

Měníme svět po kapkách

Joalis info

4/2023
červenec–srpen

Bulletin informační a celostní medicíny

**Využití
jaderné energie
člověkem**

**Akutní použití
informačních
přípravků
v praxi**

**Letní zábava
s dětmi**





ROZTANČETE SVÉ KLOUBY

Problémy pohyblivosti a zatuhlosti kloubů patří mezi velmi časté zdravotní obtíže. Přitom pohyb je vyjádřením života a prakticky nic bez něj nejde vytvořit. V lidském těle je více než sto kloubů a přes dvě stě kostí. Věkem začíná docházet k mechanickému opotřebenosti chrupavek, ubývá množství kostní hmoty a snižuje se její hustota. Zapomínat nesmíme také na vliv emocí – například strach a úzkost nás má sice chránit, ale vlivem dlouhodobého vystavení těmto emocím doslova „tuhneme“.

Náš tip:

Vyzkoušejte **kúru klouby/kosti**, složenou ze tří doplňků stravy Joalis ArtiDren® + FlexiArt + UrinoDren®. Kúra přispívá k normálnímu stavu kloubů, kostí a chrupavek.



Propojení síly informací s účinky bylin

- 💧 **Joalis ArtiDren®** obsahuje lopuch větší, který přispívá k normálnímu stavu kloubů a chrupavek.
- 💧 **Joalis FlexiArt** s přesličkou rolní přispívá k udržení flexibility kloubů a normálního stavu kostí. Lopuch větší má vliv na normální stav kloubů a chrupavek.
- 💧 **Joalis UrinoDren®** obsahující vrbovku malokvětou podporuje normální funkci močové soustavy.



Obsah

4 NOVINKY

Aktuality ze světa Joalis

5 JOALIS TÉMA

Akutní použití informačních přípravků v praxi

12 TAJEMSTVÍ VĚČNÉHO MLÁDÍ

Útěk před stárnutím!?

15 SMYSLOVÉ ORGÁNY A JEJICH DETOXIKACE

Sluch – vnitřní ucho a jeho detoxikace

Ústrojí pro vnímání pohybu a rovnováhy

19 VZDĚLÁVÁNÍ

Energetické poruchy organismu a jejich harmonizace

25 TOXICKÉ KOVY

Využití jaderné energie člověkem

30 BAMBI KLUB

Letní zábava s dětmi

32 GLOSA VLADIMÍRA JELÍNKA

Jaký bude Joalis za 22 let?

34 KALENDARIUM

Připravované akce



*Vážení a milí příznivci
informační medicíny
a čtenáři našeho bulletinu,*

je tu léto, můj asi nejoblíbenější kousek roku (byť mám tedy moc ráda všechny kousky roku ☺). Na léto kromě dostatku světla a tepla miluji tu jeho esenci svobody – dýchají na nás dovolené, prázdniny, vše je takové více uvolněné. Kdo mě zná, ví, že mé léto ještě nemá žádné jasné obrysy – dovolenou nechávám většinou na poslední chvíli, ráda se nechám překvapit tím, co na mě zrovna přijde. Plánovači v mém okolí mě od této „metody“ roky (ne)úspěšně odrazují, ale musím zaklepat, ještě nikdy se nám nestalo, že by naše rodinná dovolená nevyšla... Ale nesmírně se těším na Letní školu – to je zatím jediný jasně daný program.

A co na nás čeká v tomto čísle? V rubrice Joalis téma nabízí Marie Vilánková zajímavý pohled na akutní využití přípravků. Já osobně v lékárnice kromě náplastí nic jiného než Joalis nemám ☺.

Vladimír Jelínek pokračuje ve svém seriálu na téma sluchu a se Slávkem Křesťanem se přeneseme do problematiky důležitosti energetických poruch, jejichž harmonizaci nám Slávek představí na svém pracovním postupu. Rakouský kolega Georg nám připomene přínos sportu pro zpomalení procesu stárnutí. Vladimír Jelínek naváže rubrikou Toxické kovy a ve své glose se zamyslí nad budoucností Joalisu. Zapomenout nesmíme ani na tipy na letní zábavu s dětmi kolegyně Markéty Palatin.

Užijte si krásné léto, načerpejte potřebnou energii a obklopte se krásnem.

Těším se na vás na Hluboké!



Vaše Linda

Bulletin informační a celostní medicíny

4/2023 červenec–srpen

Redakční rada: Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková

Šéfredaktor: Linda Maletínská, l.maletinska@joalis.eu, tel. 723 944 267

Grafická úprava: Martina Hovorková

Inzerce: Kateřina Kofroňová

Jazyková korektura: Stanislava Kučová

Vydavatel: Joalis s. r. o., Orlická 2176/9, 130 00 Praha 3, IČO 25408534, www.joalis.cz

Tisk: KR print, s.r.o.

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

www.eccklub.cz, eccpraha@joalis.cz, tel.: 739 639 134

Expediční centrum: U Řepické zastávky 1293,

386 01 Strakonice, ecc@joalis.cz, tel.: 383 321 741

Evidován pod č. MK ČR E 14928. ISSN 2464-8442

Bulletin je vydáván pro interní potřebu.

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



Slovenští kolegové na návštěvě ve výrobě Joalis

V červnu navštívili náš výrobní závod ve Staré Huti u Dobříše slovenští kolegové. Jsme moc rádi, že se u nás poradcům líbilo, měli řadu zajímavých dotazů a mohli spolu s námi proniknout do tajů výroby našich informačních přípravků. Mnohokrát děkujeme za návštěvu a těšíme se na další inspirativní setkání.



Marie Vilánková pokřtila knihu Celestýnčiny kouzelné kuličky

V hodonínské městské knihovně byla v polovině června slavnostně pokřtěna knižní prvotina Zuzany Teplíkové – pohádkový příběh Celestýnčiny kouzelné kuličky. Kniha malé čtenáře provede základy homeopatie, představí několik léčivek a také malebná zákoutí Pošumaví, do kterého je kniha posazena. Knihu pokřtila Marie Vilánková, která pochází z místa nedaleko od toho, kde se děj knížky odehrává. Příjemný křest pod taktovkou moderátorky Saši Stuškové doprovodila i řada hudebních vystoupení – například na dudy zahrála i sama kmotra. Děkujeme za příjemnou akci a knize přejeme mnoho spokojených čtenářů. Knížku můžete zakoupit i v našich distribučních centrech či na webu ECC klubu.



Záříjový ostravský festival Zdraví a Duše

Po nedávném frýdeckomísteckém festivalu Žena a domov se začátkem září můžete těšit na další festival – Zdraví a Duše (1.–2. září). Kromě možnosti dozvědět se novinky z oblasti informační medicíny zde bude probíhat také ukázkové testování na přístroji Salvia. Těšit se můžete i na přednášky našich milých ostravských poradkyň – v pátek bude mít přednášku Jana Nenadlová (téma Zdraví a detoxikace) a v sobotu bude mít přednášku Karla Fucimanová (téma Vliv střevního mikrobiomu na imunitu).



Gratulujeme ke kulatinám

Kulatiny nedávno oslavily dvě naše skvělé kolegyně – olomoucká lektorka a vynikající poradkyně Eva Dvořáková a ostravská lektorka a poradkyně Míša Kantorová. Oběma dámám ze srdce blahopřejeme a přejeme mnoho

úspěchů v soukromém i profesním životě a moc děkujeme za jejich skvělou práci!



Fraktály nás provedou rokem 2024

Letos jsme si se stolním kalendářem na rok 2024 pospíšili a vy si ho tak můžete pořídit již nyní. Kalendář nese název Fraktály – božská geometrie přírody a na každé straně najdete nejen zajímavý fraktál, ale také zajímavé myšlenky informační medicíny. Věříme, že vám kalendář i jeho moudra zpříjemní plánování na příští rok.





Akutní použití informačních přípravků v praxi

Covidové lockdowny si vybírají svoji daň. To, co řada zkušených, přemýšlejících lékařů i moudrých lidí, používajících zdravý rozum, předpovídala, se ukazuje na různých rovinách. Snížená imunita dětí, nadměrná zátěž na psychické zdraví, vyvolávání úzkostí a depresí v kombinaci s mnoha agresivnějšími a útočnějšími viry a bakteriemi způsobuje někdy až závažné akutní onemocnění dětí, často s velmi vážným průběhem, někdy dokonce až smrtí. To spolu s nedostatkem léků a někdy ne úplně erudovanými lékaři klade vysoké nároky na zodpovědnost rodičů a staví je do reality dnešního stavu světa včetně zdravotnického systému. Za zdraví je každý odpovědný sám sobě a nelze se spoléhat jen na oficiální medicínu. Dnes se budeme věnovat specifickému použití informačních přípravků při akutních problémech. Tento článek slouží i k seznámení s některými speciálkami a jejich použitím v praxi.

Všimněte si, jak jsou média selektivní. Když zemřelo dítě na covid, přestože hlavní příčinou bylo zřejmě jiné původní onemocnění a covid jen urychlil jeho odchod, dočetli jsme se to ve všech médiích. Proč? Protože byl tlak na očkování dětí a každá událost, která mohla rodiče vystrašit, se hodila. Když o rok až dva později zemřelo několik dětí v západních zemích na nezvládnutou respirační infekci způsobenou respiračně-syncytiálním virem, rozhodně nebyla tato zpráva tak mediálně propaná jako covid, podobně jako v poslední době úmrtí dětí a mladistvých na streptokokovou infekci. Vůbec nejsem zastáncem senzacechtivých zpráv, které popisují tragédie v rodinách. Na druhou stranu upozornit věcně rodiče, že v určitých oblastech se šíří nebezpečný kmen streptokoka, který může způsobit závažný průběh angíny, není od věci. Je řada rodičů, kteří nechtějí zbytečně používat antibiotika, ale například při zjištění onemocnění tímto kmenem by měli důvěřovat lékaři a raději antibiotika podat. Nic není černobílé a v dnešní době je třeba být velmi opatrný. Většina lidí, dětí, je pod emoční zátěží, imunita může být oslabena a někdy je použití antibiotik na místě. Covidovou „masírkou“ došlo i k vážnému narušení důvěry k lékařům, protože řada z nich se propůjčila k nekritické podpoře očkování a naopak ti, kteří se plošnému oč-

kování bránili, byli často znevažováni a mediálně napadáni. Z tohoto důvodu **je velmi důležité získávat fakta a vzdělávat se, nespoléhat se jen na média, a to jak mainstreamová, tak i alternativní.** Bohužel, s pokroucenými fakty a určitou mírou manipulace se potkáte všude. Čím víc znalostí a zkušeností máte, tím lépe dokážete vyhodnotit situaci a rozhodnout se.

Vím, že tato situace je velmi náročná i pro terapeuty. Někdy mohou být zoufalí klienti, kteří byli zvyklí, že ve zdravotnictví je všeho hojnost a „zadarmo“ pro všechny, ve vyžadování péče až agresivní. Chtějí objednat hned a záruku na to, že když už přípravky zaplatí, tak přeci musí pomoci. Nechápu nebo spíše nechtějí slyšet, že nemoci jsou důsledkem jejich chybných rozhodnutí. A není to jen očkování, jsou to třeba hormonální gynekologická tělíska, estetické zákroky včetně botoxu, léky určené pro metabolická onemocnění používané pro hubnutí, kouření, nevhodné stravování... **Vím, že komunikace s těmito klienty je náročná a vyčerpávající.** Klade nároky i na terapeuty, jak s těmito lidmi komunikovat a nenechat se vtáhnout do pocitu zodpovědnosti za klientovo zdraví, nastavit si vlastní hranice a nenechat se nadměrně vyčerpávat. **V poslední době vznikla nová nebo se spíše výrazně zvětšila skupina klientů s vážnými psychickými**

problémy. Otázka je, co vše je opravdovou příčinou. Samozřejmě se nabízí stresová zátěž způsobená rozkolísáním ekonomiky, inflací, válkou v Evropě, pro některé děti a rodiče i problematickými příjímáčkami... Jenže je to opravdu jen tím? Tímto tématem i jeho řešením se budu zabývat na Letní škole v Hluboké nad Vltavou, souvisí s ovlivňováním podvědomí na sociálních sítích, skrze různá videa, seriály. Jsme si jisti tím, že někdo neovlivňuje naše podvědomí a psychiku? Mám

a dutin, střevní chřipky, akutní nákaza borelií, klíšťovou encefalitidou, výsev oparu obličejového, genitálního nebo pásového, dětské nemoci... S vhodnými přípravky se seznámíme dále.

- **Konkrétní zátěž toxinem** – poštipání hmyzem, požahání medúzou, užívání antibiotik a odstranění zbylých metabolitů, akutní intoxikace nějakým jedem, například nadýchání pesticidu. Řešila jsem například zátěž u dětí bydlících vedle pole

nákazy nebo problémy močových cest, je možné použít i komplexy **Pranon®** nebo **Deuron®**.

- **Pobyt v rizikovém prostředí** – úklid starých půd, zaprášených prostor, vlhkých sklepů a podobně může způsobit intoxikaci dýchacích cest plíseňovými toxiny, spory bakterií, virů, parazitů, obzvláště rizikový je suchý a prашný trus ptáků. V úvahu přichází přípravky **Yeast**, **Zooinf®**, **Non-grata**, **Mykotox...**
- **Emočně a stresově náročné situace** – zkoušky, náročná setkání, kdy nejsou vyřešené staré záležitosti, nemoci a jiné zátěžové situace v rodině, náročná pracovní období... – v úvahu přichází všechny emoční přípravky, samozřejmě nejoblíbenější-

Za zdraví je každý odpovědný sám sobě a nelze se spoléhat jen na oficiální medicínu.

silný dojem, že ovlivňuje a že citlivější, emočně a stresově zatíženější lidé na to reagují psychickými problémy jako jsou úzkosti, deprese, sklony k sebepoškozování, letargie nebo nadměrná agresivita. Protože je opravdu velký nedostatek psychiatrů, psychologů, obzvláště těch zaměřených na děti, často takoví lidé hledají pomoc i u poradců informační medicíny. Ze zkušeností musím říct, že nasazení emočních přípravků jim akutně může od stresu a nadměrných, zatěžujících emocí velmi ulevit, ale další řešení problémů u psychologa a navazující detoxikace je nezbytná.

Informační přípravky mohou akutně pomoci a předchází komplikacím

Přípravky informační medicíny jsou konstruovány hlavně pro řešení chronických obtíží a náš systém vzdělávání, základní a střední kurzy, se zaměřuje na výuku schémat k řešení dlouhodobých, klasickou medicínou těžko řešitelných problémů. Řada z přípravků je ale velmi vhodná i pro akutní řešení obtíží. Využití najdete nejen při akutních nákazách, ale také jako doplněk při klasické léčbě, jako jsou různé zákroky včetně operačních. Při pobytu v nemocnici nebo jiném lékařském zařízení vždy vzniká riziko nákazy nemocničními patogeny, tzv. nozokomiální nákazy, kdy kmeny mikroorganismů jsou většinou značně odolné vůči antibiotikům, dezinfekcím a jiným léčivům. V takových případech je nutné, aby imunita včas a razantně zasáhla a informační přípravky tomu mohou výrazně pomoci.

Příklady akutního použití informačních přípravků:

- **Akutní infekční onemocnění** – při nákazě zvnějšku nebo reinfekci, typicky respirační problémy, záněty středního ucha



s řepkou, kdy po jejím postříkání došlo k prudkému zhoršení alergie.

- **Při akutním rozpuštění nějaké chronické choroby** – při alergické nebo jiné imunopatologické reakci třeba na potravinu, akutní zánět kloubů, zánět žil...
- **Při operacích a dalších lékařských zásazích, při poraněních, popáleninách, pokousání zvířaty** – přípravky směřované na zasažené tkáně a orgány mohou pomoci hojení. Zkušenosti máme i pro použití speciálky **SkinMicrobiom** při popáleninách a poraněních kůže, protože rizikem je infekce rány a množení patogenů. Vhodné může být třeba podání přípravku **Zooinf®** při poškrábání, poranění kůže zvířaty, například kočkou.
- **Nemocniční nákazy** – nejčastěji to bývá pseudomonáda, stafylokok, *Escheria coli*, *Proteus*, *Klebsiella*. Ideální je použít speciální přípravek. Časté jsou buď respirační

mi jsou **Streson®**, **Relaxon®**, **Emoce®**, **Anxinex®**, **Depren...** Ideální je vytestovat vhodný přípravek na Salvii, vlastní pocity nebývají někdy úplně ideální rádce. Na kongresu jsem od jedné terapeutky zaslechla, že u velmi vážných psychických propadů neváhá nasadit klidně i čtyřkombinaci emočních přípravků a že jí to velmi dobře funguje. Nebojte se s pomocí Salvie experimentovat a budeme velmi rádi, když se o své zkušenosti podělíte třeba krátkým příspěvkem v bulletinu.

