými slizničními buňkami zajišťována; avšak i v tomto případě splní preparát VelienDren svou detoxikační úlohu a sjedná nápravu.

Na žaludek však mají vliv i jiné orgány, a to prostřednictvím bloudivého nervu (játra) a prostřednictvím vegetativního nervového systému (ledviny). Proto musíme ke kompletní detoxikaci žaludku často využít všechny preparáty, které detoxikují celý pentagram, tedy nejen VelienDren, ale i UrinoDren, LiverDren a často i CorDren a RespiDren. Teprve při správné detoxikaci žaludku můžeme použít preparát Helicob, ale velmi často se pak žaludek zbaví Helicobacteru sám. Nevěnujeme tedy svou pozornost tomuto mikroorganismu, ale toxické zátěži žaludku.

Toto pravidlo platí i pro celou detoxikaci, i když je neustále mnohými detoxikačními terapeuty porušováno. Pro zapamatování proto opakuji ještě jednou. **Svoji pozornost neupíráme primárně k mikroorganismům, které se mohou na různých tkáních nacházet, ale soustředíme se na detoxikaci tkáně.**

Detoxikace je proces, při kterém zbavujeme orgán mikrobiálních ložisek, cizorodých látek, metabolitů a stresu. O ostatní se postará organismus sám a my můžeme celý proces jen lehce stimulovat doplňujícími preparáty z mikrobiální sféry.

MUDr. Josef Jonáš

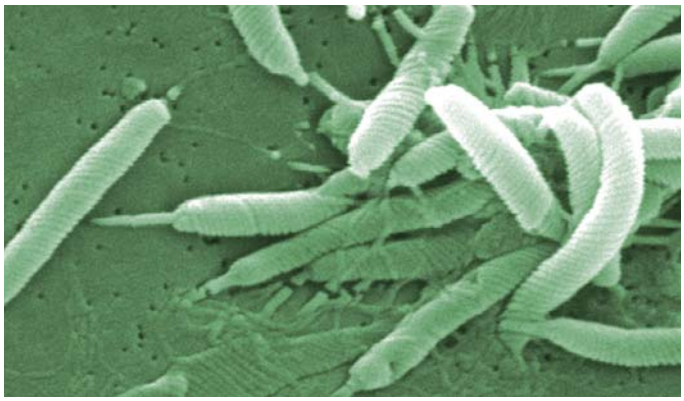
Objev Helicobactera: náhoda a pokus sám na sobě

Existence bakterie *Helicobacter pylori* byla prokázána relativně nedávno. Za to, že dnes tohoto mikroba známe, vděčíme vlastně náhodě.

Na počátku 80. let začal v Královské nemocnici v australském Perthu internista Barry Marshall ve spolupráci s patologem Robinem Warrenem zkoumat, jaké bakterie kolonizují náš žaludek. Během velikonočních svátků v roce 1982 nechal Barry Marshall omylem misku s kulturou bakterií v inkubátoru místo běžných dvou hned plných pět dnů. Když Petriho misku po svém návratu nalezl, svítila a třpytila se obrovskou kolonií bakterií, z nichž pak bylo možno bez problémů izolovat bakterii, kterou předtím nikdo neviděl. Nejprve dostala název *Campylobacter pyloridis*, poz-

Helicobacter pomáhá a chrání

Helicobacter pylori je znám především jako původce žaludečních vředů. Tým vědců vedený americkým mikrobiologem Martinem Blaserem z New York University School of Medicine provedl výzkumy, z nichž vyplývá, že Helicobacter také může chránit svého hostitele před jinými onemocněními. Zjistil, že výskyt virulentních kmenů bakterie *Helicobacter pylori*



snižuje o čtyřicet procent pravděpodobnost vzniku astmatu ve věku do patnácti let. Pacienti nakažení virulentním kmenem *Helicobacter pylori* mají také v alergologických testech nižší citlivost na běžné pyly a plísně. To zapadá do tzv. hygienické hypotézy o vzniku alergických onemocnění. Podle ní navozují mikrobiální infekce v časném dětství v těle pacientů podmínky, jež snižují riziko vzniku alergií a astmatu.

Blaser je rovněž přesvědčen, že nákaza touto bakterií chrání pacienty před některými onemocněními horního gastrointestinálního traktu, např. před následky refluxu žaludečního obsahu do jícnu.

Na jiné aspekty této bakteriální infekce se zase zaměřili vědci z univerzity v Michiganu. Z jejich studie s myšmi vyplývá, že *Helicobacter pylori* v žaludku určitým způsobem mění imunologické prostředí v celém zažívacím traktu a snižuje střevní zánět vyvolaný salmonelou. Tato zjištění mohou přispět k objasnění důvodu, proč v asijských a afrických zemích, kde je infekce *H. pylori* velice častá, lidé méně trpí chronickými střevními záněty, jako jsou ulcerózní kolitida a Crohnova choroba.

Zdroje: www.osel.cz, www.strevni-zanety.cz

Ilustrační foto na stranách 16–19:
www.samphotostock.cz
http://ilovebacteria.com
http://radio.rpp.com.pe
Walker, R.: Velká rodinná encyklopedie Lidské tělo. Slovart, Praha 2003

zachyceno v síti

Přibývá dětí s psychickými problémy

Krev v pořádku, moč v pořádku, teplota také není? Lékařská vyšetření často neukážou vůbec nic, přesto dítě strádá – za jeho potíže však může psychika. Bolí ho hlava nebo břicho, je vyčerpané a ve škole se nesoustředí, případně se může objevit problémové chování.

Dětský psycholog Václav Mertin potvrdil, že takových poruch mezi dětmi jednoznačně přibývá. Nejde přitom jen o českou specialitu: problémem se v čím dál větší míře zabývají i přední odborné lékařské zahraniční časopisy.

Devítiletý Tomáš ráno zvracel a nechtěl do školy, byl také často nemocný. Matka to spojovala spíše s tím, že se nedávno rozvedla a stěhovali se. Psychologické vyšetření nakonec ukázalo, že za vším je strach z příliš přísné kantorky, s jejímiž nároky se citlivý chlapec nedokázal vyrovnat. Psycholog poradil i matce, aby snížila své nároky na syna a ubrala na jeho kroužcích.

Desetiletá Klára se zase neuměla vyrovnat s rozvodem rodičů: tři roky poté se začala zaplétat do lží ve škole i doma, zhoršily se jí známky, dokonce ukradla rodičům drobné peníze. Rodiče sázeli na vliv spolužáků, kterým se nedovedla vyrovnat, ale psycholog správně odhalil, že jí pořád vadí, že už nejsou rodina. Chyběla jí pozornost rodičů.

Psychické potíže však hrozí i dětem z úplných rodin, stačí nemístný tlak rodičů na výkon a nezájem o to, co dítě skutečně prožívá.

Primář kliniky dětské psychiatrie v pražské motolské nemocnici Jiří Koutek nicméně považuje právě zhoršující se rodinné vztahy za snad největší příčinu dětských problémů s psychikou. Podle něj někteří rodiče nechtějí slyšet, že za problémy jejich dětí je psychika, a chtějí po lékaři, aby znovu a znovu dělal různá vyšetření. Bojí se přiznat si, že mohli něco zanedbat. Někdy se zase může stát, že praktik nebo rodiče mají dojem, že když se nic měřitelného nezjistí, dítěti nic není.

Psycholog Václav Mertin vidí jako další příčinu dětských problémů s psychikou požadavky, které má současnost na psychiku jedince. Ty zcela určitě vzrostly a rostou, naše psychika za nimi pokulhává. Podle něj berou psychické potíže dětem energii, případně se rovnou projeví konkrétními zdravotními problémy. Mnohé z nich se pak s následky potýkají do dospělosti.

Zdroj: MF DNES, 8. 6. 2010

ději byla přejmenována na *Helicobacter pylori*.

Warren s Marshallem přišli také s domněnkou, že právě tato bakterie by mohla stát u zrodu jak zánětu žaludeční sliznice (gastritidy), tak i dalších chorobných stavů s gastritidou spojených. Jakékoli zmínky o vztahu mezi tímto mikroorganismem a gastritidou či peptickou vředovou chorobou byly však zprvu přijímány velmi chladně až odmítavě. Barry Marshall se proto rozhodl provést pokus sám na sobě.