- **Cesty do exotických zemí** – obvykle v tropech, subtropích můžete potkat patogeny mikroorganismy, které jsou pro naši imunitu nezvyklé, nové. Ideální je se pro jistotu vybavit příslušnými přípravky – například na malárii speciálkou **Plasmodium**, máme speciálky na různé typy tyfu, na Dengue virus, přípravek **FSME** obsahuje virus Zika apod.

Informační přípravky a akutní infekční onemocnění

Nasazení informačních přípravků u infekčních onemocnění je jejich asi nejčastějším akutním použitím. Všichni jsme si to vyzkoušeli u covidu, kdy včasné nasazení přípravku **Gripin® SCOR** pomohlo zlepšit průběh onemocnění u mnoha tisíců našich klientů. Osobně znám i dost starších lidí, u kterých měl covid poměrně těžší průběh a troufnu si tvrdit, že s pomocí správně nasazených kúr přežili a dál se těší dobrému zdraví. Přípravku **Gripin® SCOR** se během covidové pandemie vyrobilo opravdu velmi vysoké množství a v praxi jsme viděli, že informační mikrobiální přípravky mohou být i zásadním pomocníkem při onemocnění. Jak informační přípravky při akutním onemocnění pomáhají?

- **Nasměrování imunity** – zacílení imunitní reakce na konkrétní bakterii nebo virus vede k odstranění prvotní příčiny onemocnění. Problémem je, že při oslabení organismu se začnou aktivovat skrytá mikrobiální ložiska a začne v těle působit více příčin, což nemusí být lehce odhalitelné při lékařském vyšetření. Většina akutních nákaz začíná jako viróza, oslabení využívají patogenní bakterie. Informační přípravky dokonce pomáhají zacílit na vhodný antigen, aby vznikla správná imunitní reakce a nedošlo k vyvolání autoimunity (to je důležité například pro borelii). Nejčastěji využijeme přípravky **Gripin®, Gripin® SCOR, RS virus, Kokplus®, Streptokok, Adenovirus** – viz seznam jednotlivých speciálků.
- **Zrychlení imunitní reakce** – to je **pro rozvoj onemocnění naprosto zásadní** – omezí se počet mikroorganismů, jejich průnik do dalších tkání a orgánů. Je to podobné jako důležitost nasazení antibiotik včas například při operacích, aby nedošlo k jejich masivnímu rozmnožení. Je vhodné včas použít i další přírodní prostředky – med, cibuli, zázvor, propolis, tea tree olej, bylinné čaje, přírodní vitaminy, minerály a další prostředky podporující imunitu...
- **Průběžná detoxikace mikrobiálních toxinů** – ty obvykle brání správné funkci imunity, blokují určité imunitní reakce. Většina mikrobiálních přípravků obsahuje konkrétní informace o těchto toxinech, můžeme použít i přípravek **Mikrotox®**, někdy je vhodné spojit jej s přípravkem **IK Mix**. Tato kombinace pomůže k rychlejšímu odbourávání imunokomplexů a toxinů, což povede k úlevě od příznaků onemoc-

nění – bolesti svalů, kloubů, únava, otoky, zhoršená činnost orgánů hlavně jater, ledvin...

- **Použitím komplexů nebo drenů** můžeme reakci nasměrovat na konkrétní místo – například pro akutní úlevu, zajištění detoxikace tam, kde je infekce obzvláště ohrožující. Například můžeme chtít ochránit hlavně nervový systém při herpetické infekci – můžeme nasadit při planých neštovicích kombinaci **Herp® + NeuroDren®**, přestože varicela-zoster virus je akutně rozšířen po celém organismu. Nebo při respiračním onemocnění podáme do kombinace **RespiDren®**, protože víme, že dýchací ústrojí je zdrojem patogenů a odtud se šíří do celého těla.
- **Předchází vzniku mikrobiálních ložisek** – některé mikroorganismy v reakci na působení léků, hlavně antibiotik, nebo dokonce jako ochranu před imunitou, začnou rychle tvořit mikrobiální ložiska. Pokud začneme užívat informační přípravek, organismus dostává informaci o tom, že pato-

je užívat je v době mimo užívání jiných léků nebo dalších přípravků. **Informační přípravky JE MOŽNÉ kombinovat s léky a dalšími doplňky stravy.** Jejich působení probíhá úplně jinými mechanismy, než je tomu u klasických léků. Naopak, i při užívání léků je nutné zapojit vlastní imunitu. Bez ní by i léčba sebelepšími antibiotiky nebo antiviroty nezabrala. Při užívání antibiotik doporučuji přípravek **ATB** nebo **Activ-Col®**, **Embrion®** nasadit spíše po vybrání, protože v době působení antibiotik jsou i užívané bakterie z přípravku antibiotiky poškozeny a na regeneraci střev a celotělového mikrobiomu je lepší zaměřit se až po zvládnutí nemoci. Jiná situace ale je při akutních střevních a zažívacích obtížích. Tam naopak přípravky **Activ-Col®** nebo **Embrion®** mohou zásadně pomoci, protože v sobě nesou obrazy patogenních mikroorganismů poškozujících sliznici trávicího traktu. U léků, které nejsou předepsány lékařem, ale používají se na zmírnění příznaků, je třeba pečlivě volit a zvažovat, zda jsou opravdu potřebné. Není nutné

Vzrostly nejen počty respiračních viróz, ale i streptokokových angín. Spálových angín je nyní až čtyřikrát více než před covidem.

gen bude mít snahu tato ložiska tvořit a tím zamezí vytvoření většího množství ložisek. Obzvláště nebezpečná jsou ložiska vznikající přímo v imunitních buňkách, protože zpravidla vedou ke snížení imunity vedené proti tomuto konkrétnímu patogenu, velmi nebezpečná jsou také ložiska v nervovém systému, které mění celý chod organismu, snižují imunitu, zvyšují stresovou a emoční zátěž.

- **Řízení síly imunity** – někdy imunitní reakce může být přehnaná a nadělá víc škody než užitku. Příkladem je cytokinová bouře vyvolaná některými respiračními viry. Člověk není ohrožen destruktivní činností viru, ale intenzivní imunitní reakcí, která má prvky autoimunitního působení. V takovém případě se síla reakce může nechat ovlivnit přípravkem **Autoimun®**, případně **Streson®**.

Jak přípravky užívat a kombinovat

Z mnohaletých zkušeností víme, že je vhodné zintenzivnit jejich používání. Klidně několikrát denně, v případě akutního onemocnění je sama užívám až pětikrát denně. Ideální

okamžitě začít srazet horečku, potlačovat zánet protizánětlivými léky, potlačovat bolest. Horečka, zánet jsou důležité mechanismy k odstranění mikroorganismů a aktivizaci imunity, obzvláště té specifické, získané.

Akutní respirační nákazy

V období 2020–2022 se s koronavirem setkal prakticky úplně každý a v nějaké formě prodělal covid, onemocnění způsobené některým z kmenů koronaviru. Platí to úplně pro všechny, i pro očkované, i pro ty, kteří tvrdí, že ho nikdy neměli. Virus se dostává na sliznice dýchacích cest a zde se rozeběhnou imunitní reakce. Někdo má výbornou imunitu a virus neprotrpí hlouběji do organismu, je zlikvidován na sliznicích, a proto nemusí být vůbec pocíteny příznaky onemocnění. Problém je, že **koronavirus a jeho ložiska, i přímo spike protein, působí kromě jiného imunosupresivně** a poškozuje imunitu. Dalším zásadním problémem bylo, že **díky lockdownům a nošení roušek zásadně poklesla imunita vůči respiračním infekcím.** Každý zdravý organismus se chová velmi logicky a úsporně. Pokud se pravděpodobně potká s nějakým patogenem, udr-

žuje na sliznicích určitou hladinu protilátek, aby došlo k imunitní reakci na sliznici, patogen nepronikl dovnitř do organismu a nedošlo k akutní nákaze. Pokud nějakou dobu organismus patogen nepotkává, logicky sníží tvorbu protilátek. Přece nebude vyrábět něco, co nepotřebuje, a výroba je poměrně náročná – spotřebovává energii a zdroje jako třeba bílkoviny. Velké množství protilátek je i rizikové, protože z protilátek mohou vznikat imunkomplexy. Ty musí organismus pracně odstraňovat, protože pokud kolují v tělních tekutinách ve větším množství, mohou být nebezpečné. Usazují se do tkání, cév, kloubů a způsobují záněty. Naopak velmi trvalá je buněčná imunita. Podle studií velmi pravděpodobně paměťové T-lymfocyty po prodělání covidu v těle zůstávají až desítky let.

Na podzim a v zimě v letech 2022/2023 byla velmi vysoká nemocnost u dětí i dospělých. Někde nemocnost vystoupala až k 3,5 %, jako epidemie se posuzuje výskyt onemocnění od 1,6 %. Situace byla **neobvyklá v tom, že se zároveň vyskytovaly viry chřipky A i B, RSV (respiračně-syncytiální virus), adenoviry, enteroviry a i koronaviry**. Většinou se šíří a plošně převládá jeden typ viru. Například obvykle v populaci koluje RS virus a postupně se přidá nebo ho nahrazuje chřipka a obvykle to skončí chřipkovou epidemií. K virům se přidávají bakterie, například streptokoky, stafylokoky, mykoplasmata. Respirační onemocnění jsou z 80–85 % způsobena viry, zpravidla se pak na poničené sliznici začnou přemnožovat patogenní bakterie, jejich obvyklým zdrojem jsou vlastní mikrobiální ložiska nebo se mohou přemnožit i bakterie, které jsou součástí běžného mikrobiomu. Jednoduše využijí poškození sliznic zánětem a snížené imunitní výkonnosti. **U každého akutního bakteriálního onemocnění hledejte, jaké viry zároveň spolupůsobí.** Málokdy je onemocnění způsobeno jen bakteriemi. Někdy to mohou být i viry z ložisek, například cytomegalovirus, Epstein-Barr virus, parvoviry. Jak se ukázalo z některých studií, těžký průběh covidu byl velmi často spojen se zátěží právě herpetickými viry.

Respiračně-syncytiální virus – přípravek Gripin®, speciálka RSV virus

V EAM setu ho najdeme takto, v ampulích je součástí ampule respirační viry:

Mikrobiologie NEW → Viruses → RNA-viruses → Mononegavirales → Paramyxoviridae → Pneumovirinae → Pneumovirus → Human respiratory syncytial virus

Lidský respirační syncytiální virus (RSV, angl. *Human respiratory syncytial virus*) a některé další viry z podčeledi pneumovirů (*pneumovirinae*) způsobuje běžná, ale ně-

kdy i závažná onemocnění dýchacích cest, obzvláště nebezpečný může být u malých dětí. Virus se přenáší kapénkově, vstupní branou bývá sliznice úst, dýchacích cest nebo spojivky očí. V prostředí jeho částice přežívají několik hodin, je možné se nakazit i nepřímým kontaktem. **Problém je, že nezůstává jen v horních partiích dýchacího systému, nejprve se množí v nosohltanu (nasofaryngitida), ale rychle se šíří do nosních dutin, středního ucha a napadá dolní cesty dýchací – průdušky (bronchitida), průdušinky (bronchiolitida) i samotný plicní parenchym (pneumonie).** Název syncytiální dostal podle toho, že **vznikají mnohojaderná syncytia (soubuní), kdy dojde k narušení buněčných membrán a několik sousedních buněk splyne do jedné buňky s více jádry.** Tyto buňky zanikají a dochází k poničení sliznice, jejímu otoku, zvýšenému průniku tekutin na sliznici a do plic, plice mohou přeplněny hlenem a narušenou, olupující se tkání a může dojít až ke kolapsu plicních sklípků. Onemocnění jsou většinou **spíše mírná, obvykle doprovázená záněty středního ucha. Často vznikají mikrobiální ložiska v dýchacích cestách a spolupodílí se na vzniku astmatu.** Podle některých studií u dětí, které prodělaly bronchiolitidu (zánět průdušinek)

způsobenou RSV virem, trpí až v 90 % astmatem a opakujícími se dušnými stavy.

Pro imunitu proti RSV viru jsou velmi důležité IgA protilátky nacházející se přímo na sliz-

nicích dýchacích cest. Novorozenci a kojenci dostávají tyto protilátky od matky. Množství protilátek matky se samozřejmě odvíjí také od toho, s jakými infekcemi se matka setkává. Díky lockdownům byly i těhotné ženy izolovány a nepotkávaly se s běžnými viry a bakteriemi, hladiny jejich protilátek klesaly. Novorozené děti při setkání s RSV virem neměly protilátky prakticky žádné a u některých se nákaza rozvinula do velmi vážných stavů. **U starších dětí protilátky na sliznicích také vymizely, protože se s infekcí nepotkávaly. Po návratu do škol se RSV virus rychle šířil.** Pokud byla imunita z dalších důvodů oslabená, některé průběhy byly také vážnější, zpravidla se zápaly plic. Jako akutní pomoc při RSV infekci buď můžeme použít klasickou kombinaci **Gripin® + Imun + RespiDren®** nebo můžeme využít **speciálku RSV virus Imun + RSV virus + RespiDren®**.

Adenoviry – přípravek Antivex®, speciálka Adenoviry

Adenoviry jsou poměrně rozšířené viry, které napadají zvířata i člověka. Nejčastěji způsobují **záněty nosohltanu, mandlí, hrtanu, dýchacích cest, spojivek, středního ucha, zápal plic, záněty trávicího traktu, močového měchýře.** Vstupují do organismu sliznicemi nosohltanu, dýchacího ústrojí, očních spojivek, zažívacího traktu, pronikají do hlubších vrstev sliznice, **do mandlí a lymfatických uzlin.** Typická u dětí je horečka spolu se zánětem spojivek. Stojí i za průjmy, záněty slepého střeva, vyvolávají zánět mízních uzlin střeva, který může způsobit vsunutí částí střeva do sebe. Mohou pronikat i do nervového systému a mozku. **Mikrobiální ložiska se tvoří hlavně v lymfatickém systému. Ob-**



vykle bývají i ve zvětšených odebraných mandlích, odtud také pochází jejich název: poprvé byly izolovány ze zbytnělé – adenoidní nosní mandle. Způsobují hypertrofii (nadměrné zvětšení) lymfatické tkáně, častým příznakem jsou zvětšené, zduřelé a často na pohmat bolestivé uzliny. V posledním roce se i adenoviry šířily mezi dětmi a způsobovaly nejen virové angíny, ale často závažnější potíže. Byly spojovány se záněty jater, situace byla vážná v některých západních zemích, kdy některým dětem musela být dokonce játra transplantována. Je třeba, aby se s běžnými viry, kam patří i adenoviry, děti potkaly v raném dětském věku a vyvinuly si správný imunitní mechanismus. Pokud se tak nestane, mohou později i běžné viry vyvolat vážná onemocnění. V České republice našťastí situace nebyla tak vyhrcoaná. Opakovaně jsem se ale setkala se záhadnými bolestmi břicha, několikrát byl dokonce odoperován výběžek slepého střeva, které ale ve výsledku nebylo zanícené, a přesto problémy a bolesti přetrvávaly. Stav se zlepšil po podání kúry **Anagin + speciálka Adenovirus + VelienDren® + Calon®**.

Další virové respirační infekce a jejich speciálky

Respiračních infekcí existuje celá řada. Jsou soustředěny v přípravku **Gripin®**. Jejich výčet a popis najdete v publikaci *Cesta k rovnováze aneb síla informačních přípravků*.

- **Grippe viry (chřipkové)** – ortomyxoviry (virus influenzae A, B a C) – akutní horečnatá infekce dýchacího traktu – únava, horečka, bolesti svalů, hlavy, malátnost, vznikají mikrobiální ložiska v cévním systému, srdci, narušení endotelu, vznik aterosklerózy.
- **Gripin® SCOR – koronaviry** – onemocnění covid – respirační, střevní, močové onemocnění, napadá i nervový systém, imunitní buňky.
- **Enteroviry** – obsahuje polioviry, coxsackie, echoviry – střevní a letní chřipky, afty, vyrážky – syndrom ruka, noha, ústa (sedmá nemoc), infekční rýmy, záněty středního ucha, a i závažnější problémy – záněty trávicího traktu, slinivky, nervového systému, srdce.
- **Rotavirus** – velmi variabilní střevní chřipka, napadá buňky na vrcholech klků, dochází k plynatosti, rozpínání střeva, poruše resorpce vody, průjmu a dehydrataci průjmy, záněty trávicího traktu.
- **Rubulavirus** – příušnice, parainfluenza – stenožující laryngotracheitida (dýchací trubice je zúžena hlenem s fibrinem), štěkavý kašel, ztráta hlasu, sípavé dýchání.

V případě potřeby jsme na objednávku schopni připravit jako speciálky i další druhy respiračních virů, například Rhinoviry, Respiroviry (*parainfluenza virus*), Reoviry...

Další akutní virové infekce a jejich speciálky

K dispozici máme přípravek **Antivex®**, který obsahuje informace o všech lidských a zvířecích, na lidi potencionálně přenosných virech. Je to přípravek informačně velmi obsáhlý a jeho použití je při akutních problémech někdy touto vlastností ovlivněno. Pro poradce se Salvií a EAM setem je vhodnější vytestovat přímo jednotlivé druhy virů nebo přípravky. Nově je seznam speciálních přípravků zařazen i do kapitoly *Preparáty Joalis* v EAM setu.



- **Varicellovirus** – způsobuje plané neštovice a pásový opar. K reaktivaci viru z ložisek dochází často při imunopresi nebo jiném onemocnění. V případě pásového oparu je třeba problém řešit všemi prostředky, může dojít k poničení výběžků periferního nervového systému a následným trvale nepříjemným pocitům jako pálení, svědění nebo dokonce až bolesti.
- **Molusky** – perleťové uzlíky na kůži – onemocnění předávané mezi dětmi.
- **Morbili** – spalničky – vzácně se toto onemocnění může znovu objevit i u očkováných. Ve většině případů probíhají jako respirační viróza, nebezpečné je, že virus

může proniknout do mozku a způsobit chronický, poškozující zánět neuronů.

- **Parvoviry** – Erythroviry, parvoviry – viry způsobující pátou dětskou nemoc. Charakteristická je horečka, rýma, bolesti hlavy, vyrážka, velmi typicky červené žilkování v obličejí. Virus napadá kůži, endotel, klouby, kostní dřeň. Ložiska v kostní dřeni negativně ovlivňují imunitu a krvetvorbu.
- **Poxviry** – pravé neštovice a jejich zvířecí varianty – v poslední době se objevovaly případy různých variant zvířecích neštovic. Speciálka obsahuje všechny známé rody poxvirů. Poxviry velmi negativně působí na protivirovou imunitu a jsou to onkogenní viry, blokuji apoptózu buněk.
- **Roseolovirus** – šestá dětská nemoc způsobená herpetickým virem, typická je náhlá vysoká horečka. Po několika dnech

vzniká drobně skvrnitá, pupínkovitá vyrážka především na trupu.

- **Rubivirus** – zarděnky – rubeola, třetí dětská nemoc, v současné době se proti ní očkuje MMR vakcínou. Nebezpečná hlavně pro těhotné ženy, protože virus způsobuje vrozené vývojové vady.
- **Herpes simplex** – pravé opary faciální a genitální způsobené *herpes simplex* viry 1,2 – v poslední době se zvýšil výskyt výsevu oparů jak u očkováných, tak i u lidí, kteří prodělali covid. Příčinou je oslabení imunitního systému a reaktive virových ložisek. Herpetické viry obzvláště v akutní fázi velmi oslabují imunitní systém.



Angína, spálová angína a *Streptococcus pyogenes*

lém je při přemnožení a průniku do organismu.

Bakterií druhu *Streptokok pyogenes* existuje mnoho kmenů, rozděleny jsou podle

virovou infekci. Velmi riziková je kombinace s planými neštovicemi, EB virem, pravou chřipkou a rotaviry. Streptokoky vytvářejí řadu toxinů specifických pro určité kmeny. Nejdůležitější jsou:

- **Erytrogenní (pyrogenní) toxin A, B, C** – způsobuje spálovou vyrážku, silně zesiluje zánětlivou reakci, reaguje hlavně s kůží a sliznicemi, vznikají proti němu protilátky. Tento toxin vzniká na základě bakteriofága, který v bakterii v podstatě vytvoří trvalé ložisko. Velké množství tohoto toxinu může být nebezpečné, může vzniknout toxický šok.
- **Streptolysin O** – produkován všemi kmeny i jinými streptokoky, poškozuje buněč-

Původce streptokokové angíny najdete v EAM setu:

Mikrobiologie NEW → *Bacterium* → *Gram-Positive Cocci* → *Streptococcaceae* → *Streptococcus* → *Streptococcus Group A* → *Streptococcus pyogenes*

Celkově vzrostl nejen počet respiračních viróz, ale i streptokokových angín. Velmi přibýlo spálových angín, výskyt se zvýšil více než čtyřikrát oproti období před covidem. Angíny neměly typické příznaky. Zároveň byly některé angíny spíše způsobeny adenoviry. Došlo také k bakteriální evoluci, vznikly nové kmeny, na které hůře působila antibiotika. Streptokoky se opakovaně vracely, přemnožovaly a onemocnění se někdy několikrát opakovalo. Streptokoky jsou rodem grampozitivních kokovitých (kulovitých, vejčitých tvarů), existuje jich řada druhů a rozděluje se do skupin podle schopnosti hemolýzy (rozpad červených krvinek) na alfa-, beta- a gama-hemolytické. Beta-hemolytické, způsobující úplnou hemolýzu, se nadále dělí podle antigenů buněčné stěny do skupin označených písmeny A, B, C... Streptokoky najdeme i volně v přírodě, některé jsou součástí mikrobiomu, některé mohou být i velmi patogenní. **Primárně patogením pro člověka je *Streptococcus pyogenes*, který může způsobit angínu, spálu, spálovou angínu, záněty středního ucha, kožní onemocnění jako impetigo, růže, nebezpečný zánět podkoží, sepse, meningitidy**

různých polysacharidů buněčné stěny. Hlavním faktorem virulence (stupeň patogenity, poškozující vlastnosti) a antigenem (struktura, na kterou reaguje imunita) je M-protein, který pomáhá bakterii přichytit se na sliznici a ochraňuje ji před fagocytózou a komple-



Informační medicína je vhodná nejen na chronické obtíže, ale i na řešení akutních problémů.

a syndrom toxického šoku. Jeho působením se mohou nastartovat některá autoimunitní nastavení jako revmatická horečka postihující klouby, srdce autoimunitním zánětem nebo glomerulonefritida (zánět ledvinných klubiček, probíhá zde filtrace) způsobený ukládáním imunokomplexů. Různé kmeny jsou ale někdy součástí mikrobiomu sliznic, běžně je na sliznicích má až 20 % dětí a o trochu méně dospělých. Výtěr z krku potvrzující streptokoka pyogenes bez známek onemocnění není třeba léčit antibiotiky. Nasazení antibiotik organismus zatěžuje a nemusí vůbec vést k eliminaci streptokoků. V určitém množství jsou normální součástí mikrobiomu sliznic. Prob-

mentovou reakcí. Je více než 120 sérotypů M-proteinů, jsou kódovány emm1 geny. Existuje proti nim specifická imunita, můžeme se tedy opakovaně nakazit různými typy. Při včasné nasazení antibiotik obvykle k vytvoření protilátek nedojde a může se opakovat onemocnění stejným sérotypem. M-protein je částečně podobný lidským proteinům srdce, ledvin a mozku, proto určité typy M-proteinu mohou být spouštěčem revmatické horečky nebo zánětu ledvin (sérotypy M1, M2, M3, M4, M5, M8, M12, M16, M18...).

Některé kmeny jsou tak obzvlášť invazivní a mohou způsobovat závažné problémy. Platí to obzvlášť pro současně probíhající akutní

né membrány, dochází k zániku buněk, obzvlášť toxický pro srdeční buňky. Vytváří se proti němu protilátky nazvané jako ASLO.

- **Streptolysin S** – silný buněčný jed, poškozuje hlavně imunitní, srdeční buňky, krevní destičky.
- **Streptokinázy, hyaluronidázy** – enzymy umožňující snazší průnik do tkání.
- **C5a-peptidáza** – blokuje působení komplementu (látková imunitní reakce).

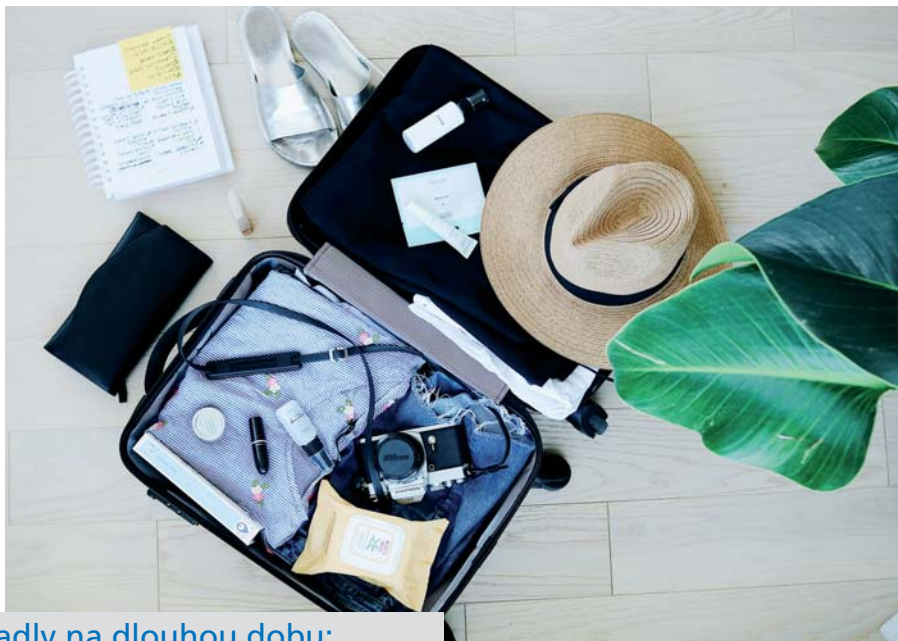
Tyto toxiny i virové proteiny jsou součástí speciálky **Streptococcus pyogenes** a přípravku **Kokplus®**.

Jaké přípravky můžete akutně využít aneb domácí informační lékárnička

Kdybych měla někam odcestovat na dlouhou dobu a měla možnost vzít si jen deset infor-

mačních přípravků, asi bych dlouho přemýšlela, co si s sebou vzít. Nakonec bych zvolila takové spektrum, které pokryje co největší množství toxinů. Samozřejmě, navržené přípravky vychází z mé osobní zkušenosti a mých potřeb, neobsahují tedy emoční přípravky. Ne, že bych je v běžném životě nepotřebovala, ale dokázala bych je v případě potřeby nahradit meditací nebo jinými technikami. Na druhou stranu základní přípravky jako **Antivex®**, **Nobac®** a podobně jsou nabitý mnoha informacemi, které samozřejmě nemám všechny v paměti a jak všichni víte, zásadní je přesná informace, bez ní detoxikace nepracuje.

Jiná situace je, když člověk jede třeba na běžnou dovolenou, tam se spektrum samozřejmě liší podle cíle cesty. V zimě na lyže



Cesta s omezenými zavazadly na dlouhou dobu:

Imun, Calon®, MindDren®, Non-grata, MiHerb, Antivex®, Nobac®, Yeast, Spirobor®, Mezeg® a CorDren®.

s sebou pro sebe a děti pravidelně vozím **Gripin**, teď nově přidám i **FlexiArt**. Na letní dovolenou kromě přípravku **Spirobor®** určitě vozím **Embrion®**, **Calon®** na zažívací obtíže,

někdy **OroDren** na záněty v ústech. Někdy pro děti k moři **Ekzex** a sama sobě pro odpočinek a regeneraci i třeba emoční přípravky, třeba **Relaxon®**, **Embase...**

Trvale ale mám doma pro sebe a pro blízké celou řadu přípravků, které v případě potřeby mám hned po ruce k akutnímu nasazení. Neřeším jejich záruční dobu, protože lihové přípravky vydrží skoro věčně. Nikdy se mi nestalo, že by se nějaký zkazil a informace v lihu zůstává uložena „natrvalo“.

Co nejčastěji můžeme akutně využít?

- **Imun** – podpora imunity při jakékoli infekční nákaze i jiném oslabení.
- **Anagin** – zduřené uzliny, bolest v krku, otoky mandlí, nateklé uzliny kdekoli v těle, neurčité bolesti břicha bez jiných příčin, bolesti kloubů, nohou, akutní problémy s hlasivkami, přípravek je důležitou součástí domácí lékárničky.
- **Gripin®** – jakékoli respirační nákazy, velmi důležité nasadit ihned po projevení prvních příznaků, v období respiračních viroz je ideální užívat preventivně například při návštěvě místa s větším počtem osob.
- **Kokplus®** – bolení v krku, angínové příznaky – obtížné polykání, bolest v uších, nateklé uzliny, hnisavé záněty, kožní záněty.
- **Spirobor®** – zapité klíště, poštipání jakýmkoli hmyzem, neobvyklé skvrny na kůži nealergického původu, vhodný i pro zvířata.
- **FSME** – poštipání hmyzem, zapité klíště.
- **Herp®** – opary, afty.
- **Anaerob** – záněty v ústech, kořenové váčky, hnisavá ložiska v ústech, problémy s trávením, záněty mazových žláz, vlasových folikulů, akné, někdy používám při únávě.
- **Enterobac** – průjem, záněty močových cest.
- **Chlamydi** – suchý kašel, častá infekce při pobytu v nemocnicích, ústavech sociální péče.
- **Embrion®** – jakékoli problémy s trávicím traktem.
- **Autoimun®** – neradostná nálada, přetížení, záněty bez zjevné příčiny.
- **Streson®** – jakékoli zátěžové, stresové situace.
- **Pesticid** – někdy používám na cestách, když mi není „dobře od žaludku“ a mám podezření na nekvalitní jídlo.
- **Virtox** – „doléčení“ jakéhokoli onemocnění, protože obvykle se nějaké viry na problému podílí, únava.

Pak samozřejmě opakovaně používám řadu drenů podle výskytu akutních obtíží. Určitě mám doma základní mateřské dreny, **AuriDren, OroDren, SinuDren®, Lymfatex®...**

Tento přehled samozřejmě není úplně vyčerpávající, určitě byste našli řadu dalších využití při akutních problémech. Pokud máte nějaké zajímavé zkušenosti, budu velmi ráda, když se o ně podělíte, ideálně přímo s naší šéfredaktorkou Lindou Maletínskou na e-mailu l.maletinska@joalis.eu. Článek berte jako in-

spiraci. Samotnou mě překvapilo, že ne každý poradce ví, že informační přípravky lze užívat i při akutních problémech. Tím, jak vzrůstá rezistence mikroorganismů proti antibiotikům, antitumorkům a dalším lékům, bude akutní využití přírodních prostředků v praxi velmi důležité. Podle prognóz se infekční onemoc-

nění opět mají stát hlavní příčinou úmrtí. Je důležité se mikrobiologii věnovat v praxi i ve studiu.

Přeji Vám krásné léto naplněné radostí z bytí, dočerpejte v přírodě své životní síly. 🌿

Mgr. Marie Vilánková





„Valící se kámen mech nesbírá“ a „Zahálka je počátek všech neřestí“ versus „Žádný sport!“ a „Sport je vražda“ – v tomto článku o zastavení procesu stárnutí osvětlujeme kontroverzní debatu o tom, zda k dlouhému a zdravému životu vede odpočinek a zpomalení, nebo tělesný trénink a sport.

Útěk před stárnutím!?

Člověk a moucha

Poté, co po druhé světové válce vyšla z módy ideologická představa atletického, ocelového, zdravého, mladého, německého elitního vojáka, vrátil se klid a sir Winston Churchill, snad i jako vedlejší úder této ideologii, prohlásil jako vysvětlení svého stáří svůj slavný výrok o své zahálce: *Žádný sport! Je sport nezdravý? Vždyť při něm vzniká spousta volných radikálů, kyselin a odpadních produktů. V kalifornském experimentu s mouchami bylo prokázáno, že mouchy s omezeným pohybem žijí déle než jejich sportovně založené protějšky. Zřejmě právě z tohoto důvodu. Ty, které se hýbou, vdechují až patnáctkrát více kyslíku než v klidu. Kyslík působí jako volný radikál, který způsobuje naši oxidaci. Takže by vlastně mělo platit: „Kdo závodí, rezaví“... alespoň v případě much.*

Odpověď není tak jednoduchá, jak se nyní zdá: Ne! Sport je samozřejmě zdravý. Měli byste však znát několik základních pravidel. Investice do profesionálního a zkušeného trenéra ušetří pozdější náklady na rehabilitaci. Sport prokazatelně snižuje riziko demence,

každodenních úrazů, rakoviny, osteoporózy, cukrovky 2. typu nebo psychických onemocnění, posiluje imunitní systém, snižuje obezitu, podporuje libido i zdravý hluboký spánek, působí proti stresu a udržuje nás v kondici a čilosti, zkracuje případnou dobu rekonvalescence a díky němu vypadáme dobře a mladší než bez sportu. Sport také podporuje detoxikaci organismu. Kdyby se sport mohl prodávat ve formě tablet, byl by to nejspěšnější lék všech dob. Sir Winston Churchill byl také velmi sportovně založený, alespoň ve svých mladých letech, a neexistuje žádný důkaz pravosti jeho citátu, který, pokud ho skutečně takto řekl, možná chápal spíše jako vtip. Kdo ví?