V červenci roku 1984 vypil čirou kulturu *H. pylori*. Po pěti dnech se dostavila ranní nevolnost a zvracení nekyselých žaludečních šťáv. Po čtrnácti dnech onemocnění spontánně odeznělo, avšak kultivace a histologické vyšetření provedené osmý den prokázalo těžkou akutní gastritidu s rozsáhlým nálezem přítomnosti *H. pylori*. Tento experiment umožnil prokázat přímou souvislost mezi epidemickým výskytem gastritidy s hypochlorhydrií a infekcí *H. pylori*.

Na základě nepopiratelných argumentů se pak tato teorie stala dominantní teorií ve výkladu původu naprosté většiny peptických vředů.

Zdroj: www.medicina.cz

Člověk je ve své podstatě společenská bytost toužící po kontaktu s druhými lidmi. Správné zařazení do společnosti vytváří člověku se zdravou emocionalitou radostný životní pocit a je bezpochyby základní lidskou potřebou.

Emoce & Kámen mudrců

Každý člověk touží zajišťovat a uspokojovat své potřeby, z nichž jsou (v pořadí podle nepostradatelnosti) na prvním místě potřeby fyziologické a materiální, na nejvyšších místech pak potřeby nehmotné, duševní povahy, touha seberealizovat se a touha po pozornosti od druhých lidí – touha po uznání a ocenění.

Vyrovnat svoje potřeby s potřebami svého okolí je možná tím nejsložitějším úkolem, před jakým v Umění emocí stojíme. Ze zkušeností svého okolí a ze zkušeností, které přináší lidský život, známe několik extrémů, několik lidských typů této (tzv. slezinové) emocionality. Pokusme se je stručně načrtnout a charakterizovat:

- Prvním typem je člověk, který myslí stále jen na sebe a svoje potřeby, ať materiální, nebo duševní. Má sklony dělat si z lidí okolo „posluhovače“, kteří uspokojují jeho vlastní potřeby. Tito „sloužící“ lidé často z takové činnosti nemají žádný prospěch, svoji činnost konají kvůli svým emocionálním slabinám a nedostatkům projevů úcty třeba v dětství. Poroučivý člověk mnohdy takovým „sloužícím“ lidem dokáže dát pocity důležitosti a ocenit je, přestože vnitřně i za jejich zády ve společnosti jiných lidí se jim pak obvykle vysmívá, zesměšňuje je a neváží si jich.
- Na druhé straně stojí člověk, který touží strávit svůj život službou druhým lidem, má snahu neustále uspokojovat potřeby druhých lidí, každému vyhoví, přestože jeho okolí si z něj často může tropit blázny tak, aby to on nepostřehl. Ve službě druhým vidí smysl života. Dokáže sloužit i v takových situacích, kdy si to už druhý člověk vůbec nepřeje, v některých situacích svoje „služby“ až vnucuje a může to být i na obtíž. České lidové úsloví praví: *„Hodnej, ale blbej…“*
- Můžeme se také setkat s člověkem, který neustále řeší a rozebírá s druhými lidmi při vzájemných rozhovorech osudy a záležitosti někoho jiného, často hledá chyby na druhých, místo toho, aby se věnoval svojí vlastní emocionalitě.

Učinit rovnítko mezi svými potřebami na jedné straně a milými, vítanými pozornostmi k jiným lidem (ve smyslu „miluj bližního svého jako sebe sama“) na straně druhé patří zajisté mezi vrcholy Umění emocí, neboť je velmi těžké nalézt ve své vlastní emocionalitě, kde toto rovnítko leží, a jeho nalézání je většinou úkolem ryze individuálním. Stará řecká filozofie rozlišovala čtyři druhy lásky. Jedním z nich je *charitas* (odtud slovo *charita*), která vyjadřuje pomoc bližnímu člověku v okamžiku, kdy takovou pomoc skutečně bytostně potřebuje, a neslouží tedy např. k vyrovnávání jeho životního standardu…

Protože rozumem často nelze vyřešit složité mezilidské vztahy a emocionální situace, učíme se v tomto seriálu používat archetypy – spojení živlů a jejich představy na základě prožitých přírodních výjevů – k podvědomému rozuzlení situace (tj.

Mgr. Yvetta Hánlová – Kámen mudrců, *pastel, papír, 42 x 29,7 cm*

k „přivolání" jasného vnitřního nápadu, jak se v dané situaci zachovat nebo co v dané situaci říci před druhým člověkem). Je to ono pohádkové stanutí na křižovatce: spojení symbolů dá návod, kudy jít v daný okamžik dále.

Na vnitřní zastavení nikdy nekončících myšlenek a myšlenkových pastí v situacích, kdy je člověk víceméně o samotě a přeje si ze své vůle zastavit myšlenkový tok (tedy ono neustálé „šrotování" v hlavě) slouží obraz stromu, který vyrůstá ze země. Charakteristika a použití tohoto archetypu byly již popsány v jednom z předchozích čísel bulletinu (květen–červen 2010).

Na situace, které přímo útočí (často předstíraně, ale vnitřně úmyslně – a o toto pochopení a prohlédnutí v tomto díle především jde!) na soucit člověka, to znamená na naši snahu pomoci druhému člověku (který často o pomoc nežádá, možná jenom čeká, až mu někdo pomoc nabídne – lidově řečeno „se chytí", nebo to dokonce v krajním případě na druhého člověka „zkouší", zda by si nemohl o něco říci, tedy o nějaký majetkový prospěch), slouží spojení prvku Země a prvku Kovu nebo Kamene. Tento obraz má být proto představen vnitřní myslí v situaci, kdy se učíme klást rovnítko mezi úctu k sobě samým a pozornost k okolí. Pojďme se zamyslet, v jakých přirozených přírodních výjevech nacházíme spojení těchto dvou elementů:

- kovový poklad ukrytý v zemi
- zlatý poklad ukrytý v zemi
- kameny v žaludku vlka z pohádky o Červené karkulce (žaludek patří podle čínské medicíny do okruhu orgánů sleziny, jejímž archetypem je právě prvek Země)
- skála v zemi

Přibližme si konkrétněji, na jaké situace, v nichž se s námi okolí snaží manipulovat, se tento obraz hodí:

- Druhý člověk ze sebe dělá „chudáka", stále rozebírá svoji situaci před člověkem, kterého manipuluje, i když jeho situace zdaleka nemusí být tak hrozná, jak je popisována: často je manipulátorem velmi zkreslená, někdy je dokonce přímo vylhaná, ale takovým způsobem, aby si dotyčný nemohl pravdivost informací ihned ověřit. Adekvátnost pomoci v předkládané situaci lze „ověřit" právě výše uvedeným obrazem. Nezapomeňme, že soucit projevený v pravé míře patří k velkým kvalitám lidského charakteru.
- Člověk neustále rozebírá svůj zdravotní stav nebo situace v nezdravé míře a vyžaduje tím veliké a trvalé pozornosti od svého posluchače. Neustálé nářky a pocity takového člověka mohou být velmi na obtíž a spojení prvku Země a Kovu může být oním individuálním návodem, jak tomuto „neustálému stěžovateli" zdravě vymezit hranice, za něž nejsme ochotni již jít. To může mít často za následek, že si „stěžovatel" začne vyhledávat jinou oběť, emocionálně ne tak silnou, která má přehnanou touhu pomáhat.
- Manipulátor nepřímo útočí na tzv. „slezinové myšlení člověka" tak, aby se účastník takového vztahu sám rozhodl nějaký prospěch druhému poskytnout, tj. dospěje k závěru, že by manipulátor mohl takovou věc nebo jiný prospěch postrádat. Tedy například konkrétněji:
- „Jé, to jsou nádherné dýně. Ty jich ale máš! To je ale úroda! Co s nimi budeš dělat? Vždyť je všechny nemůžeš využít, byla by to škoda, aby se zkazily… Jedna moje známá zrovna říkala, že dýni shání a nemůže ji nikde sehnat…" (atd. atd., pokud už jste se nerozhodli této dotyčné dýni dát). Za léta vztahu s takovým člověkem si uvědomíte, že je tento vztah vlastně nevyrovnaný a dotyčná si stále něco z vašeho domu odnáší, aniž by vám cokoliv přinášela (nebo jenom velmi málo). Kámen v zemi je emocionálním návodem na to, jak vtipně vyřešit takovou stále se opakující situaci, která ve skutečnosti „hodného a neustále dávajícího" člověka vnitřně irituje.

Péče starších o mladší mezi generacemi a jejich podpora podle přirozených pravidel pentagramu

Tak jako po jaru přijde léto, po létu podzim a zima, přicházejí na svět další a další generace, starší přirozeně ustupují mladším, mladé nastupuje a staré se ztrácí. Jaro posiluje léto, léto posiluje podzim a podzim zimu a tak dále, neustále dokola...

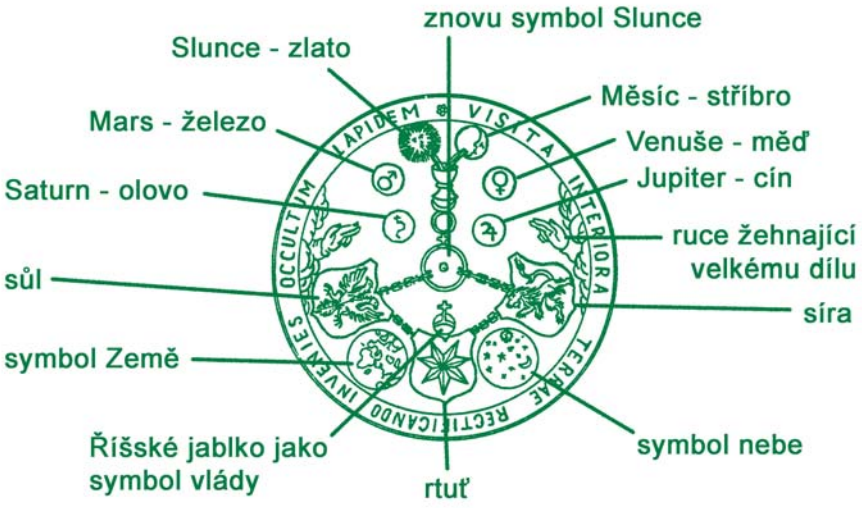
Tyto přirozené vztahy se mají vnímat také jako vztahy mezigenerační. Když jsme byli malí, starali se o nás naši rodiče, stejně jako se o ně starali a podporovali je jejich rodiče, naše babička a děda. Stejně tak se my budeme starat o své děti a ty se pak zase budou starat o své, o naše vnoučata. Lásku, starost a péči rodičů oplácíme zejména svým dětem, přičemž předpokládáme, že tato starost se nám nevrátí nikdy přímo, je stálým předáváním z generace na generaci. Přirozeným oplacením mohlo snad být, a to zejména ve starších dobách, kdy nefungoval sociální systém státu, když se děti postaraly o staré rodiče, pokud tuto péči potřebovali.

Určitě tedy nelze jednoznačně říci, že je zdravé pro druhého dělat nějakou službu jen tehdy, mohu-li od něho očekávat něco nazpátek. To je příliš vypočítavá emocionalita. K nalezení správného středu tedy slouží Kámen mudrců.

Smaragdová deska a Kámen mudrců

Smaragdová deska je považována za návod na dosažení „elixíru mládí" a hledaného všeléku. Psali jsme o ní již několikrát, protože je možné interpretovat ji různými způsoby. Před Mendělejevovým objevem periodické tabulky prvků byla jistě tabulkou do té doby známých prvků – kovů, které byly spojovány s planetami sluneční soustavy. Podíváme-li se do dobových středověkých alchymistických spisů na vyobrazení principu rektifikace látek, můžeme v dnešní době přeložit slovo *rektifikace* na obvodu desky jako *holografický princip*.

V tuto chvíli nás bude zajímat nápis, který je vepsán po obvodu Smaragdové desky. Praví latinsky: **VISITA INFERIORE TERRAE, RECTIFICANDO INVENIES OCCULTUM LAPIDEM**. To se do češtiny obvykle překládá: **Navštiv vnitřek Země, očištěním naleznеš tajemný (skrytý) kámen**. Jím se myslí Kámen mudrců. Správnější by bylo nepřekládat slovo *rektifikace* českým výrazem a ponechat ho v původní podobě. Rektifikací se ve středověku „vytahoval" z předmětů tzv. „duch hmoty", tedy moderně hologram, což je ve skutečnosti iluze, která reálně neexistuje, je pouze jako reálná vnímána; jedná se tedy ve své podstatě o myšlenku – nápad. Nápis na Smaragdové desce proto můžeme chápat jako výzvu, abychom si svou myslí představili obraz země a kamene (kovu), který je uvnitř země ukryt. Dokončíme-li myšlenku Smaragdové desky, pak (neušlechtilý) kov/kámen se má proměnit v kov ušlechtilý, tedy ve zlato (oheň). Toto spojení jsme již popisovali v jednom článku seriálu Umění emocí jako spojení obrazů, které vnitřně pomáhá člověku, aby se jeho smutky a lítosti přetavily na vnitřní radosti.



Celá řada interpretů popisujících význam Smaragdové desky tvrdí, že v principu nikdy nešlo o návod, jak z neušlechtilých kovů vyrobit zlato. Ve své podstatě se jednalo o filozofický (a emocionální) návod, jak dosáhnout takového stavu, v němž se spouštějí samouzdravovací procesy. A toto je ve skutečnosti cíl seriálu Umění emocí. Smaragdová deska má sloužit jako asociační návod k tomu druhu myšlení, které vede k poznání řádu věcí tohoto světa a podstaty lidské bytosti. Smaragdová deska je návod, k němuž se budeme stále vracet s novými zkušenostmi a ona nám bude ukazovat cestu (tedy přinese další nápady) kudy v myšlenkách dále.

V jiných interpretacích je Země v nápisu na obvodu kruhu desky považována za nitro člověka. Její interpretace by tedy mohla znít: „Zabývej se vnitřkem Země (svou emocionalitou ve smyslu živlovém) a její rektifikací (vnitřních myšlenkových představ) naleznеš tajemný kámen (pravou vnitřní radost – kov přeměněný ve zlato).

Najít zdravou rovnováhu mezi potřebami ostatních lidí a potřebami vlastními tedy patří k základním pilířům pochopení Umění emocí.

Ing. Vladimír Jelínek

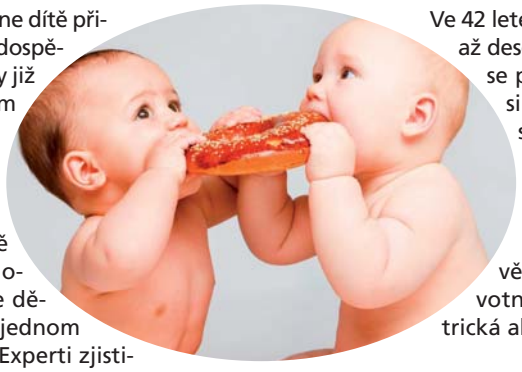
Ilustrační obrázky: archiv

zachyceno v síti

Časné dokrmování miminek zvyšuje riziko obezity

Dánští vědci zjistili, že čím později začne dítě přijímat pevnou stravu, tím spíše se v dospělosti vyhne obezitě. Tuto teorii zastávaly již dřívější výzkumy, ale jejich výsledky zatím nebyly dostatečně průkazné.

Dr. Kim Fleischer Michaelsenová se svým týmem zkoumala zdravotní údaje 5 068 mužů a žen narozených v Kodani v letech 1959 až 1961. V té době se rodičům doporučovalo, aby děti dokrmovali od čtyř měsíců, mnozí to ale dělali ještě dřív. Vyšlo však najevo, že v jednom roce měly déle kojené děti nižší BMI. Experti zjistili, že věk, ve kterém začnou rodiče dávat svým potomkům různé druhy potravin, má vliv na BMI i v dospělosti.



Ve 42 letech se nebezpečí obezity snižuje o pět až deset procent s každým měsícem, o který se prodloužilo kojení, dr. Michaelsenová si proto myslí, že nejlepší je nezačínat s dokrmováním před půlrokem věku. Pokud miminko potřebuje doplňkovou stravu dřív, nemělo by k tomu nikdy dojít před čtvrtým měsícem.