Jak to nyní zapadá do experimentu s mouchami a platí to pro všechny a vždy? A pro které sporty přesně? A proč? Tak prosím! Postupně...

Lidé jsou složitější než mouchy a lépe vybaveni proti oxidačnímu stresu. Nejúčinnější antioxidanty si vyrábíme sami. Superoxid-dismutázu a glutathion. Při fyzické námaze se jich produkuje více, než je pro tělo potřebné – dlouhodobě tak napravují více škod než jen škody způsobené cvičením. Ale po-

zor: pokud tělu cizí antioxidanty užijeme krátce předtím, metabolismus si tento namáhavý krok ušetří a spoléhá se na ně. Například vitamin E, minerály a stopové prvky, které k výrobě potřebuje, je lepší dodat tělu předem. Výborný je **Joalis Minemax** s vysokým obsahem selenu a informací, díky kterým se minerály a vitaminy z přípravku snadno vstřebávají. A vitaminové bomby nebo šťávu z mladého ječmene nekonzumujte ihned po sportu, ale až o něco později.

Stejně jako v předchozích číslech bulletinu Joalis můžeme tyto pozitivní účinky vysvětlit pomocí principu hormeze. Působením určité míry zátěže (tedy lehkého poškození), které člověk může snadno překonat, se napraví více než jen poškození z této aktivity. Na tomto principu v podstatě fungují i informace v přípravcích Joalis, jen my nezpůsobujeme vůbec žádné poškození.

Vynakládejte úsilí, ale nepřehánějte ho

Než se budeme věnovat konkrétním sportům a jejich účinkům, nejprve si vyberte sport,

který vás nejvíce baví. Ten vám s největší pravděpodobností zaručí výdrž. Vybírat si pouze z rozumu a pokaždé se muset překonat jen kvůli tomu, že děláte něco pro své zdraví, by mohlo případně skončit frustrujícím pocitem, že jste selhali. Tělo se v podstatě přizpůsobuje zátěži. V rámci této adaptace dochází k zajímavému časovému zpoždění. V prvních 24 hodinách adaptace dochází k rozpadu pojivové tkáně a také poraněné svalové tkáně, která je následně znovu vybudována. Po třech dnech je tkáň zpevněná a silnější než předtím, pak se opět srovná. Pokud tedy děláte každý den stejně intenzivní pohyby, může to vést k přetřénování, stále se jen rozkládá a výkonnost klesá, tkáň jsou přetřénované, náchylné k zánětům a slabší. Dobrým konceptem může být každodenní provádění určitých protahovacích a posilovacích cviků, které cíleně rozkládají strukturu, například mobilizují ztuhlý kloub. Jinak by se měly stejné svalové skupiny nebo terapeutické podněty provádět pro začátek přesně každé tři dny. Pokud cvičíte častěji než každý třetí den, měli byste program zpestřit, abyste dosáhli vyváženého výsledku. Ti, kteří trénují pouze jednou týdně, zaznamenají jen malé zlepšení. Nebezpečí spočívá spíše v tom, že se při této jedné příležitosti přetrénujete. Přípravek **Joalis Mezeg®** může pomoci optimalizovat a zkrátit fázi regenerace po tréninku. Tělo, které dlouhodobě trénuje, je ve fázi regenerace stejně rychlé jako tělo začátečníka.

Pokud se delší dobu nehýbete, vaše tělo ztuhne. A to nejen doslova. Aby se například

svaly mohly pohybovat proti sobě, existují mezi jejich fasciemi klouzavé, doslova klouby promazávající vrstvy. Ty obsahují kyselinu hyaluronovou, která se chová podobně jako med nebo hlen. Při pohybu vzniká teplo, které ji činí tekutou. Když se trochu ochladí, stane se lepkavou a vy si po dlouhé době u obrazovky počítače všimnete prvních příznaků zatuhnutí. Začíná to již po jedné hodině. Pokud zůstane lepkavá delší dobu, může dojít i ke vzniku srůstů. Dlouhodobá nehybnost vede k rozpadu a zkrácení svalů. Lidé se dnes pohybují mnohem méně než před sto lety. Vynálezy, které činí život pohodlnějším, mají svou odvrácenou stranu: tělesný úpadek. V dallaské studii z šedesátých let minulého století byli zdraví dospělí lidé podrobeni třítydennímu klidu na lůžku za účelem

krvní tlak, větší chuť na rychlé cukry a mnoho dalších negativních účinků.

Dalším pozitivním účinkem sportovních výzev je množení a obnova mitochondrií. Mitochondrie jsou považovány za elektrárny buněk a dodávají nám energii. Pokud se cítíte unavení a bez motivace, máte obvykle příliš málo nebo příliš staré mitochondrie. Cvičení nebo Kneippovy (vodní) kúry umožňují růst nových mitochondrií, které tak poskytují více energie v každodenním životě.

A šedé buňky se probouzejí...

„*Mens sana in corpore sano*“. Tento latinský citát, i když vytržený z kontextu, nám říká – „ve zdravém těle zdravý duch“. Svalový tré-

Pozitivním účinkem sportovních výzev je zmnožení a obnova mitochondrií.

studia rehabilitace. Nejvíce zarážející však bylo dramatické stárnutí účastníků studie. Díky všem hodnotám vypadali dvakrát starší než předtím, a co bylo ještě horší, ne všechny hodnoty se daly jednoduše tak rychle natrénovat zpět. Takže ne všechny biomarkery, které ukazují náš biologický věk, se během studie vrátily do normálu. Kalorie se během cvičení investují do svalů. Při nehybnosti do tukové tkáně. Obezita způsobuje vyšší hladinu interleukinu-6, takže více zánětů, vyšší

nink, zejména v kombinaci s novými pohybovými vzorci nebo reaktivním tréninkem, jako jsou míčové hry, totiž způsobuje také růst, a to v nervových spojeních spojených s těmito svaly. Vzniká BDNF, nervový růstový faktor, který také zásobuje mozek krví a kromě zvýšené tvorby synapsí dokonce umožňuje růst nových nervů v hipokampu, což nám umožňuje dlouhodobě si lépe pamatovat. Pokud tedy chcete proti demenci kromě mentálních výzev něco udělat, můžete se věnovat i fyzickým výzvám. Vhodný je zejména nový taneční styl, nový míčový sport a složité pohybové vzorce, jako je například hra golfu. Hipokampus je také zodpovědný za prostorovou orientaci. Procházky v lese nebo orientační běh tak mají dvojnásobně pozitivní účinek. S přípravky **Joalis Streson®**, **MindDren®** a **Antimetat®** této oblasti ulevíme a zbavíme ji největších stresových zátěží.

V krvi se však nezjišťuje pouze BDNF. Sport také omlazuje náš hormonální stav. Omlazující růstové hormony se v kulturistice uvolňují nejvíce při zátěži (třikrát po patnácti opakováních). Androgenní hormony se uvolňují při cvičení, které lze opakovat maximálně pětkrát až šestkrát. Dopamin se například uvolňuje při józe. Extatický tanec zase podporuje uvolňování hormonů štítné žlázy a endorfinů zlepšujících náladu.

Dalším častým projevem stárnutí jsou artritické změny kloubů. Za příčinu degradace chrupavky obvykle považujeme přetížení a špatné postavení kloubů, lépe řečeno zbytky metabolismu, soli a toxiny nebo zárodky.



Ale zejména nedostatek pohybu také podporuje a způsobuje osteoartrózu. Chrupavka nemá cévy, ale je vyživována a čištěna synoviální tekutinou. Tato tekutina, nazývaná také synovie, je produkována vnitřním listem kloubního pouzdra a je stimulována především pohybem a tahem na pouzdro. Záleží tedy také na správném druhu zátěže. Například běžcům doporučuji trénovat se špunty do uší, aby běhali bez stresujících a slyšitelných vibrací.

Při vši euforii bychom pak neměli opomíjet aspekty odpočinku a nečinnosti. Cvičení během dne automaticky zajišťuje klidnější spánek, ale obojí bychom mohli podpořit ájurvédským lékem Ašvaganda. Jako čaj nebo v kapslích během dne podporuje budování svalů a stejně tak podporuje hluboký spánek. Pro omlazující účinky stačí cvičit dvakrát až třikrát týdně po dobu půl hodiny.

Aby se vše pomalu sladilo, je třeba ještě dobře hospodařit s časem. Efektivita je při tzv. biohackingu velmi důležitá. Mottem biohackingu je „Neztrácet čas!“, protože pokud chceme všechna omlazující opatření vměstnat do svého týdenního rozvrhu a dobře sladit pracovní a soukromý život, potřebujeme plán. To vyžaduje také optimalizaci fází regenerace. Například pomocí autogenního tréninku. Můj



Sport dokáže obnovit a omladit zastaralé buňky, které se již nemohou dělit.

apel zde však stále zní, abychom naslouchali aktuálním potřebám těla a zůstali flexibilní, například když si tělo žádá odpočinek, ale do plánu patří i thajský box.

Triatlonista a farmář

Dalším zajímavým aspektem, o kterém málokdo ví, je, že ne všechny svaly jsou stejné. Existují různé typy svalových vláken, které lze zhruba rozdělit na dva typy. Na vlákna fázická a tonická, která tvoří příslušný sval v různém poměru. Fázická vlákna, známá také jako svaly s rychlým záškubem nebo bílá svalová vlákna, se mohou stahovat rychle, ale ne tak často a s menší výdrží. Tonické neboli pomalu škubající se svaly nebo červená vlákna se mohou smršťovat jen pomalu, ale vydrží dlouho. Přesné složení je předurčeno již od narození. Na jednotlivé prvky se však lze zaměřit, trénovat je a pravděpodobně také přeměnit z jednoho na druhý – prostřednictvím mezistupně lehkých červených mezi vláken. To je snazší směrem k vytrvalosti.

Člověk se spíše narodí jako sprinter. První, co člověk ztrácí, je obvykle rychlá reakční schopnost svalů. Proti tomu je vhodné použít balanční cvičení. Netrénovaný člověk si může při pádu zlomit krček stehenní kosti, což u starších lidí často končí smrtí.

Podpurné svaly, jako jsou dlouhé natahovače zad, se skládají z tonických svalů, zatímco bicepsy se skládají z fázických svalů. Při nedostatku pohybu mají fázické svaly tendenci napínat se a zkracovat, zatímco tonické svaly mají tendenci atrofovat. Což po nějaké době končí shrbeným, špatným a bolestivým držením těla většiny seniorů. To, že to tak nemusí skončit a že se v zásadě můžeme do vysokého věku vybudit, dokazují seniorská mistrovství v atletice. Známé jsou také CT snímky čtyřicetiletého triatlonisty s nádherně definovanými svaly, jasně ohraničenými strukturami, malým množstvím tuku a silnými kostmi ve srovnání se sedmdesátiletým „gaučákem“, kde nelze ohraničit žádnou strukturu. Pojivová tkáň, tuk a část svalstva jsou srostlé. Obrázek, který bolí už

při pohledu na něj. Dobrou zprávou je obrázek ještě staršího triatlonisty, který má více vyhraněnou strukturu a ještě méně tuku než čtyřicátník. Korunu všemu nasazuje obrázek stejně starého farmáře, který nikdy nesportoval, ale ani líně neseděl. Překvapivě je obrázek farmáře jen stěží rozeznatelný od obou triatlonistů. To by potvrzovalo domněnku, že sport nezlepšuje naši maximální délku života, ale pouze žehlí chyby sedavé civilizované společnosti.

Zatím si většina lidí může o maximální délce života nechat jen zdát, stejně tak jako o pevném zdraví bez bolestí. Takže pokud nás sport „jen“ přiblíží ke 120 letům, je to dostatečný důvod začít.

Nejnovější poznatky však dokazují, že za sportováním může být ještě větší potenciál. Mnohé studie prokázaly, že sport dokáže obnovit a omladit zastaralé buňky, které se již nejsou schopny dělit. To dokáže zejména intenzivní intervalový trénink, při kterém se střídají fáze sprintu a lehkého běhu. Například ve fotbale se tak děje automaticky. Abyste zde minimalizovali riziko zranění, je důležité se dobře zahřát a nedělat si příliš velké ambice. Tak sportem ku zdraví!

Georg Wöginger





3. část



Sluch – vnitřní ucho a jeho detoxikace

Ústrojí pro vnímání pohybu a rovnováhy

Ve výkladu o sluchovém aparátu člověka jsme pokročili k vnitřnímu uchu a k možnostem detoxikace jeho anatomických struktur. O vnitřním uchu, ve kterém se nacházejí čidla – snímače polohy, zrychlení hlavy a frekvenční analyzátor v kochle, můžeme hovořit jako o vrcholném konstrukčním díle „božských inženýrů“. Podle mě si tato část ucha zaslouží podrobný výklad, budeme se jí tedy věnovat v tomto i v příštím článku.

Vnitřním uchem označujeme složený útvar několika anatomických struktur označovaných jako kostěný labyrint (*labyrinth osseus*). Tyto struktury jsou jako by vytesány do „masivu“ skalní kosti (*os petrosus*), též označované jako pyramida (*pars pyramidalis*). „Petra“ znamená v řečtině skála; jak název napovídá, jde o kost veliké tvrdosti – jedná se o jednu z nejtvrdších kostí v lidském těle (i v řadě archeologických vykopávek se nachází málo poškozená).

Anatomické struktury vnitřního ucha

Kochlea – blanitý hlemýžď. Zde se pomocí uvnitř uloženého Cortiho orgánu uskutečňuje frekvenční analýza přicházejících zvuků a slov. Té věnujeme samostatný článek v příštím čísle bulletinu.

Tři další struktury („součástky“) pro vnímání polohy a pohybu (zrychlení) hlavy – viz obrázek na další straně:

- **Vejitý váček** (*utricleus*)
- **Kulovitý váček** (*sacculus*)

- **Tři polokruhové kanálky** (*canales semicirculares*)

Vejitý váček je útvar oválného tvaru délky cca 2,5 až 3,5 mm. **Kulovitý váček** je více sférický (kulovitý) útvar a je uložený ve vzpřímené poloze člověka v prostoru pod vejčitým váčkem a je o něco menší – cca dva až tři milimetry. Vnitřní stavba váčků je podobná, uvnitř mají epitelovou tkáň se shlukem jemných vláskových buněk, které jsou citlivé na pohnutí hlavy. Uvnitř obou váčků se nacházejí jemné krystalky uhličitanu vápenatého CaCO_3 , které jsou také citlivé na změny polohy a pohybu hlavy v prostoru. Bývají označovány jako statolity. Tyto minerální krystalky umístěné v rovnovážných ústrojích pomáhají většině živočichů i rostlin orientovat se v prostoru a růst nebo se pohybovat proti působení gravitačních sil.

Vejitý váček je spolu s kulovitým váčkem spojený kanálkem (*ductus utriculosaccularis*). Hlavním a podstatným rozdílem obou váčků je rozložení vláskových buněk citlivých na pohyb. Ve vzpřímené poloze jsou vláskové buňky **vejčitého váčku** uspořádány zezdola

nahoru – vertikálně, jsou tedy poněkud citlivější na vodorovný pohyb, například když se rozejdeme nebo rozběhneme při dobíhání tramvaje. U **kulovitého váčku** jsou vláskové buňky oproti vejčitému váčku uspořádány vodorovně – horizontálně, jsou tedy citlivější na pohyb nahoru nebo dolů, a to když uděláme dřep nebo povyskočíme, abychom si třeba přitáhli větev a utrhli třesně.

Z vláskových buněk z obou váčků se elektrochemickou cestou šířený signál převádí na propojené příslušné neurony VIII. hlavového nervu – sluchově rovnovážného (*nervus vestibulocochlearis*). Rychlost odezvy vláskových buněk na změnu polohy hlavy v prostoru je téměř okamžitá – v rozmezí cca 10–100 ms (tj. 0,1 až 0,01 s).