Výlučné kojení alespoň do půl roku věku dítěte doporučují i Světová zdravotnická organizace a Americká pediatrická akademie.

Zdroj: www.novinky.cz
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

Reprotoxické látky v životním prostředí V

4. Látky narušující hormonální systém (endokrinní disruptory, ED)

Lidé a volně žijící živočichové jsou vystavováni velkému množství přirozeně se vyskytujících i uměle vyráběných chemických látek, které jsou schopné napodobit, blokovat či jinak narušovat látky působící v endokrinním systému. Složitě reagují vzájemně mezi sebou, se složkami potravy, přirozeně se vyskytujícími hormony, receptory a přenosovými proteiny a mohou narušit širokou škálu dějů v reprodukčním a vývojovém procesu.

Tyto chemikálie se nacházejí ve vzduchu, půdě, vodě a v tělech lidí a volně žijících živočichů na celém světě, v plastech, obalech potravin, kosmetických přípravcích, kojeneckých láhvích, čisticích prostředcích a pesticidech. Pouze zhruba tři tisíce uměle vyrobených sloučenin z odhadovaných šedesáti tisíc obsažených v pitné vodě, odpadních vodách a kalech byly dosud identifikovány. Zkoumání náhodně vybraných dvaceti z těchto chemikálií ukázalo, že devět z nich reaguje s receptorem estrogenu. Zdá se pravděpodobné, že jsme vystavováni působení velkých množství neidentifikovaných a neprozkoumaných chemických látek, z nichž mnohé narušují činnost žláz s vnitřní sekrecí.

Pokusy na zvířatech a laboratorní a epidemiologické studie ukazují, jaké účinky na zdraví mají expozice chemickým látkám narušujícím fungování endokrinní soustavy, a objasňují význam načasování a stejně tak i množství dávky. Malé expozice během kritických fází zvláštní vnímavosti mohou způsobit celoživotní změny v reprodukčních pochodech a vývoji. Ačkoliv estrogenní či vůči estrogenu antagonistické účinky některých těchto látek jsou známé už léta, nyní je zřejmé jejich křížení s činností jiných hormonů, včetně androgenů, hormonu štítné žlázy, inzulinu, kortizonu a neurotransmiterů.

Byl zdokumentován celosvětový nárůst počtu chorob či obtíží spojených s rozmnožovacím ústrojím kojenců, dětí i dospělých, které mohou mít souvislost s ranými expozicemi hormonálně aktivním chemickým látkám. Někteří považují tyto vazby za zcela zřejmé, jiní mají za to, že jejich původ v životním prostředí není dostatečně prokázán. V posledních desetiletích rovněž vzrostl počet výskytu několika druhů rakoviny souvisejících s hormony. Hypotézy přijaté z biologického hlediska naznačují, jakým způsobem by tyto typy rakoviny mohly mít souvislost s expozicí chemickým látkám narušujícím funkce žláz s vnitřní sekrecí během období vnímavosti. Z několika zdrojů pocházejí ucelené závěry ohledně opožděného psychomotorického vývoje dětí, které byly v prenatálním stadiu vystaveny PCB. Zkoumání možných vztahů mezi neurobehaviorálními poruchami a expozicemi chemickým látkám pokračuje.

Jsou-li působení chemických látek vystaveny celé populace lidí a volně žijících živočichů, mohou být následky pro celou populaci, ač mírné či u jednotlivců obtížně odhalitelné, velmi vážné. Pokud například dochází napříč celou populací k mírným posunům ve vzorcích chování, schopnosti učit se a v počtech spermií, může to mít významný sociální a ekonomický dopad. Stačí velmi malá změna, k níž dojde v rozsahu celé populace, aby se výrazně zvýšila potřeba speciálního vzdělávání či poptávka po léčbě neplodnosti. Potrvá mnoho let, než se nám podaří plně poro-

zumět významu široce rozšířených expozic nízkým dávkám směsic chemických látek po celé období prenatálního života, kojeneckého věku a růstu a vývoje. Pokračujícího experimentu se mezitím účastní světové populace lidí i volně žijících živočichů.

Mechanismus působení

Tělo produkuje mnoho různých hormonů, každý se specifickým receptorem na povrchu či uvnitř buněk. Aby mohl hormon působit, přichytí se k receptoru způsobem, který připomíná princip zámku a klíče. Za normálních okolností toto spojení spustí řadu dějů, které vyústí v biochemickou reakci či tvorbu chemických látek v buňce. Látky poškozující hormonální systém mohou tento proces narušit několika způsoby:

1. ED může napodobit či blokovat přirozeně se vyskytující hormon. Pokud je chemikálie dostatečně podobná přirozenému hormonu, může obsadit vazné místo na receptoru a spustit stejný sled dějů jako přirozený hormon – jedná se o nápodobu hormonu, která má stejný účinek jako hormon. V některých případech může látka obsadit receptor, avšak není dostatečně podobná hormonu, aby spustila biochemickou odezvu. Navázáním na receptor účinně zabrání tomu, aby jej obsadil přirozený hormon, čímž plní roli antagonisty hormonu.
2. Hormony putují oběhem ve velké míře navázané na proteiny, které jsou jejich nosiči. Kupříkladu nejpřirozeněji se vyskytující estrogen a testosteron se vážou na pohlavní hormony navazující globulin (SHBG), který tak udržuje hormony v krevním řečišti a omezuje množství volných hormonů, které jsou k dispozici buňkám. Také se zdá, že za určitých podmínek dokáže kombinace hormon – SHBG ovlivňovat buněčnou činnost z povrchu buňky. Míra, v jaké se hormon naváže na receptory, závisí z části na koncentraci přenosových proteinů, jako je SHBG. ED mohou pozměnit hladinu těchto přenosových proteinů nebo narušit jejich vazebnost s hormony.
3. Expozice ED může narušit tvorbu hormonů a vystavení plodů či kojenců účinkům ED za určitých okolností trvale mění výchozí hladiny hormonů.
4. Počet druhů hormonálních receptorů běžně kolísá na základě nejrůznějších hormonálních či chemických vlivů. Některé ED nepatřičným způsobem zvyšují či snižují počet hormonálních receptorů v různých tělesných orgánech.

Charakteristiky látek narušujících hormonální systém

a) Dioxiny

Dioxiny vznikají při ohřívání směsí chlóru a organických sloučenin při průmyslových postupech, jako je bělení technické celulózy, výroba některých pesticidů, či při spalování materiálů, které obsahují chlór. Protože mnoho spotřebních výrobků obsahuje chlorované organické sloučeniny (např. polyvinylchlorid), jsou spalovny komunálního, zdravotnického a nebezpečného odpadu hlavními zdroji dioxinů. V životním prostředí se tyto látky obtížně rozkládají, akumulují se v půdě a sedimentech a s tím, jak postupují k vrcholu potravního řetězce, se hromadí v tkáních organismů. Dioxiny se ukládají v tukových tkáních a odhadovaný poločas jejich rozkladu u člověka je přibližně sedm let.

Účinky na reprodukční schopnosti: Narušují tvorbu či působení enzymů, hormonů, jiných růstových faktorů, prostřednictvím celé škály mechanismů mají nepříznivý vliv na reprodukci, růst a vývoj.

b) Polychlorované bifenyly (PCB)

V letech 1929–1977 se ve Spojených státech PCB vyráběly a hojně používaly v elektrických transformátorech a kondenzátorech, hydraulických kapalinách, změkčovadlech a lepidlech. Jejich použití tam bylo ve většině případů zakázáno s ohledem na jejich přetrvávání v životním prostředí, bioakumulaci a toxicitu, zůstávají však i nadále hojně rozšířené v životním prostředí a kvůli bioakumulaci vede konzumace potravy kontaminované byť jen malým množstvím PCB u člověka i u volně žijících živočichů nevyhnutelně k postupnému zvyšování celkového množství uloženého v těle.

Účinky na reprodukční schopnosti: Škodlivé účinky na reprodukční schopnosti u mnoha různých druhů, mohou napodobit estrogen a narušit funkci hormonů štítné žlázy, u člověka jsou spojovány se sníženou porodní hmotností a opožděným vývojem mozku.

c) Alkylfenoly

Alkylfenoly jsou průmyslové chemické látky, které se používají v čistidlech, barvách, pesticidech, plastech, obalech na potraviny a mnoha dalších spotřebních výrobcích. Ročně se vyprodukují stovky tisíc tun těchto chemikálií. Velká část jich skončí v čističkách odpadních vod a je vypuštěna do vodních toků. Některé alkylfenoly se akumulují v odpadních kalech a jiné zůstávají rozpuštěné ve vodě. Mohou kontaminovat pitnou vodu a potraviny, neboť unikají z plastů, které se používají při zpracování a balení potravin. Některé z této skupiny chemických látek jsou estrogenní, i když jejich schopnost sloučit se s estrogenními receptory je podstatně menší než u estrogenu. O působení alkylfenolů na člověka neexistují informace.

Účinky na reprodukční schopnosti: Zmenšená varlata, snížené počty spermií a feminizace samců při některých pokusech na zvířatech.

d) Bisfenol A

Bisfenol A je hlavním komponentem polykarbonátových plastů, epoxidových pryskyřic a přísad zpomalujících hoření. Ročně se v USA, Evropě, Japonsku, Koreji a na Tchaj-wanu vyprodukuje více než 450 milionů kilogramů bisfenolu A. Výroba polykarbonátových plastů patří mezi největší a nejrychleji rostoucí trhy. Epoxidové pryskyřice vyráběné z bisfenolu A se používají k potahování vnitřků konzerv na potraviny, jako dentální tmely a v celé škále zubařských, chirurgických a protetických zařízení. Laboratorní testy ukazují,

že bisfenol A a jemu příbuzné látky unikají z polykarbonátových nádob či epoxidového potahu uvnitř konzerv, zejména pokud se nádoba zahřeje za účelem sterilizace jejího obsahu. Tytéž chemikálie se nacházejí ve slinách po zubním ošetření s použitím tmelů, někdy ještě celé roky po jejich aplikaci. Účinkům expozice bisfenolu A na člověka se dosud nevěnovaly žádné studie.

Účinky na reprodukční schopnosti: Estrogenní účinky při pokusech na zvířatech při míře expozice blížící se současným mírám expozice člověka.

e) Ftaláty

Ftaláty, v životním prostředí nejhojnější uměle vyráběné chemické látky, se užívají ve stavebních, automobilových, zdravotnických a domácích produktech, v oděvech, hračkách a obalech. Ve Spojených státech se ročně vyrobí více než 450 milionů kilogramů 25 různých ftalátových slou-

čenin. Jejich největší využití je při výrobě polyvinylchloridu (PVC), kde slouží jako změkčovadla. Stejně jako alkylfenoly, také ftaláty se mohou uvolňovat z obalových materiálů do potravin. Plastové obaly, nádoby na nápoje a potahy kovových konzerv mohou obsahovat ftaláty. Ftaláty se během výroby a použití vypařují a šíří se do ovzduší. Dva nejhojnější, di-(2-ethylhexyl)ftalát (DEHP) a di-N-butylftalát (DBP), se nacházejí v půdě, ve sladké

vodě, v ústích řek a v oceánech a nejrůznějších druzích ryb včetně hlubokomořských medúz, které žijí více než 900 metrů pod hladinou Atlantického oceánu. Všechny ftaláty mají sklon ukládat se v tukové tkáni, některé se však mohou rozložit a vyloučit z těla. Snadno se vstřebávají pokožkou.

Účinky na reprodukční schopnosti: Reprodukční a vývojová toxicita při různých mírách expozice, mají toxické účinky na varlata a vaječníky a v některých případech se chovají jako estrogen.

f) Pesticidy

Organochlorové sloučeniny: narušují normální funkci estrogenu, u samců zvířat vystavených některým organochlorovým sloučeninám v prenatálním období života může dojít k feminizaci, samice mají pozměněný cyklus říje a hladiny hormonů.

Dicofol, pentachlorfenol, dinoseb a bromoxynil: narušují funkci štítné žlázy.

Pyrethriny a vinclozolin: některé z nich mají antiandrogenní účinky.

g) Fytoestrogeny

Mnohé trávy, obilniny, sójové boby, zelenina, ořechy, bobule, některé houby obsahují přirozené chemické látky s estrogenními či antiestrogenními vlastnostmi. Tyto látky se nazývají fytoestrogeny a jejich vlastnosti podobné vlastnostem hormonů jsou známy už dlouhé roky. U ovcí, které spásají určitý druh jetele bohatého na fytoestrogeny, dochází k menstruačním nepravidelnostem a neplodnosti. Pokusy na laboratorních zvířatech potvrzují, že narušení cyklu říje, hladin hormonu hypofýzy, nástupu pohlavního zrání, samčího sexuálního chování a změny velikosti podílu hypotalamu na velikosti mozku mohou být důsledkem prenatální a postnatální expozice těmto sloučeninám. Fytoestrogeny mohou ovlivnit růst dělohy a uhnízdění oplodněného vajíčka, zbrzdit ovulaci či způsobit degeneraci vajíček.

Tyto sloučeniny se často chovají různě podle různých okolností. Některé jsou estrogenní, jiné jsou antagonisty estrogenu. Zda je ten který fytoestrogen estrogenní nebo je antagonistou estrogenu, částečně záleží na hladině přirozeně se vyskytujících estrogenů. V přítomnosti estrogenů se fytoestrogen často chová jako antagonista estrogenu, neboť blokuje receptor estrogenu a tím brání jeho obsazení přirozeně se vyskytujícím hormonem.

Fytoestrogeny též v játrech žen v období před menopauzou stimulují tvorbu globulinu, který na sebe váže pohlavní hormony, čímž klesá přísun volného estrogenu do buněk. Kombinace účinků antagonisty estrogenu a zvýšení hladiny vazebného globulinu může být vysvětlením skutečnosti, že fytoestrogeny, jak se zdá, mají mírný ochranný účinek proti vzniku rakoviny prsu a dělohy u žen v období před menopauzou, jejichž strava je bohatá na tyto látky.

Závěrem

V naší průmyslové společnosti se denně setkáváme s mnoha zdroji ohrožení. Velký počet z nich je na nízké úrovni a zdravotní riziko z jediného vystavení se tomuto ohrožení je pravděpodobně malé, nicméně některá ohrožení souvisí s látkami, jejichž používání můžeme ovlivnit. Odstranění třeba jen jediného denního rizika nebo snížení úrovně několika z nich ovlivní celkový stupeň ohrožení, a tím sníží potenciální zdravotní dopady.

Konec seriálu

Zdroj: T. Schettler, G. Solomon, M. Valenti, A. Huddle: Generace v ohrožení. Arnika, 2008
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

zachyceno v síti

Antikoncepci užívají i žáby

Hormonální antikoncepce bývá označována jako jeden z hlavních vynálezů lidstva. Osvobodila ženu tím, že jí dala možnost rozhodovat o svém životě, zbavila ji neustálých těhotenství a věčného strachu z otěhotnění.

Masové užívání hormonální antikoncepce má však za následek, že se ženské hormony (stejně jako antibiotika a další léky) dostávají do odpadních vod a odsud zpět do řek a do volné přírody.

Už dlouho se ví, že hormonálně aktivní látky (kromě antikoncepce též tabletky užívané po přechodu) negativně ovlivňují schopnost rozmnožování ryb. Nyní se zjistilo, že na tyto látky, a to i v nízké koncentraci, jsou citlivé i žáby. Švédští vědci z univerzity v Upsale zkoumali, co dělají progesterony z antikoncepčních pilulek s organismem pulců – budoucích samiček. Nechali plavat nedospělé žáby v hormonální polévce odpovídající skutečné koncentraci těchto látek v našich řekách a ukázalo se, že pulci z této koupele vycházejí neplodní. Hormony způsobily abnormální vývoj jejich vaječníků a vejcovodů.

Stejný tým vědců ukázal již před časem, že voda s obsahem dalšího ženského hormonu, estrogenu, působí i na pulce samčího pohlaví: ti se v hormonálním nálevu mění v samičky, vyvíjejí se u nich vaječníky namísto varlat.