Tři polokruhové kanálky (*canales semicirculares*) jsou dalšími anatomickými útvary – čidly rovnovážného ústrojí člověka. Jedná se o tři duté kostěné „trubičky“ ve tvaru půlkruhu. Jsou proti sobě orientované přibližně ve třech rovinách lidského vnímání prostoru, tedy v pomyslných kartézských souřadnicích x, y a z. Polokruhové kanálky jsou uvnitř vyplněny tekutinou – *endolymfou*. Tato tekutina se svým složením nedá připodobnit k žádné jiné tekutině v lidském těle. Obsahuje vysoké množství iontů draslíku, a naopak nízké množství iontů sodných. Dále je charakteristická také vysokým obsahem vápenatých iontů. Uvnitř kanálků se nacházejí tzv. ampulární

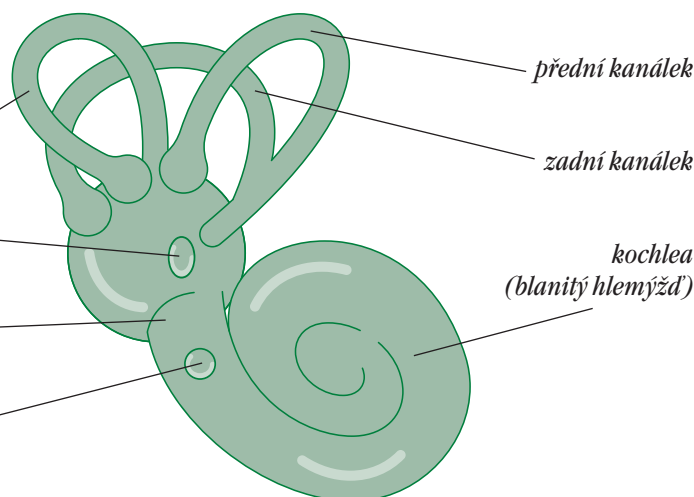
Vnitřní ucho

boční kanálek

vejčitý váček

vestibulum

kulovitý váček



přední kanálek

zadní kanálek

kochlea
(blaný hlemýžď)

problémy s rovnováhou, neboť může být ovlivňována (matena) souhrnná informace o poloze a pohybu hlavy směřující do sluchově rovnovážného nervu.

Poruchy rovnováhy – vertigo

Pocit porušené rovnováhy se v medicíně označuje jako **vertigo**. Může mít mírné i závažné projevy.

Závažné jsou projevy, kdy člověk ztrácí rovnováhu; obvykle se tak děje více v jednom směru. Tento stav zahrnuje sklony k pádům na jednu stranu, ztracení rovnováhy ve výtlahu, motání se bez zjevné příčiny, kdy je do-

zdařilý. V praxi jsem ve své poradně měl celou řadu klientů s těmito obtížemi, které poměrně rychle odezněly po podání kombinace přípravků Joalis spolu s přípravkem **AuriDren**.

Na toxickém poškozování rovnovážného ústrojí člověka se však může podílet celá řada jiných fyzikálně-chemických toxinů, například toxické kovy a především rtuť – **Joalis Antimetall Hg** a olovo **Joalis Antimetall Pb**. Dále mohou rovnovážné ústrojí poškozovat vedlejší účinky některých léků a usazování jejich reziduí – **Joalis Antidrog**.

Záněty vnitřního ucha

Akutní i chronické záněty vnitřního ucha (labyrinthitidy) jsou daleko méně časté než záněty středního ucha nebo záněty zvukovodu. Většinou se jedná o přítomnost virové zátěže, méně často o zátěž bakteriálního původu. V některých případech může zánět ve vnitřním uchu vzniknout jako komplikace po nevyčleněném nebo přechozeném zánětu středního ucha. V tom případě použijeme analogické přípravky jako u zánětu středního ucha – viz článek v minulém čísle bulletinu.

Virová infekce se však může do vnitřního ucha dostat také jinými transportními mechanismy, zejména v krevním řečišti. Eventuální virová zátěž ve vnějším uchu je prostředky klasické medicíny téměř nezjistitelná; zde může být velmi přínosná detekce na přístroji Salvia. Do úvahy přicházejí herpetické viry – přípravek **Herp®** – nebo chřipkové viry obecně – **Gripin®**; nebo je bez měření možné aplikovat celkový přípravek **Antivex®**, samozřejmě v tomto případě optimálně zároveň s přípravkem **AuriDren**. Nesmíme zapomenout ani na časté borelie, jejichž latentní účinky bývají velmi často klasickou medicínou přehlíženy nebo ignorovány, přestože mnohé světové vědecké studie hovoří o opaku. O této problematice se podrobně dočtete ve tře-

Akutní i chronické záněty vnitřního ucha jsou daleko méně časté než záněty středního ucha nebo záněty zvukovodu.

kristy (*cristae ampullares*), jejichž vláskové buňky jsou vysoce citlivé na sebemenší pohyb *endolymfy*. Polokruhové kanálky tak snímají pohyby hlavy, přesněji zrychlené pohyby při nejružnějších otáčivých pohybech hlavy nebo celého těla. Elektrochemické signály v podobě vzniklého membránového potenciálu jsou při pohybu přiváděny do mozku také VIII. hlavovým nervem – sluchově rovnovážným (*nervus vestibulocochlearis*). Polokruhové kanálky mají oproti kulovitému a vejčitému váčku rozměry větší, měří cca 1,2 až 1,5 cm.

Je zajímavé se v tomto okamžiku zastavit a uvědomit si, jak nepatrné útvary – georeceptory, snímače polohy a pohybu, rozhodují o našem fyzickém pocitu stability a vnímání prostoru. Je tedy zřejmé, že pokud se do prostoru těchto georeceptorů dostanou nějaké, byť jen nepatrné toxiny, mikrobiální či fyzikálně chemické, může člověk začít mít

konce v některých případech pro člověka nutné přidržovat se zdi nebo používat jiné podpůrné prostředky.

Mírnější projevy **vertiga** (které mohou mít ale v některých případech také jiné příčiny než narušení optimální funkce vestibulárního ústrojí ve vnitřním uchu) zahrnují mimo jiné časté nevolnosti a pocity na zvracení, pocity omámení a motání se bez zjevné příčiny připomínající stav opilosti (například při chůzi ze schodů nebo nahoru po schodech), zatmění před očima nebo pocit, že se točí svět (při zavřených očích v klidu), různé kinetózy, například při jízdě v autě nebo na kolotoči.

U všech těchto případů je nanejvýš vhodné použít přípravek **Joalis AuriDren**. Zvláště pokud má **vertigo** příčinu v podobě mikrobiálního ložiska například po prodělaném infekčním onemocnění, pak bývá výsledek po podání přípravku **Joalis AuriDren** velmi

tím díle *Joalis průvodce lidským tělem i duší – Borelie, spirochéty a jejich detoxikace*.

Meniérův syndrom

Meniérův syndrom je onemocnění, které se projevuje stavy závratě (vertigem), sluchovými šelesty (tinitem), pocity nevolnosti, zvracením, nedoslýchavostí nebo jinými poruchami sluchu. Někdy může mít nemoc charakter několikahodinových atak vystřídáných obdobím relativního klidu. Většinou uvažujeme o systémovém onemocnění, kdy se pro vznik tohoto syndromu může potkat celá řada vlivů jako jsou blokace krční páteře, nedokrvenost některých oblastí vnitřního ucha nebo mozku, hormonální problémy. Svůj vliv mohou mít i kouření a konzumace alkoholu nebo dlouhodobé užívání určitých typů léků, jejichž vedlejší účinky nebyly včas rozpoznány ošetřujícím lékařem.

Obtíže vzniklé při Meniérově syndromu lze obvykle ovlivnit jen precizně a systematicky vedenou detoxikací. Jednou z důležitých oblastí, které je nutné si při detoxikaci všimnout, jsou právě anatomické struktury vnitřního ucha. Obecně je však třeba mít na mysli, že pokud již došlo k nějakému typu degenera-

Kinetóza

Kinetóza je nepříjemný stav těla, který vzniká na základě rozporu mezi očekávaným a vnímaným pohybem. Typickými symptomy kinetózy jsou pocity nevolnosti nebo zvracení, malátnost nebo až celková vyčerpanost, ztráta chuti, nadměrné slinění, studený pot, bolest hlavy a jiné. Obvykle vznikají při houpatých nebo rotačních pohybech, tedy typicky při jízdě autem, na kolotoči nebo při plavbě (mořská nemoc).

Kinetózou trpí často malé děti, které typicky nesnášejí jízdu autem a dělá se jim nevolno nebo zvracejí. V poslední době jsem s úspěchem aplikoval u jedné známé pro její šestiletou holčičku sestavu přípravků: **Joalis AuriDren** + **VelienDren**® + **Cranium**®. Toto je tedy náš tip pro úvodní detoxikaci při kinetóze.

Je zajímavé uvědomit si, jak nepatrné útvary – georeceptory, snímače polohy a pohybu, rozhodují o našem fyzickém pocitu stability a vnímání prostoru.



tivního onemocnění provázeného poničením konkrétní anatomické struktury, návrat k původnímu stavu je jen málo pravděpodobný.

Při poruchách rovnováhy obecně však nelze opomenout ještě další příčiny, zejména problémy spojené s nedokrvením orgánů vnitřního ucha nebo některých jiných částí mozku. Na tělesné rovnováze a pohybu těla se také zásadní měrou podílí mozeček. Na jeho detoxikaci použijeme širokospektrální přípravky **Cranium**®, **MiHerb** nebo nejlépe úžeji zaměřený **Cortex**.

Znám také dvě ženy, které nemohou cestovat jako spolujezdcí, protože se jim dělá špatně. Pokud si sednou za volant, kinetóza mizí. Nabízí to otázky k zamyšlení. Na místě řidiče si totiž člověk představuje budoucí pohyb, sám ho řídí a ovlivňuje, předvídá ho a souzní s ním a „neprotestuje“ proti němu.

Mně osobně v dětství jízda na kolotoči nepřinášela žádné příjemné zážitky a řetízkový kolotoč jsem vyloženě neměl rád. Také si vzpomínám, že jsem jako malý chlapec trpěl kinetózami při jízdě v našem autě – světle

modrém voze Škoda 100 MB. Dále jsem také v dětství prodělal několik zánětů středouší. Zhruba v roce 2006, kdy jsem již mohl užívat poměrně „vyladěný“ a funkční přípravek **AuriDren**, u mě došlo po detoxikaci v této oblasti k významným pozitivním změnám.

Na závěr připojuji pro ilustraci k tématu vyprávění o mém prvním blízkém setkání s mořskou nemocí můj „manuál“, jak na to vyzrát.

Mořská nemoc na jachtě na Sporadách v Řecku

Psal se rok 2016, bylo slunné zářijové odpoledne. Vystoupil jsem na řeckém ostrově Aloxissos na břeh kotviště a chodník přístaviště se pode mnou v rytmu vln jemně, ale znatelně pohupoval. Popošel jsem opatrně o pár kroků dál k turistické tabuli s mapou ostrova a za-

se: tabule v typicky modrých řeckých barvách se mi před očima pohybovala v rytmu mořského vlnění dopředu a dozadu, sem a tam.

Zkoušel jsem chodit po přístavišti z jednoho konce na druhý, ale to nesnesitelné houpaní pořád ne a ne přestat. Asi bude lepší, když půjdu zpátky do přístavu do kajuty naší jachty, lehnu si a zavřu oči, pomyslel jsem si. Ale nedalo se to zastavit...

Mořskou nemoc jsem vlastně dostal hned třetí den plavby Egejským mořem mezi ostrovy severních Sporad. A vydržela mi až do konce našeho týdenního námořního výletu.

Kinetóza či v mém případě její speciální varianta – mořská nemoc – je stavem, kdy oči vnímají, že se nic nehýbe, zejména dole v podpalubí, ale signály z vestibulárního systému umístěného v uchu s tím zásadně nesouhlasí, protože se zároveň rozhybe a rozvíří kapalinné médium rovnovážného systému a předá zprávu o této situaci vestibulokokleárním nervem do mozku. Člověk, který žije celý život pouze na souši a nedá se (s jistou dávkou nadsázky) předpokládat, že by jeho praprapraděd byl potomkem Kryštofa Kolumba, nemá s tímto stavem rozporu mezi viděným a vnímaným zkušenost ani rodovou paměťovou stopu. Já také ne a moji předci i prapředci by na tom byli pravděpodobně stejně – byli pevně svázáni s půdou v české kotlině a na moravské Haně.

Obvyklá reakce organismu, nepřivykého na houpavý stav na moři, je: Mozek (centrální nervový systém) je tak vyjevený, že vyšle nelogické poplašné zprávy do organismu, žádnou lepší reakci totiž v zásobě nemá. Chybí předchozí zkušenost, aby si mozek řekl: „Ano, to znám, to už jsem zažil“. Příznaky pak mohou být žaludeční nevolnost, bolest hlavy, plynatost a nadýmání, nadměrná únava, závrať, polévání studeným potem, pokles krevního tlaku. Kromě klasických prostředků proti kinetóze (například Kinedryl, který nechci užívat) prý pomáhá cucání překrojené půlky citronu. Mně to však vůbec nepomáhalo, i když jsem to zkoušel několikrát... Vidíte tedy, že teoreticky – vědecky mám téma mořské nemoci velmi dobře zpracované a prozkoumané, ale nezbudné podvědomí si stejně stále dělá, co chce...

Prý pomáhá zaostřování na vzdálený horizont, ale to v mém případě také nějak nefunguje. Uvědomuji si, že pokud se na horizont zahledím přes slídové přední okno v plachtovinovém krytu na palubě, je pocit stejný jako dole v podpalubí – oko instinktivně zaostřuje na nečistoty – kapky vody na slídovém okně.

Další možností je, že si už mozek na tuto nestabilní situaci zvyknul a instinktivně se chovající podvědomí po určitém čase již takovou houpavou situaci nepovažuje za lidský život ohrožující.

Saša, dlouholetý pracovní kolega kapitána Petra, je na jachtě již popáté a sděluje mi, že při první plavbě zažíval velmi podobné pocity jako já. A jeho mozek už si na houpání přivyk, letošní pobyt na vodě si tedy zcela a plně užívá, a to včetně houpání v rytmu mořských vln.

Moje cesta lodí směrem k Antarktidě v prosinci roku 2016

Nový Zéland se rozprostírá na dvou ostrovech, severním a jižním. Severní ostrov, který je menší, sahá až k subtropickému pásmu. Jižní je spíše studenější, ale zajímavější. Pokud máte dostatek času, cestovatelé doporučují strávit zde delší dobu. Děláme to i my s mým cestovatelským parťákem Petrem (ano, je to ten samý Petr z minulého příběhu), a tak se na trajektu přesunujeme z Wellingtonu do Pictonu na jižním ostrově a zahajujeme zde druhou část naší výpravy směrem na jih.

Už doma, při četbě průvodce Lonely Planet, se mi v hlavě zrodila dobrodružná myšlenka. Možná mi ji během příprav vnukl kamarád Petr, každopádně nápad je zde... Podívat se ještě jižněji než na jih – tedy na nejj jižněj

ší místo na Zemi, které jsme doposud navštívili. Jižněji se nachází už pouze Ohňová země v Jižní Americe a samozřejmě Antarktida. Tedy novým dobrodružstvím je plout na ostrov, který se nachází pod jižním ostrovem Nového Zélandu – Steward Island.

Myšlenka nám takto hlodá během našich objevitelských cest autem po Novém Zélandu v hlavě již několik dní, a nakonec docházíme k spontánnímu konsensu – jedeme! Beru do ruky mobil a přes internet

naprosto v pohodě. Zdá se, že takový stav moře je pro něj úplně normální... Zpětně musím říct, že takové množství zvracejících lidí na palubě jsem ještě nezažil. Byla jich tak jedna třetina, a to většinu posádky tvořili spíše místní obyvatelé. Stevardky a stevardi na lodi byli po celé dvě hodiny plavby zaměstnání roznášením sáčků na zvracení a jejich odnášením.

Tak to je pro mě druhý pokus zvládnout mořskou nemoc a zároveň další zkušenost,



objednávám dopravu lodí do této destinace.

Přijíždíme tedy na nejj jižnější místo jižního ostrova, do městečka Bluff. Podnikáme svou pravidelnou denní túru, tentokrát směrem k místnímu kopci. Pak si zajdeme na kavu do zdejší avantgardní umělecké kavárny, která je plná zajímavých artefaktů. Když pozorujeme rozbourené moře, Petr jako zkušený kapitán konstatuje, že dnešní zhruba hodinová plavba na ostrov nebude vůbec jednoduchá... Parkujeme auto u přístavu a balíme nejpotřebnější věci (hlavně teplé a nepromokavé oblečení) a vyrážíme směrem k lodi. Jak se později dozvíme, na moři zažijeme nejextrémnější počasí, při kterém je trajektu v podobě nevelkého katamaránu ještě vůbec dovoleno vyplout.