Henrik Leffers z Rigshospitalet v dánské Kodani nedávno v časopise Human Reproduction uvedl, že hormonálně aktivní látky v našem prostředí jsou odpovědné za narůstající neplodnost mladých mužů v západním světě.

Byla tedy antikoncepční pilulka opravdu největší vynález lidstva? Možná ano, ale spíš zkázy: snížila celosvětově počet těhotenství i plodnost mužů. Nepřítel lidstva by to nevymyslel líp.

Zdroj: MF DNES, 25. 2. 2011
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

soutěž

Léto s Joalisem

Usmívejte se, právě vás fotí…

Baví vás hrát si a soutěžit? Chcete získat přehledný atlas lidského těla a luxusní dárkovou kazetu? Vytvořte originální fotografii s tematikou Joalis!

Fantazii se meze nekladou – vyfoťte třeba lahvičku preparátu na vrcholku Everestu nebo čtenáře bulletinu schovaného na chalupě za pecí. Letní dovolené se jako inspirace přímo nabízejí…

Hlavní výhra

Tři nejlepší fotografie budou odměněny luxusní dárkovou kazetou. Vítěznou fotografii navíc oceníme knihou – přehledným atlasem lidského těla, který bude jistě praktickou pomůckou detoxikačního terapeuta.

Jaké fotografie posílat

Obsah fotografie samozřejmě záleží na vás (s přihlédnutím k obvyklým společenským normám a zvyklostem).
Pro otisknutí v bulletinu je třeba dodat fotografii v tiskové kvalitě, tj. rozlišení 300 dpi při reálné velikosti.

Kdy a kam fotografie poslat

Soutěžní fotografie posílejte na e-mail p.kotkova@joalis.eu nejpozději do 20. 9. 2011.

Fotografie budeme postupně zveřejňovat v bulletinu, vítěze vyhlásíme v listopadovém čísle.

Takže neváhejte, foťte a hlavně – posílejte!

Zasláním fotografie vyjadřujete souhlas s jejím uveřejňováním v rámci propagačních aktivit firmy Joalis, zejména v bulletinech Joalis info a dalších materiálech, jak tištěných, tak elektronických, včetně internetových. Zároveň prohlašujete, že jste autorem zaslané fotografie a že tato fotografie není majetkem žádné třetí strany. Nebude-li naplněn minimální počet deseti účastníků, nebudou výherci vyhlášeni.

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

novinky z Joalis s. r. o.

Joalis na Facebooku oslavil stovku

Facebookovou stránku Joalis jsme založili teprve nedávno, a přesto měla ke dni redakční uzávěrky bulletinu již 101 fanoušků! Váš rostoucí zájem o dění ve firmě Joalis nás těší. Pravidelně čteme vaše komentáře a vycházíme z nich při tvorbě internetového obsahu i plánování dalších aktivit. Pokud ještě nejste na Facebooku, přidejte se k nám – stačí zapnout počítač a budete mít aktuální informace vždy po ruce.

Detoxikace a věda

S detoxikací jsem začala, abychom vůbec mohli mít děti. Ale po pořádku.

Léta antikoncepce způsobila, že se mi po jejím vysazení nerozbíhala menstruace a tvořila se cysta na vaječníku, která se musela operovat. Antikoncepce možná nebyla viníkem, nicméně překrývala problém, který jsem evidentně měla – nefunkční menstruační cyklus. Chtěla jsem se vyhnout riziku opětovné operace a dát se do pořádku. Bylo to přibližně rok před plánovaným otěhotněním. Netlačil nás čas, psychika také nebyla na pochodu. Konzultace s ženskou lékařkou přinesla recept na hormonální preparát na pravidelné krvácení. Z podstaty své profese (vědecký pracovník) čtu příbalové letáky, ale tam stálo „udržení těhotenství", o funkční ovulaci nic.

V té době mi kamarád fyzioterapeut Jiří Skoumal, tenkrát pouze na základě vyšetření reflexních bodů na noze, poradil užívat GynoDren, UrinoDren a Regular. Užívání Joalis kapek a zbytku posledního balení antikoncepce se překrývalo. Že se „něco" děje, jsem pocítila ještě dřív než za obligátní měsíc. Jednak citlivost bodů na noze měla svou dynamiku, ale hlavně se mi udělal asi deset centimetrů velký bolák v bederní oblasti, horký, červený, velice citlivý na dotek, a byl na té straně, kde mi posledně odstraňovali z vaječníku pěticentimetrovou cystu. Cyklus se mi pak rozběhl naprosto spontánně a v termínu. A to bylo pro mě impulsem věnovat se pod Jirkovou taktovkou detoxikaci dál.

Když jsem čistila tělo já, přesvědčila jsem i manžela alergika. Souhlasil. Nechtěli jsme svým dětem vědomě předávat naši zátěž. On efekt pocítil až s nástupem sezony. Tenkrát mu začala o měsíc později než obvykle a místo čtyř měsíců trvala jeden. Když jsme pak šli na věc, tak se v podstatě bez problémů zadařilo a očekávali jsme naše překvapení číslo jedna. Teď po dvou letech máme, opět bez „výrobních problémů", druhé dítě. Dnes už do anamnézy u lékařů hlásím: „Otec dětí je bývalý alergik." Je to už více než tři roky, co byl naposledy na alergologii, za sezonu obvykle potřeboval až třikrát recept na Xyzal, Spersalerg a nějaké antihistaminikum do nosu, jehož jméno jsem zapomněla, ale bez kterého manžel nežil.

Před více než rokem jsem metodu řízené a kontrolované detoxikace začala studovat oficiálně. Být terapeutkou detoxikační medicíny mě uspokojuje jako matku a nepříčí se to ani mé vědecké duši. Mám doktorát z molekulární biologie a genetiky živočichů. Před nástupem na mateřskou jsem se na AV ČR věnovala studiu funkce a struktury buněčného jádra, včetně studia epigenetických procesů a jejich regulační úlohy při transkripci genů. Tento výzkum stále pokračuje. Buněčným modelem jsou terminálně diferencované buňky, kmenové nebo nádorově transformované buňky v různých stupních diferenciace. Epigenetické modifikace histonů společně s enzymy, které tyto modifikace zprostředkovávají, jsou ve fázi preklinického studia jako možný nástroj využitelný při léčbě nádorových onemocnění. Epigenetický status buňky může mít významný vliv na funkci genomu. Je prokázáno, že epigenetická modifikace může mít za následek zesílení nebo utlumení genové exprese. Tento jev pravděpodobně hraje roli při vzniku nemocí tak častých v posledních letech (např. alergie, astma, diabetes 2. typu, rakovinové bujení atd.).

Nepátrám po přesném mechanismu účinku preparátů Joalis. To je součástí výrobního tajemství. V průběhu studia detoxikační medicíny mě ale nesčetněkrát napadlo: „Ano, je to možné, to souhlasí, to by tak mohlo být." Nejsem někdo, kdo by mohl žít s vnitřním rozporem. Hlavně si každý den na sobě, na své rodině, na klientech empiricky ověřuji, že to funguje. A stejně jako věda je i detoxikace stálé studium.

Mgr. Jana Krejčí, Ph.D.

Vademecum detoxikace

Vážený pane doktore,

zakoupila jsem Vademecum a zjistila jsem, že Váš postup v podávání preparátů je ještě celostnější, než jsem se domnívala. Pokud jsou používané preparáty opravdu tak širokospektrické, je to báječné a mělo by to výrazně šetřit kapsu klienta a podstatně urychlit odstranění nebo zmírnění potíží, a tím posílit jak důvěryhodnost metody, tak důvěru v detoxikačního poradce.

Praví se, že v jednoduchosti je krása, ale zde platí, že v jednoduchosti je i síla. Domnívám se, že o co jsou tyto návody jednodušší, o to musí být nutně preparáty dokonalejší. Některé návody mě překvapují a musím opět dostudovat a přehodnotit své dosavadní postupy, byť dosti užívám základní preparáty. Stále si uvědomuji svoji nedostatečnost. I když tím, jak se detoxikace vyvíjí, mění se i postupy. Snad Vám začínám více rozumět, co chcete metodou dokázat a sdělit.