Již při vyplutí je jasné, že opravdu zažijeme veliké dobrodružství. Moře je značně rozbourené a pohled na vlny v nás moc klidu nevyvolává. Ovšem kapitán lodi, který v přátelské náladě konverzuje s kolegou, vypadá

pomyslel jsem si. Teoreticky už mám kinetózu tedy nastudovanou perfektně, teď ji jenom zvládnout v praxi.

Představil jsem si tedy, že jsem zcela splynul s pohybem katamaránu na rozbourených vlnách. Pohyb nahoooo... chvíli vrchol... a pak rychleji dooooo... a hned pak nahoooo... a dooooo... a pak znovu, znovu a znovu. Celou jednu hodinu.

Ani nevím, jak jsem tu plavbu zvládnul, a navíc bez úhony a úplně v pohodě. Ale bez vcítění se do přirozeného rytmu burácejícího moře a splynutí s pohybem hrozivě vyhlížejících vysokých vln by to možné nebylo. Klíčem k úspěchu tedy bylo neprotestovat tělesnými pohyby proti přirozenému plynutí pohyblivého a nespoutaného vodního přírodního živlu.

Příště: Vnitřní ucho a kochlea – analyzátor zvukového spektra

Ing. Vladimír Jelínek





Energetická problematika zasluhuje pozornost vzhledem k důležitosti a rozsáhlosti tématu. Metodické detoxikační postupy nevěnující tomuto tématu pozornost ztrácejí na účinnosti, neboť aktuální energetický stav organismu odráží jeho kondici na všech hierarchických úrovních.

Energetické poruchy organismu a jejich harmonizace

V terapeutické praxi se často setkáváme s vyměřením pojmu Porucha čchi, který signalizuje přítomnost energetického deficitu v organismu na lokální či celotělové úrovni. Vždy je vhodné zabývat se příčinami a energetickými souvislostmi aktuálně řešeného případu. Energetická problematika je v programu EAM set obsažena i v dalších pojmech jako Meridiány, Čakry, Prázdnota Jang, Prázdnota Jin, příp. dalších.

Univerzální pracovní postup (UPP) považuje energetické téma za prioritní, neboť na základě výsledků systematického měření se u cca 60–80 % klientů setkáváme s Poruchami čchi na lokální či celotělové úrovni.

Univerzální pracovní postup a pentagram

S energetickou problematikou se terapeuti Joalis seznamují především ve spojitosti s výkladem čínského pentagramu. Je třeba si uvědomit, že výklad a interpretace pentagramu vychází z jeho filosofického konceptu, který je zobecněním dlouhodobých výsledků pozorování člověka a jeho interakcí s přírodou a prostředím, ve kterém žije.

Při výkladu pentagramu z oblasti energetické se dozvídáme o pohybu životní energie, nazývané různými pojmy (např. čchi, ki, prána, éter, orgon, suguwari) a jeho směrech v rámci pentagramu. Z mnoha směrů pohybu energie, jak po obvodu, tak napříč penta-

gramem, existuje pro daného člověka aktuálně jen jedna zcela konkrétní energetická situace, kterou charakterizuje takzvaný Individuální pentagram. Cílem je pak tento individuální energetický stav zjistit a pro názornost a pochopení jeho dopadů na organismus případně vyjádřit i v grafické formě.

Informační medicína a energetické disharmonie

Informační medicína Joalis disponuje prostředky a metodickými nástroji, které se energetické problematiky dotýkají a pomáhají její aktuální stav indikovat a následně řešit. Tyto nástroje v případě správného použití a systematické detoxikační praxe umožňují preventivně předcházet vzniku energetických deficitů na různých úrovních organismu (lokální, celotělová). Informační medicína tak představuje jednu z metod, které jsou schopné energetický systém těla cíleně ovlivnit, harmonizovat a navrátit dlouhodobě do stavu energetické rovnováhy.

Předností Informační medicíny je skutečnost, že náprava energetických poměrů v organismu je založena na odstranění aktuálně přítomného Zátěžového spektra na odpovídajících zatížených a oslabených anatomických strukturách (orgánech) těla, které je příčinou blokování volného energetického toku v meridiánech.

Z praktického pohledu Informační medicíny, ověřeného mnohaletou prací, vyplývá, že k poruše energetického meridiánového systé-

energetický (meridiánový) systém

$\Delta E = \Delta S$

J S OS SL P L ŽL TES TO Ž TS MM

orgány meridiány

fyzický systém (základna)

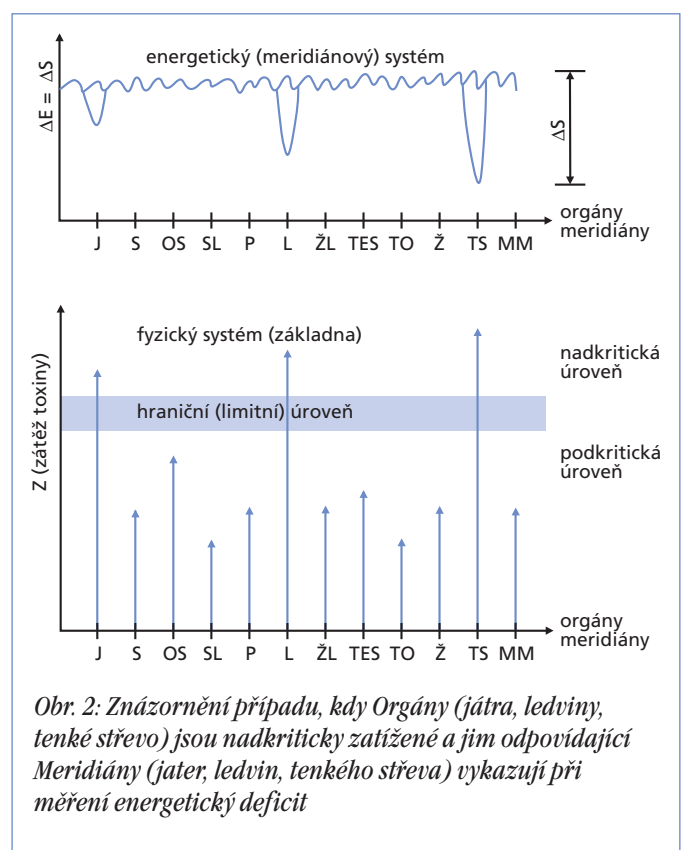
hraniční (limitní) úroveň

podkritická úroveň

J S OS SL P L ŽL TES TO Ž TS MM

orgány meridiány

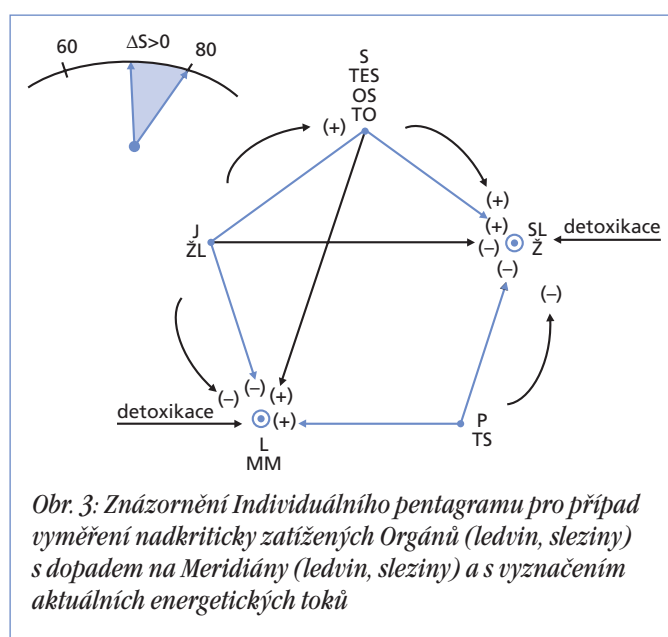
Obr. 1: Znázornění případu, kdy všechny orgány Jang a Jin jsou podkriticky zatíženy a jim odpovídající meridiány nevykazují měřitelný energetický deficit



Síť dvanácti řádných meridiánů (šest meridiánů Jin, šest meridiánů Jang) a osmi mimořádných meridiánů je vzájemně propojena s tokem energie čchi ve směru či v protisměru pohybu hodinových ručiček. Energetický deficit jednoho či více řádných meridiánů se tak projeví poruchami v energetickém toku s dopady i na další meridiány.

Podobné případy našťastí nejsou časté (méně než 1 % klientů), přesto se s nimi můžeme setkat.

Pohyb energie v meridiánech je řízen tzv. gradientem, kdy energie proudí samovolně ve směru potenciálového rozdílu (gradientu), to je z místa o vyšším potenciálu na místo s nižším potenciálem, a to ve směru či v protisměru pohybu hodinových ručiček. Měřením jsme schopni aktuální energetickou situaci klienta zjistit, vyhodnotit graficky ve formě Individuálního pentagramu a realizovat odpovídající opatření k její nápravě, viz obr. 3.



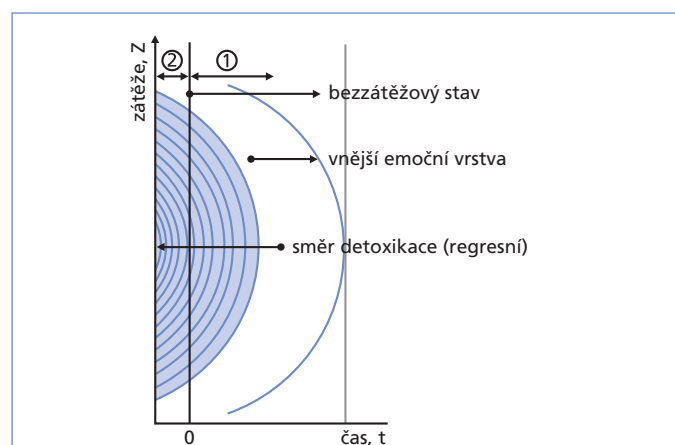
Informační medicína disponuje přístrojovým zázemím (Salvia, Acucomb), podpůrným softwarem ve formě programu EAM set a infor-

20 | Joalis info 4/2023

mačními přípravky Joalis k řešení energetické problematiky. Uvedené prostředky je nezbytné doplnit metodickými nástroji (např. UPP), které poskytují návod, jak prostředky efektivně využít při řešení aktuální energetické situace klienta.

Absence návodů na řešení energetické problematiky v pracovních postupech holistické metodiky významně znehodnocuje. Neřešení energetické problematiky vede k opouštění celostního přístupu, který je pro Informační medicínu jedním z charakteristických znaků.

UPP upozorňuje na důležitost měření aktuálního energetického stavu organismu a dává mu i potřebnou metodickou prioritu v rámci popisu jednotlivých pracovních kroků. Řešení či monitorování energetické problematiky je součástí každého Detoxikačního kroku (v rámci UPP), sledujícího kompletní odstranění aktuální, tj. vnější Emoční vrstvy. Při systematickém detoxikačním procesu s celostním přístupem, jaký představuje UPP, s energetickými poruchami organismu, se setkáváme zpravidla v úvodních detoxikačních krocích. Tím však není řečeno, že k vyměření energetického deficitu ve formě Poruchy čchi nemůže dojít i při detoxikaci hlouběji uložených Emočních vrstev, tj. v pokročilejších fázích detoxikace, viz obr. 4.



Obr. 4: Schematický náčrt vrstevnaté (cibulovité) struktury emočních vrstev

1) Základní detoxikace

2) Detoxikace prenatálního období

Osm kroků UPP

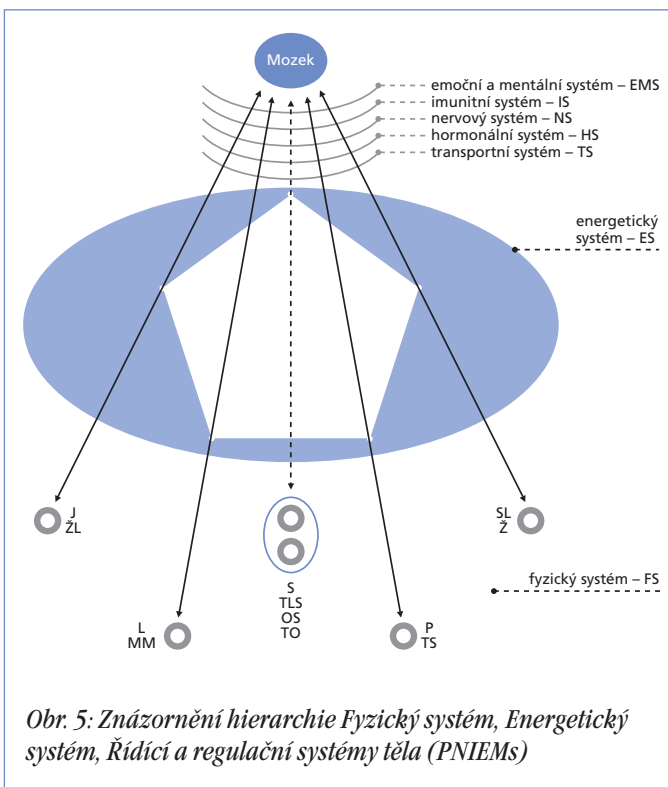
Pro dokonalé odstranění aktuální (vnější) Emoční vrstvy jsem navrhl a v praxi ověřil osmikrokový pracovní postup, respektující celostní pojetí detoxikačního procesu. Po odstranění vnější Emoční vrstvy je uvedený osmikrokový pracovní postup aplikován i pro hlubší, pod ní uložené, Emoční vrstvy. Výstupním dokumentem realizace UPP je „Protokol o měření“.

1. **krok:** Měření Základní tkáně (Celotělová úroveň)
2. **krok:** Měření Porucha čchi (Celotělová úroveň)
3. **krok:** Měření Oslabená základní (zdrojová) tkáň vs. Porucha čchi (Lokální úroveň)
4. **krok:** Měření Oslabená základní (zdrojová) tkáň vs. Orgány Jang, Orgány Jin
5. **krok:** Měření Oslabená základní (zdrojová) tkáň vs. Zátěžová sada
6. **krok:** Měření Oslabená základní (zdrojová) tkáň vs. Emoční a stresová sada

7. **krok:** Měření Oslabená základní (zdrojová) tkáň vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s prioritou pro řídicí a regulační systémy těla (PNIEMs)*

8. **krok:** Měření Oslabená základní (zdrojová) tkáň vs. Testovaný preparát či přípravek vs. Pozitivní účinek (Testování síly a pozitivního účinku preparátů)

Do energetického systému klienta se otiskuje jak aktuální stav jeho fyzické základny (základní tkáň, orgány Jang, orgány Jin), tak i aktuální stav Řídicí a regulační nadstavby těla (PNIEMs). Energetický systém se tak stává projekčním plátnem aktuálního zdravotního stavu klienta, viz obr. 5.



Obr. 5: Znárodnění hierarchie Fyzický systém, Energetický systém, Řídicí a regulační systémy těla (PNIEMs)

Praktická část – vyměření Poruchy čchi

Vyměření Poruchy čchi je ve srovnání s běžně vyměřenými složkami Zátěžového spektra či oslabenými anatomickými strukturami do jisté míry zvláštností. Vyměří-li terapeut např. oslabenou protiviřovou imunitu, snadno vyměří a vybere odpovídající a vhodný informační preparát pro její posílení, např. **Antivex®** či jiný protiviřový preparát.

Obdobné je to i v případech vyměření např. metabolické poruchy, zátěže anorganickými toxiny, nedostatku vitaminů či minerálů apod.

V případě vyměření Poruchy čchi však konkrétní informační preparát pro její řešení není k dispozici vzhledem ke komplexnosti a velké variabilitě energetické problematiky. Terapeut musí mít teoretické znalosti (viz např. pojmy Nadkritická zátěž orgánu, Individuální pentagram, Energetický tok a jeho směry) a metodické postupy (UPP), jak se v aktuální energetické situaci klienta orientovat a úspěšně ji zvládnout.

Jako příklady detoxikace s vyměřením a respektováním aktuálního energetického stavu organismu klienta uvádím tři případy klientů za použití UPP jako metodického nástroje. Komentář k jednotlivým

* PNIEMs – zkratka zahrnující systémy Psychický, Nervový, Imunitní, Endokrinní a Mikrobiom.

vým případům je veden přednostně z pohledu dopadů vyměřené aktuální situace organismu (zátěžové spektrum a jeho dopady na anatomické struktury) na energetický systém. V praxi se můžeme u klientů setkat se třemi základními energetickými situacemi:

- Poruchu čchi nevyměříme na lokální ani na celotělové úrovni – viz Protokol o měření – Klient 1.
- Poruchu čchi vyměříme pouze na lokální úrovni – viz Protokol o měření – Klient 2.
- Poruchu čchi vyměříme na celotělové i na lokální úrovni – viz Protokol o měření – Klient 3.

Klient 1 – žena, 75 let

Výsledky měření:

- **Základní tkáň** (Celotělová úroveň) → Svaly
- **Porucha čchi** (Celotělová úroveň) → bez indikace
Poznámka: Na celotělové úrovni nebyla energetická porucha vyměřena.
- **Svaly vs. Porucha čchi** (Lokální úroveň)
 - Svaly; Porucha čchi → bez indikace
Poznámka: Na lokální úrovni svalového systému nebyla energetická porucha vyměřena.
- **Svaly vs. Orgány Jang, Orgány Jin**
 - Svaly; Intestinum tenue+;
 - Svaly; Cor+;
 - Svaly; Cor+; Pulmones;
 - Svaly; Cor+; Ren+;
 - Poznámka: Na úrovni orgánů Jin rovnováha obnovována v cyklu Srdce, Plíce, Ledviny.*
- **Svaly vs. Zátěžová sada**
 - Svaly; Nedostatek minerálů – Mineral deficiency;
 - Svaly; Střevní toxiny – Intestinal toxins;
 - Svaly; Střevní dysbióza;
- **Svaly vs. Emoční a stresová sada**
 - Svaly; Emoce;
 - Svaly; Fobie;
 - Svaly; Úzkost;
- **Svaly vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s důrazem na Řídící a regulační systémy těla (PNIEMs)**
 - Svaly; Anatomie;
 - Svaly; Cor et pericardium+;
 - Svaly; Systema urogenitale+;
 - Svaly; Systema respiratorium+;
 - Svaly; Systema nervosum+;
 - Svaly; Systema nervosum autonomicum+;
 - Svaly; Systema nervosum intestinum+;
 - Svaly; Telencephalon+;
- **Svaly vs. Imunitní sada** → bez indikace
- **Svaly vs. Testovaný preparát vs. Pozitivní účinek**
(Testování Síly a Pozitivního účinku preparátů).

Klientka je v dlouhodobé a systematické detoxikaci, přichází na kontrolní měření. Cítí se dobře, zmiňuje pouze bolesti v okolí pravého kotníku při zátěži.

Komentář k výsledkům měření (podle UPP)

Měření Základní tkáň (Celotělová úroveň) indikovalo oslabený svalový systém s dopadem do srdečního okruhu. Měření Porucha čchi (Celotělová úroveň) bez indikace. Měření Svaly vs. Porucha čchi (Lokální úroveň) indikovalo energetický systém rovněž jako plně



funkční. Měření Svaly vs. Zátěžová sada indikovalo aktuální patologickou zátěž (nedostatek minerálů, Střevní dysbióza). Měření Svaly vs. Emoční a stresová sada indikovalo psychické patologické zátěže, které tvoří aktuální Emoční vrstvu. Její dopady na anatomické struktury, viz záznam Měření Svaly vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s důrazem na Řídící a regulační systémy těla (PNIEMs). Měření Svaly vs. Imunitní sada bez indikace. Na základě výsledků měření byly vytipovány přípravky Joalis, které byly následně testovány z hlediska Pozitivního či Negativního účinku na organismus klienta proti Svalům+. Preparáty s Negativním účinkem byly vyřazeny z použití v aktuálním detoxikačním kroku. Lokálně vytestované přípravky proti svalovému systému následně proměřeny na Celotělové úrovni.

- Přípravky – celotělová úroveň: **Hyperton[®], MuscuDren, Embase, Anxinex[®], Cranium[®], Enternal, Vegeton[®], Emoce[®], Activ-Col[®], Minemax.**

Klient 2 – žena, 80 let

Výsledky měření:

- **Základní tkáň** (Celotělová úroveň) → Vazivo
- **Porucha čchi** (Celotělová úroveň) → bez indikace
- **Vazivo vs. Porucha čchi** (Lokální úroveň)
 - Vazivo; Porucha čchi;
 - Vazivo; Meridiány;
 - Vazivo; Meridián srdce;
 - Vazivo; Meridián srdce; Meridián ledvin;
 - Vazivo; Meridián srdce; Meridián jater;
 - Poznámka: Oslabený Meridián srdce je na lokální úrovni energeticky dotován (kontrolován) Meridiánem jater a Meridiánem ledvin s cílem udržet energetickou rovnováhu organismu.*
- **Vazivo vs. Orgány Jang, Orgány Jin**
 - Vazivo; Intestinum tenue+;
 - Vazivo; Cor+;
 - Vazivo; Cor+; Liver+;
 - Vazivo; Cor+; Ren+;
 - Poznámka: Na úrovni orgánů Jin rovnováha obnovována v cyklu Srdce, Játra, Ledviny.*

○ Vazivo vs. Zátěžová sada

- Vazivo; Nedostatek vitaminů – Vitamin deficiency;
- Vazivo; Alergie+;

○ Vazivo vs. Emoční a stresová sada

- Vazivo; Fobie;
- Vazivo; Úzkost;

○ Vazivo vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s prioritou pro Řídící a regulační systémy těla (PNIEMs)

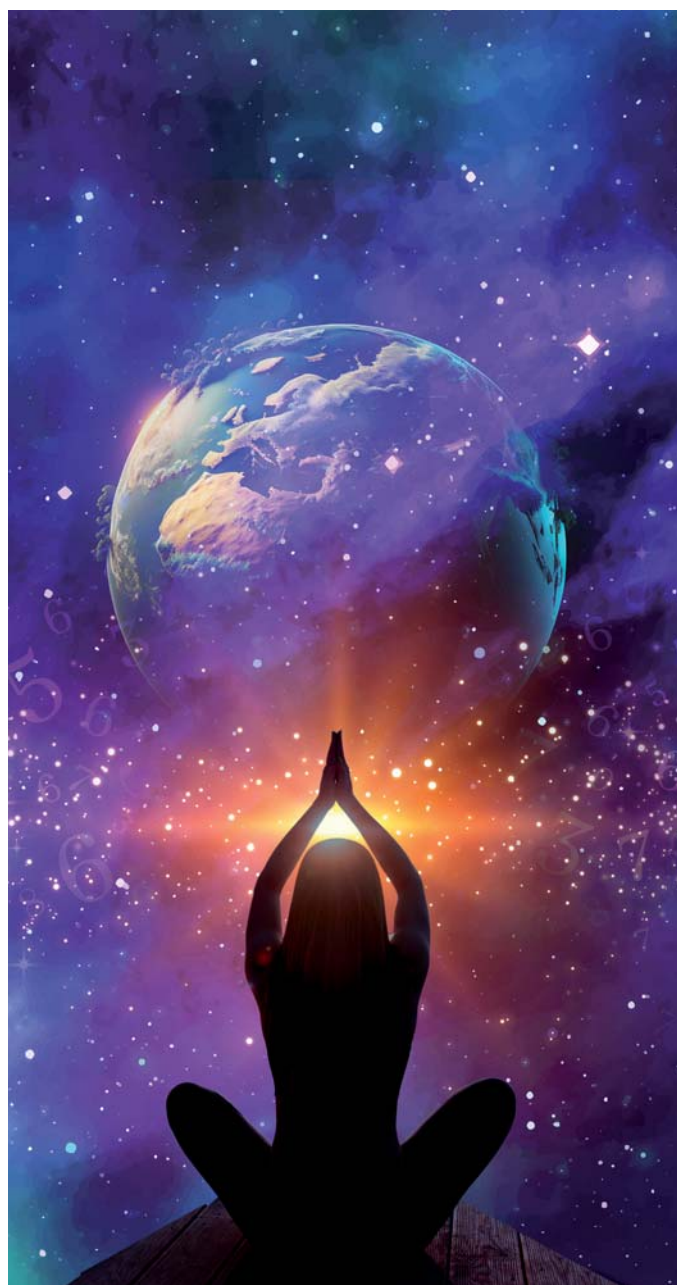
Realizováno na reálných informačních preparátech Joalis vybraných na základě předběžného měření přítomných zátěží a oslabených anatomických struktur.

○ Vazivo vs. Imunitní sada

- Vazivo; Alergie;

○ Vazivo vs. Testovaný preparát vs. Pozitivní účinek (Měření síly a pozitivního účinku preparátů).

Klientka je v dlouhodobé detoxikaci, přichází na kontrolní měření cca po roce. Cítí se dobře, stěžuje si na občasné bolesti transplantovaného kyčelního kloubu na pravé noze a občasné nepříznivé pocity



v srdeční oblasti, které dává do souvislosti s psychickými stavy. Žije sama, plnohodnotně se obstará, jezdí na kole, není závislá na cizí pomoci. Pravidelně navštěvuje a udržuje kontakty s početnou rodinou.

Komentář k výsledkům měření (podle UPP)

Měření Základní tkáň (Celotělová úroveň) indikovalo jako oslabenou tkáň Vazivo s dopadem do srdečního okruhu. Měření Porucha čchi (Celotělová úroveň) bez indikace. Měření Vazivo vs. Porucha čchi (Lokální úroveň) indikovalo energetickou poruchu na úrovni Vaziva. Měření Vazivo vs. Zátěžová sada indikovalo aktuální patologenní zátěže (Nedostatek vitaminů, Alergie). Měření Vazivo vs. Emoční a stresová sada indikovalo psychické patologenní zátěže (Strach, Úzkost), které tvoří aktuální Emoční vrstvu. Její dopady na anatomické struktury, viz záznam Měření Vazivo vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s prioritou pro Řídící a regulační systémy těla (PNIEMs). Měření Vazivo vs. Imunitní sada. Na základě výsledků měření přítomných zátěží a oslabených anatomických struktur byly vytipovány informační preparáty Joalis, které byly následně testovány z hlediska Pozitivního či Negativního účinku na organismus klienta proti Vazivu. Přípravky s Negativním a Neutrálním účinkem byly vyřazeny z použití v aktuálním detoxikačním kroku. Lokálně vytestované přípravky na úrovni vazivového systému následně proměřeny na Celotělové úrovni.

- Přípravky – celotělová úroveň: **Conectid®**, **Vegeton®**, **Embase**, **Anxinex®**, **CorHerb**, **Achol®**, **FasciDren**, **Anagin**, **Anaerg®**, **Minemax**.

Klient 3 – žena, 55 let

Výsledky měření:

○ Základní tkáň (Celotělová úroveň) → Vazivo

○ Porucha čchi (Celotělová úroveň)

- Porucha čchi; Meridiány+;
- Porucha čchi; Meridián plic;
- Porucha čchi; Meridián plic; Meridián srdce;
- Porucha čchi; Meridián plic; Meridián sleziny;

Poznámka: Na Celotělové úrovni vyměřen energeticky oslabený Meridián plic, který je energeticky dotován (ovládán, kontrolován) Meridiánem sleziny a Meridiánem srdce.

○ Vazivo vs. Porucha čchi (Lokální úroveň)

- Vazivo; Porucha čchi; Meridián plic;
- Vazivo; Porucha čchi; Meridián plic; Meridián srdce;
- Vazivo; Porucha čchi; Meridián plic; Meridián sleziny;

Poznámka: Na lokální úrovni Vaziva je z pohledu energetického kopírována energetická situace vyměřená na Celotělové úrovni.

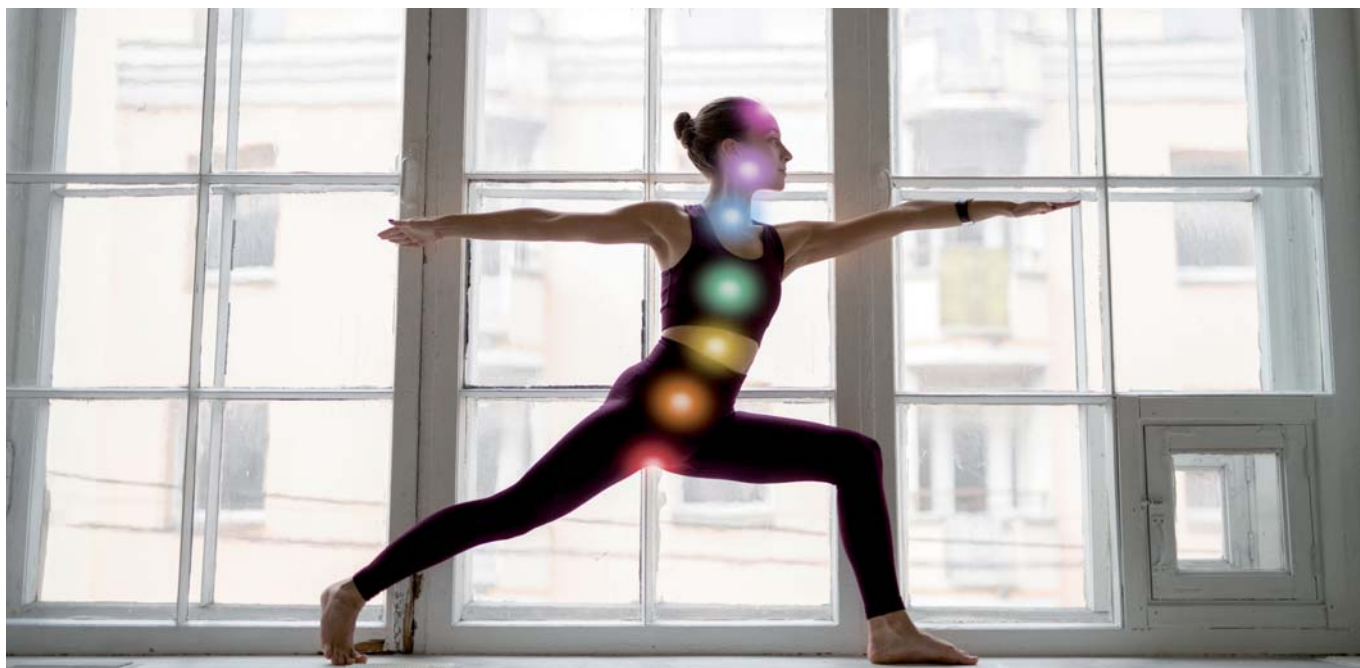
○ Vazivo vs. Orgány Jang, Orgány Jin

- Vazivo; Intestinum crassum+;
- Vazivo; Pulmones+; Cor+;
- Vazivo; Pulmones+; Splen (lien)+;

Poznámka: Na úrovni orgánů Jin rovnováha obnovována (harmonizována) v cyklu Plic, Slezina, Srdce.

○ Vazivo vs. Zátěžová sada

- Vazivo; Emocionální toxiny – Suppressed emotions;
- Vazivo; Akutní infekce;
- Vazivo; Nedostatek vitaminů – Vitamin deficiency;
- Vazivo; Psychocysty – opouzdřené emoce+;
- Vazivo; Střevní toxiny – Intestinal toxins;
- Vazivo; Zátěž organickými toxiny – Body burden of organic toxins;



- Vazivo; Zátěž solí – Body burden of salt;
- Vazivo; Zátěž stresem – Stress burden;
- Vazivo; Alergie+;
- Vazivo; Střevní dysbióza;

○ Vazivo vs. Emoční a stresová sada

- Vazivo; Blokovaný emocionální konflikt;
- Vazivo; Deprese;
- Vazivo; Psychosociální stres;
- Vazivo; Zátěž stresová;
- Vazivo; Chronický únavový syndrom;

○ Vazivo vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s prioritou pro Řídící a regulační systémy těla (PNIEMs)

- Vazivo; Anatomie; Vazivo; Vena+;
- Vazivo; Systema respiratorium+;
- Vazivo; Systema alimentarium+;
- Vazivo; Systema nervosum+;
- Vazivo; Systema nervosum intestinum+;
- Vazivo; Systema nervosum centrale+;
- Vazivo; Diencephalon+;
- Vazivo; Epithalamus+;
- Vazivo; Mesencephalon+;
- Vazivo; Formatio (substantia) reticularis;
- Vazivo; Telencephalon+;

○ Vazivo vs. Imunitní sada

- Vazivo; Imunodeficiencie – imunitní slabost;
- Vazivo; Protibakteriální imunita;
- Vazivo; Mikrobiologie;
- Vazivo; Spirochaetales+;
- Vazivo; Borrelia+;
- Vazivo; Enterobacteriaceae+;

○ Vazivo vs. Testovaný preparát vs. Pozitivní účinek

Poznámka: Testování Síly a Pozitivního účinku preparátů.