Vaše metoda je pro svou filozofii opravdu tak originální, že ale může být na druhou stranu pro mnohé nepochopitelná a neakceptovatelná. Uvítala jsem, že jste přistoupil k souhrnnému vydání svých poznatků a návodů „jak na to". Jsem přesvědčena, že tím tento směr pro rychlý účinek získá další klientelu.

S úctou Alena Svobodová

Názory uvedené na této straně se nemusí shodovat s názory redakce.
Redakce nenese odpovědnost za správnost údajů zde uvedených.

Pelyněk pravý

(*Artemisia absinthium*)

Pelyněk byl znám jako léčivá bylina již v dobách antických. V průběhu věků se používal k mnoha různým účelům, počínaje vypuzováním škrkavek a konče ochranou před morem. Asi nejznámějším se ale stalo jeho využití k přípravě nápoje zvaného absint, který obsahuje až sedmdesát procent alkoholu. V pelyňku však vedle jiných látek najdeme také thujon, jenž ve vyšších dávkách způsobuje křeče, znecitlivění, bezvědomí a poškození orgánů. V závislosti na aktuálním stavu vědeckých výzkumů se proto mění názory na to, zda jsou negativní účinky hojné konzumace absintu způsobené thujonem, nebo pouze vysokým obsahem alkoholu, popř. přítomností dalších látek.

Vraťme se však k pelyňku. Rodové jméno této rostliny „*Artemisia*" je odvozeno od řecké bohyně Artemidy, bohyně měsíce, která je patronkou cudnosti a porodů. Druhové jméno „*absinthium*" je z řeckého „*apintion*", což znamená „nepitelný"; tento přívlastek dostal pelyněk pravděpodobně pro svou hořkou chuť.

Pelyněk je rozšířen v Evropě, Asii a v Africe. Vyskytuje se často u cest, na návsích a na skalnatých stráních. Sbírá se kvetoucí vrchní nezdřevnatělá část natě (*Herba absinthii*). Seřezává se od června do srpna za suchého dne v polední době, váže se do svazku a suší ve stínu.

Droga obsahuje zejména silici s hlavní složkou thujonem a azulenem, fytoncidní látky a glykosidní hořčiny, absinthin a anabsinthin, které jsou spolu se silicí příčinou pelyňkové hořké chuti. Obě hlavní složky působí zvýšené vylučování trávicích šťáv.

Pelyněk se užívá vnitřně (v nálevu nebo v prášku) jako stomachikum, spasmolytikum a desinficiens při nechutenství, střevních kolikách, při nedostatku žaludečních kyselin, při žlučníkových kolikách a také proti hlístům. Těhotné ženy by se měly užívání pelyňku vyhýbat.

Pelyňku využívá také prastará léčebná technika moxa, která spočívá v prohřívání akupunkturních bodů speciálním zapáleným doutníkem, jenž se vyrábí z jemně nasekaného sušeného pelyňku černobýlu.

Zdroje:
Korbelář, J., Endris, Z., Krejča, J.: Naše rostliny v lékařství. Avicenum, Praha 1973
Lavenderová, S., Franklinová, A.: Magické rostliny. Volvox globator, Praha 1999

Kuklík městský

(*Geum urbanum*)

Budete-li se shánět po kuklíku, nemusíte se nějak zvlášť snažit. Je to totiž vytrvalý plevel, který hojně roste u plotů, v křoví, v zanedbaných zahradách, na rumištích i na lukách.

Jako droga se využívá oddenek (*Rhizoma caryophyllatae*) a nať (*Herba caryophyllatae*). Oddenek příjemně hřebíčkově voní, dříve se proto používal v kuchyni jako náhražka hřebíčku.

V léčitelství je kuklík účinný jako desinficiens, mírné anestetikum a aromatikum. Při vnitřním užití (v prášku nebo odvaru) omezuje dráždivost hladkých svalů, působí proti průjmům, používal se také při nechutenství, zánětech žaludeční sliznice a nadýmání. Zevně se užívá ke kloktání při paradentóze a zánětlivých onemocněních dutiny ústní. Dává se též do koupelí při hemoroidech a kožních vyrážkách.

Náš tip

Vložíme-li oddenky kuklíku do prádelníku nebo vyvětraných skříní, ochráníme šaty proti molům a současně je tím jemně navoníme.

Kuklík byl kdysi považován za jednu z posvátných bylin. Lidé věřili, že má silnou moc odpudit veškeré formy negativní energie. Byl proto přidáván do ochranných kadidel a amuletů a sloužil i při rituálech očisty a vymítání ďábla.

Zdroje:
Korbelář, J., Endris, Z., Krejča, J.: Naše rostliny v lékařství. Avicenum, Praha 1973
Lavenderová, S., Franklinová, A.: Magické rostliny. Volvox globator, Praha 1999

Ilustrace: Naše rostliny v lékařství

Dnes s Mgr. Evou Jonášovou

Sýrový jahelník

250 g jáhel, 60 g čerstvé zeleniny (hrášek, kukuřice, mrkev, brokolice, …), 100 g parmazánu, 2 lžíce oregana, 3 lžíce olivového oleje, sůl

Jáhly vaříme asi 20 minut ve slané vodě. Na závěr, po odpaření vody, přimícháme krájenou zeleninu, nastrouhaný sýr, oregano a olej. Vše promícháme a v zapékací míse pečeme při teplotě 200 °C asi 40 minut. Podáváme s kysaným zelím.

Jáhly po mexicku

300 g jáhel, 200 g sójových klíčků, 4 rajčata, 4 cibule, pórek, 4 stroužky česneku, olivový olej, červená paprika, zázvor, sůl, mandle

Na oleji podusíme cibuli s pórkem, přidáme nakrájená rajčata a uvařené jáhly. Směs dusíme asi 15 minut. Po odstavení z ohně přidáme sójové klíčky, česnek, sůl, nastrouhaný zázvor a pokrájenou červenou papriku. Na talířích sypeme opraženými nasekanými mandlemi.

Náš tip

Malé množství cukru slezinu léčí, velké množství cukru ji ničí. Jáhly mají právě takovou sladkost, jaká je pro léčení sleziny optimální.

Nová adresa centra v Brně

Body Centrum s. r. o. a brněnský sklad ECC budou v květnu přemístěny do nových prostor, spojených s prodejnou a poradnami, na adrese **Vodní 16, Brno**. Distribuční centrum je od hlavního vlakového nádraží vzdáleno cca 5–7 minut pěšky nebo dvě krátké zastávky tramvají směr Výstaviště (linka tramvaje č. 1 a 2, zastávka Hybešova, výstup k nemocnici u sv. Anny). Ulice Vodní je souběžná s ulicí Hybešova a obě ulice jsou také spojeny průchodem v atriu domu Hybešova č. p. 20.

2. 5. 2011 – poslední otevírací den v Body Centru na Cejlu
3.–6. 5. 2011 – zavřeno (stěhování)
9. 5. 2011 – první otevírací den v ul. Vodní 16

Těšíme se na vás na nové adrese. Mapku zašleme e-mailem na vyžádání (info@bodycentrum.cz).

za Body Centrum s. r. o. Mgr. Alena Šmehlíková

PŘEDNÁŠKY S OSOBNÍ ÚČASTÍ

Přednášky v Praze

datum	*čas*	*název akce*	*lektor*	*místo konání*	*cena*
4. 5. 2011	9.30–16.00	Seminář I	Ing. Vladimír Jelínek	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	600 Kč
10. 5. 2011	10.00–14.00	Demonstrační měření	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	400 Kč
11. 5. 2011	16.00–18.00	Seminář V *Těžké kovy, radioaktivní látky a chemické sloučeniny*	Ing. Vladimír Jelínek	ECC, Na Výhledech 1234/8	300 Kč Praha 10
12. 5. 2011	13.00–15.00	Zkouška 2. stupně	distributor	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	299 Kč
18. 5. 2011	9.30–16.00	Seminář II	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	600 Kč
25. 5. 2011	9.30–16.00	Seminář IV *Mikrobiologie – bakteriální zátěže, plísně*	Mgr. Marie Vilánková	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	600 Kč
26. 5. 2011	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně	distributor	e-mail	0 Kč
1. 6. 2011	9.30–15.30	Seminář III	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	1000 Kč
7. 6. 2011	10.00–14.00	Stáž	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	400 Kč
15. 6. 2011	10.00–14.00	Demonstrační měření	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	400 Kč
23. 6. 2011	13.00–15.00	Zkouška 2. stupně	distributor	ECC, Na Výhledech 1234/8 Praha 10	299 Kč

Seminář I – úvod do detoxikace. Seznámení s rozdělením toxinů v lidském organismu a jejich působením, čínský pentagram a jeho souvislosti. V rámci semináře je provedeno ukázkové měření, účastníci si odnášejí DVD s podrobným vysvětlením vztahů v čínském pentagramu.
Seminář II – navazuje na Seminář I. Účastníci se naučí využívat čínský pentagram v praxi a jsou seznámeni s logickou diagnostikou. Odnášejí si DVD s vysvětlením programu EAM set.
Seminář III – účastníci se naučí prakticky diagnostikovat pomocí přístroje Salvia. Je vysvětleno a předvedeno správné nastavení přístroje Salvia a jeho používání v praxi. Seznámení s počítačovým programem EAM pro diagnostiku.
Semináře IV a V – tematické semináře
Demonstrační měření – komentované měření účastníků kurzu lektorem. Zaměření na konkrétní zdravotní problém a porovnání jeho příčin u různých osob.
Stáž – účastníci kurzu si s sebou mohou přivést svého klienta, jehož obtíže chtějí konzultovat s lektorem.

Informace a přihlášky: ECC s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 274 781 415, eccpraha@joalis.cz

Přednášky v Brně

datum	*čas*	*název akce*	*lektor*	*místo konání*	*cena*
17. 5. 2011	9.00–16.30	K3 – nácvik práce se Salvií, pentagram	Ivana Buchtelová Pavel Jakeš	Brno, Malinovského nám. 4	1000 Kč
květen/ červen 2011	17.00–19.00	Den otevřených dveří – akce pro lékaře a zdr. sestry, navazující na seminář 10. 5. (viz níže). Demonstrační měření a praktická ukázka práce se Salvií, možnosti využití v praxi porodní asistentky a pediatra.			
2. 6. 2011	14.00–17.00	Konzultační odpoledne – nácvik práce se Salvií			

Termíny červnových akcí a bližší informace budou včas upřesněny na www.bodycentrum.cz.
Informace a přihlášky: Body Centrum s. r. o., Vodní 16, Brno, tel.: 545 241 303, info@bodycentrum.cz

PŘIPRAVUJEME

Přednáškové dny MUDr. Josefa Jonáše v Praze, 18.–19. 11. 2011
limitovaný počet účastníků, cena 2400 Kč
Přednáškové dny MUDr. Josefa Jonáše v Brně, 2.–3. 12. 2011
limitovaný počet účastníků, cena 2400 Kč
Program obou akcí bude stejný.
Informace a přihlášky: Mgr. M. Václavková, e-mail: m.vaclavkova@joalis.eu, tel. 724 090 525

REGIONÁLNÍ PŘEDNÁŠKY PRO VEŘEJNOST

1. regionální centrum řízené a kontrolované detoxikace, Na Florenci 19 A, Praha 1

datum	*čas*	*název akce*	*lektor*	*místo konání*
3. 5. 2011	17.00–18.00	Gluten a kasein – problematické zátěže	Alena Svobodová	1. regionální centrum, Na Florenci 19 A, Praha
31. 5. 2011	17.00 –18.00	Emoce ve spojitosti s čínským pentagramem	Alena Svobodová	1. regionální centrum, Na Florenci 19 A, Praha

Informace a přihlášky: 1. regionální centrum řízené a kontrolované detoxikace, Na Florenci 19 A, 110 00 Praha 1, tel.: 221 732 220, e-mail: regionalnicentrum@joalis.cz. Nutno přihlásit se předem. **Přednášky jsou zdarma.**

Body Centrum Brno

datum	*čas*	*název akce*	*lektor*	*místo konání*	*cena*
4. 5. 2011	od 17.30	Lymfatický systém – jedna z příčin problémů s otěhotněním	Pavel Jakeš – fyzioterapeut	Brno střed, Malinovského nám. 4 4. p., dv. 312	50 Kč
11. 5. 2011	od 17.30	Bolesti a jiné chronické obtíže	Jiří Skoumal – fyzioterapeut	Brno střed, Malinovského nám. 4 4. p., dv. 415a	50 Kč

Informace a přihlášky:
Body Centrum s. r. o., Vodní 16, Brno, tel.: 545 241 303, info@bodycentrum.cz

PŘEDNÁŠKY V RÁMCI SVĚTOVÉHO TÝDNE RESPEKTU K PORODU

datum	*čas*	*název akce*	*lektor*	*místo konání*
17. 5. 2011	16.00	Chci mít zdravé dítě aneb prevence začíná u maminky	Iva Buchtelová	Malý svět, Divadelní 6, Brno, Světový týden respektu k porodu
20. 5. 2011	16.00	Detoxikace před početím	Vladimíra Málová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
20. 5. 2011	17.00	Potraviny vhodné pro Tebe a Tvé dítě – možnosti a výhody diagnostiky EAM při testování metabolismu a potravin	Ing. Radka Krejčová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
21. 5. 2011	16.00	Vonná cesta k pohodovému těhotenství, porodu a péči o miminka a nejenom o ně...	Iva Čapková	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
21. 5. 2011	17.00	Detoxikace organismu podle MUDr. J. Jonáše	Alena Svobodová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu

Porod zasluhuje respekt
Hnutí za aktivní mateřství představí v týdnu od 16. května v pražském kině Perštýn výběr těch nejlepších přednášek, diskusí, setkání a filmových projekcí, které pomohou všem nastávajícím rodičům hledat odpovědi na otázky ohledně těhotenství, porodu a rodičovství. Vedle informativního festivalu Umění porodit je tradičně připravena i oblíbená expozice Homo Ecologicus, kde najdete výrobky šetrné k přírodě a k člověku, a to nejen pro období mateřství. Hlavním cílem akcí Světového týdne respektu k porodu je poskytování vědecky ověřených informací a podpora komunikace mezi matkami a zdravotníky.
Podrobný program a další důležité informace najdete na webových stránkách www.respektkporodu.cz.

Kongresové dny

Detoxikace organismu ženy – nové možnosti nejen pro praxi porodní asistentky, 10. 5. 2011, od 17.00
Divadlo Husa na provázku – kongresový sál, Brno. **Přednášející:** Pavel Jakeš
Odborná konference je akreditována Českou asociací sester a Českou konfederací porodních asistentek.
Informace a přihlášky: Radka Wilhelmová, tel.: 732 551 844, e-mail: rwilhelm@med.muni.cz

Kongres lékařů pro děti a dorost v Brně, 28. 5. 2011, od 9.30
Přednášející: Mgr. Marie Vilánková, Ing. Vladimír Jelínek. **Kazuistiky:** MUDr. Kateřina Moráňová, Pavel Jakeš.
Informace a přihlášky: ECC s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 274 781 415, mob.: 739 639 134 – Kateřina Mandová, e-mail: k.mandova@joalis.cz

Novinka

Joalis MuscuDren

Preparát MuscuDren je určen k detoxikaci mikrobiálních ložisek ve svalech. Na tato ložiska upozorní příznaky různého charakteru, z nichž nejzávažnější jsou tzv. fibromyalgie (chronické onemocnění, jehož hlavním symptomem je bolestivost svalů a jejich úponů; k tomu je přidružena únava, mnohdy psychické symptomy a bolesti kloubů). Častým příznakem bývá i subjektivní pocit svalové slabosti či snadné unavitelnosti svalů.

Na toxin unikající z mikrobiálních ložisek ve svalech mohou reagovat také vzdálenější orgány, jako jsou klouby, ledviny, srdce nebo nervový systém.

Preparát MuscuDren je vhodné použít jako součást komplexního řešení problematiky slezinného okruhu, anebo v případě, že hledáme příčiny reakce na mikrobiální toxin ze vzdálených tkání.

Náš tip

Pro optimální výsledky detoxikace svalů je třeba preparát MuscuDren používat v kombinaci s preparáty VelienDren a LiverDren.

Více informací najdete v rubrice Galerie preparátů.

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

Joalis