Klientka, matka dvou dětí, přichází na úvodní měření. Důvodem návštěvy je dlouhodobá bolest Achillovy šlachy. Žena, aktivní pracovně, působí na manažerské pozici. Má zájem o své zdraví a také mu v této oblasti věnuje pozornost (návštěva áyurvédské léčebny v Indii, cvičí jógu).

Komentář k výsledkům měření (podle UPP)

Měření Základní tkáň (Celotělová úroveň) indikovalo jako oslabenou tkáň Vazivo s dopadem do plicního okruhu. Měření Porucha čchi (Celotělová úroveň) indikovalo energetické oslabení Meridiánu plic s dopadem na Meridián sleziny a Meridián srdce, které jej dotují. Měření Vazivo vs. Porucha čchi (Lokální úroveň) indikovalo na lokální úrovni Poruchu čchi, která kopíruje energetický stav vyměřený Celotělově. Měření Vazivo vs. Zátěžová sada indikovalo přítomnost patogenních zátěží (Akutní infekce, Zátěž stresem, Deprese, Střevní dysbióza a další). Měření Vazivo vs. Emoční a stresová sada indikovalo psychické patogenní zátěže, viz záznam, které ve svém souhrnu tvoří aktuální Emoční vrstvu. Její dopady na anatomické struktury, viz záznam Měření Vazivo vs. anatomické struktury souboru Anatomie (lat.) s prioritou pro Řídící a regulační systémy těla (PNIEMs). Měření Vazivo vs. Imunitní sada indikovalo oslabenou Protibakteriální imunitu (Borrelia+, Enterobacteriaceae+). Na základě výsledků měření zátěží a oslabených anatomických struktur vybrány informační přípravky Joalis, které byly dále testovány z hlediska Pozitivního či Negativního účinku na organismus klienta proti Vazivu. Přípravky s vytestovaným Negativním a Neutrálním účinkem byly z použití vyřazeny v aktuálním detoxikačním kroku. Vytestované přípravky na Lokální úrovni vazivového systému následně proměřeny Celotělově.

- Přípravky – celotělová úroveň: **Pranon[®]**, **Enterobac**, **Depren**, **Conectid[®]**, **Fatig[®]**, **Nobac[®]**, **Gastex**, **Veron**, **Activ-Col[®]**.

Slovo závěrem

Příspěvek se opírá o Univerzální pracovní postup (UPP), který je výsledkem mé dlouhodobé metodické práce s cílem přiblížit Informační medicínu praktickému použití. Cca tříleté praktické ověřování konceptu UPP potvrzuje jeho správnost na základě zjištění aktuálního stavu organismu s následným navržením detoxikačních kúr, které u klientů zlepšily zdravotní i energetickou kondici. Rozpracování energetické koncepce, její detailnější vysvětlení a popis na třech kazuistikách z terapeutické praxe dále posouvá UPP k jeho finální podobě.



Ing. Vítězslav Křesťan

8. díl

Využití jaderné energie člověkem



V hmotě se skrývá obrovské množství energie...

V každém atomu tvořícím hmotné objekty se skrývá obrovské množství energie. Když se radioaktivní izotop atomu rozpadá ALFA nebo BETA zářením, vydává přitom její velké množství. O jaké množství vydané energie se jedná, to bychom se dozvěděli, kdybychom mohli atom zvážit před radioaktivním rozpadem a po něm. Po rozpadu bude atom „o něco lehčí“. Když úbytek této hmotnosti dosadíme do vztahu $E = mc^2$, můžeme vypočítat celkovou energii, která se při tomto rozpadu uvolnila ve formě energie kinetické, tepelné, radiační a jiné.

Problém s využitelností přírodních radioaktivních látek člověkem je, že tyto látky jsou v přírodě od sebe vzdáleny „příliš daleko“ a jsou pravidelně i nepravidelně rozmíchány v různých koncentracích. Pro využití v průmyslové výrobě se tedy nehodí, stejně tak se nehodí k získávání energie pro vojenské nebo mírové účely.

Jediná možnost, jak radioaktivní látky využít jako zdroj energie pro průmyslové účely, je výroba nových, syntetických radioaktivních lá-

tek, které jsou však „daleko více“ radioaktivní než ty, pocházející z přírodních zdrojů.

Výroba syntetických radioaktivních látek

K výrobě se využívá technologie obohacování uranu (případně jiných atomů), prostřednictvím které se připraví nové látky s vyšším protonovým číslem. Na takové obohacení jader daného prvku je potřeba speciální zařízení – urychlovače částic, cyklotrony. Uranová ruda nebo izolovaný uran se v nich „bombarduje“ vysokoenergetickými proudy neutronů. Pokud neutron pronikne až do atomového jádra uranu, může jádro buď obohatit o sebe (jeden neutron) nebo může dojít ke vzniku nového protonu (protonů) a tedy ke vzniku nového prvku. Cyklotrony se v některých světových laboratořích začaly používat po roce 1930. Od té doby vědci začali s umělou radioaktivitou experimentovat.

Začátek éry využití energie atomového jádra je spojen s objevem nového prvku – plu-

V roce 1905 publikoval Albert Einstein (1879–1955) ve své vědecké stati „Závisí setrvačnost tělesa na jeho energii?“ slavnou rovnici $E = mc^2$. Tato fyzikální rovnice je možná nejslavnější rovnicí všech dob. Znájí ji dokonce i ti lidé, kteří se o fyziku vůbec nezajímají.

tonia s atomovým číslem 94 – má tedy o dva protony více než uran s 92. Objevení tohoto prvku oznámil v roce 1934 tým vědců z univerzity v Římě pod vedením nositele Nobelovy ceny, jaderného fyzika Enrico Fermiho (1901–1954). Enrico Fermi je po právu považován za jednoho z „otců“ atomové bomby, přestože není jisté, zda si v době svého objevu tuto skutečnost sám uvědomoval.

Jako samostatný prvek bylo plutonium poprvé připraveno v roce 1940 vědeckými týmy hned ve dvou světových laboratořích – v britské Cambridge a v USA na kalifornské univerzitě v Berkeley. Příprava čistého plutonia jako kovu proběhla o rok později, 23. února 1941, v cyklotronu na kalifornské univerzitě v Berkeley. Závod o to, kdo dříve vyrobí atomovou bombu a použije ji v druhé světové válce, začal...

Aby bylo možné sestavit atomovou bombu, bylo nutné vyrobit relativně velké množství plutonia. Množství čistého plutonia použitelné pro jadernou zbraň se nazývá kritické množství. Dojde při něm k nastartování samovolné řetězové jaderné reakce, a tedy k explozi nálože. Kritické množství pro čisté kovové plutonium ^{239}Pu je cca 10,5 kg pro jednu nálož.* O několik let později, v roce 1945, byly armádou USA svrženy dvě atomové pumy na Japonskou město Hirošimu a Nagasaki. Jedna ze dvou použitých pum byla vyrobena právě z plutonia ^{239}Pu .

V odborné psychologické literatuře, která pojednává o psychopatech,** se uvádí, že společným znakem psychopatů je usilování o moc. Dotyčný musí mít pocit, že má nad druhými lidmi navrch, ukazuje svoji převahu a jedinečnost, a to za použití nejrozumnějších prostředků – od vědomého manipulování emocemi po použití násilných prostředků. Psychopatům je společné přesvědčení o jejich výjimečnosti a jedinečnosti, nezastaví se před ničím a nemají svědomí, které by jim sdělovalo, co je nebo není etické.

Využití vědy v mocenský prospěch se uvádí jako jeden z příkladů psychopatie. Vývoj, výroba a zkoušky jaderných zbraní, včetně úmyslu je bez výčitek svědomí použít, jsou



jen jedním, i když vrcholným případem psychopatického chování.

V některých knihách se spekuluje o tom, že Albert Einstein všechny své vědecké poznatky neprozradil, aby je lidé nezneužili pro svoje mocenské záměry. To však nelze potvrdit ani vyvrátit.

Dva přístupy k poznávání přírody

Existují dva přístupy, jak vědeckým způsobem poznávat přírodu. Tím prvním je její využití, včetně nerostných surovin, k lidským sobeckým účelům, ke zbohatnutí. Umělé altruistické důvody „proč se něco muselo stát“ se následně najdou vždycky... Patří sem také vývoj velmi pokročilých technologií, které umí se základními surovinami zacházet a modifikovat je. Podle mého názoru sem patří také snaha o manipulaci DNA člověka...

Druhým přístupem vědeckého poznání je prosté pozorování přírody ve smyslu „jak se co v přírodě děje“, bez nároku na moc nebo

budoucí zisk. V souladu s novými vědeckými objevy tak můžeme jenom udiveně obdivovat, jaké důmyslné mechanismy příroda okolo nás vytvořila a používá.*** Jedinec je pouze pozorovatel, nikoliv její manipulátor.

Opusťme však v tomto okamžiku filozofické úvahy a téma vojenského využití radioaktivních látek k ryze mocenským účelům. Některé další podrobnosti o jaderném zbrojení po druhé světové válce a také o kontaminaci životního prostředí radioaktivními látkami díky zkouškám jaderných zbraní světovými velmocemi budeme probírat v některém z dalších článků.

Mírové využití jaderné energie

Radioaktivní látky, například ve formě paliva, mají i mírové využití. Jejich výhodou je, že malé množství hmoty je schopné vydávat (vyzářit) značné množství energie. Tyto „hmotnostní“ důvody činí z radioaktivních látek vhodné vysokoenergetické palivo napří-

* Kritické množství nálože lze snížit s použitím neutronového odražeče až na množství cca 2,5 kg plutonia ^{239}Pu .

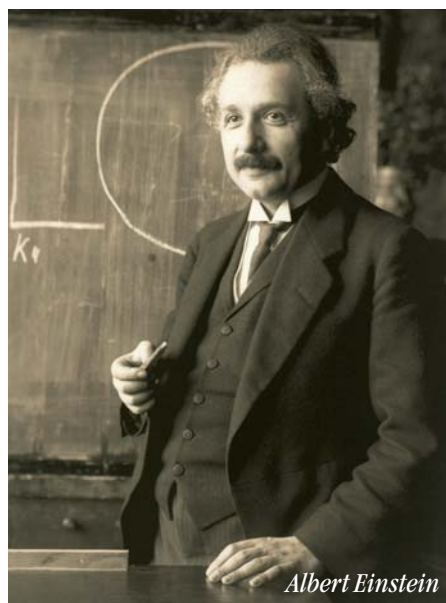
** Pojem psychopat se mní přesná psychologická definice konkrétního člověka. Pro označení, zda daný jedinec je nebo není psychopat, slouží dotazník, který v 70. letech sestavil kanadský psycholog Dr. Robert Hare (*1934). Dotazník obsahuje celkem dvacet jedna otázek, kdy každá otázka se hodnotí buď 0 – znak není přítomen, 1 – znak je zřejmě přítomen nebo 2 – dotyčný se zcela nepochybně vyznačuje tímto znakem. V Evropě se za psychopata označují jedinci se skóre 25 a výše, v USA a Kanadě od 30 výše. Uvádí se, že v celé společnosti je asi 1 % psychopatů, 4 % psychopatů najdeme v politice, v armádě, ve vysokém managementu, v lékařství, v advokacii, v řízení peněžních institucí a jiných.

*** V tomto smyslu patří detoxikační medicína Joalis k druhé skupině. Mě osobně nepřestává fascinovat, že prostřednictvím informačního přípravku lze imunitnímu systému „jen tak trochu napovědět“, že je třeba detoxikovat ta či ona látka, a ON to udělá. Neříkáme mu, jak to má udělat, mechanismy, jak se zbavit toxinu, necháváme v kompetenci imunitního systému. Pak už se jenom můžeme postavit do role pozorovatele a sledovat, jaké přírodní děje se v těle při detoxikaci začínají odehrávat.

klad do ponorek nebo do vesmírných sond. V minulosti se plutonium jako zdroj energie používalo dokonce v kardiostimulátorech. Nejznámějším a nejrozsáhlejším mírovým využitím jaderné energie jsou ovšem jaderné elektrárny. Pojďme si jen stručně připomenout některé mezníky, které vedly ke vzniku jaderných elektráren a jejich transformace do podoby, jakou známe dnes.

1942

Na univerzitě v americkém Chicagu je pod vedením již zmíněného italského fyzika Enrica Fermiho (objevitel plutonia, rok 1934, Řím) spuštěn první jaderný reaktor na světě. Byla také spuštěna historicky první řízená jaderná štěpná reakce. O řízené reakci hovoříme proto, že vhodné kontrolní mechanismy nedovolí, aby v objemu použité radioaktivní látky vzniklo kritické množství energie a jaderná reakce se tak stala neřízenou a došlo k explozi použité dávky. Výzkum v oboru jaderné energetiky se po roce 1941, tedy po vyrobení prvního čistého plutonia, nezaměřoval pouze na vojenské účely, ale ubíral se také cestou mírového využití jaderné energie.



Albert Einstein

1951

Ve státě Idaho v USA je poprvé vyrobena elektřina v experimentálním jaderném reaktoru. Poprvé byly takto vyrobenou atomovou energií rozsvíceny čtyři žárovky.

1954

V bývalém Sovětském svazu ve městě Obninsk byla zprovozněna první jaderná elektrárna, která dodávala elektřinu okolním domácnostem. Technologie použitá v této jaderné

elektrárně byla předchůdkyní reaktorů černobylského typu. V této „pionýrské“ atomové elektrárně se však zároveň vyrábělo plutonium pro vojenské účely.

1956

První západní jaderná elektrárna – Calder Hall o výkonu 50 MW – byla k elektrické síti připojena v severozápadní Anglii u Irského moře. Tato elektrárna také souběžně sloužila

pro vojenské účely, vyrábělo se v ní plutonium.

1957

Ve státě Pennsylvania v USA je spuštěna první jaderná elektrárna o výkonu 60 MW, a to pouze pro mírové účely. Nevyrábělo se v ní plutonium pro atomové zbraně. Tato elektrárna byla prototypem jaderných elektráren tzv. západního typu. Rozvoji jaderné energetiky v západním i ve východním bloku tak již nic nebránilo v cestě.

Jaderná energetika

Jaderná energetika je ekologicky čistou energií. Při rostoucí celosvětové spotřebě energie je zřejmě jedinou možností výroby čisté energie bez zanechání uhlíkové stopy zejména pro ty státy, které nejsou bohaté na potenciální zdroje jiné čisté energie, nemají tedy horské toky vhodné pro vybudování dostatečného množství hydroelektráren, nedisponují geotermální energií a jejich území není příliš vhodné pro vybudování větrných elektráren.

Jaderná energetika je sice ekologicky čistým oborem, šetrným k životnímu prostředí, ovšem jen do té doby, kdy má člověk (resp. orgány státního dozoru nad jadernou energetikou – v České republice Státní úřad pro jadernou bezpečnost [SÚJB]) stále kontrolu nad radioaktivním obsahem jaderného reaktoru a také stále bedlivě monitoruje a střeží úložiště nevyhořelého jaderného paliva. Pokud by se tyto radioaktivní látky nějakou souhrou okolností uvolnily do životního prostředí, již by se o tak ekologicky čistý zdroj energie nejednalo. Přejme si tedy, aby radio-

aktivní látky v reaktoru jaderné elektrárny a také v úložišti nevyhořelého paliva byly stále pod dohledem týmu odborně vzdělaných a moudrých lidí.

Zatím dvě nejzávažnější havárie jaderných elektráren se udály v roce 1986 v ukrajinském Černobylu a v roce 2011 v japonské Fukušimě. Po havárii atomové elektrárny v japonské Fukušimě, kterou způsobila vlna tsunami, unikla do životního prostředí méně

Jaderná energetika je sice ekologicky čistým oborem, ovšem jen v případě, že podléhá neustálé a velmi přísné kontrole.

než desetina* radioaktivních látek v porovnání s havárií v elektrárně černobylské.

V odborné toxikologické literatuře se uvádí, že zhruba dvě třetiny z celkového množství všech uniklých uměle vyrobených radioaktivních látek pochází z testů jaderných zbraní. Zbytek, tedy jedna třetina z celkového množství, tvoří právě jaderné havárie, z nichž zcela největší podíl připadá na černobylskou událost.

Černobylská havárie v roce 1986

Dosud nejzávažnější jadernou havárií v dějinách lidstva je havárie jaderné elektrárny v ukrajinském Černobylu v tehdejší Sovětské svazu v roce 1986. Ve své době zajišťovala zhruba 10 % celkové ukrajinské výroby elektrické energie.

K těžké havárii jaderného reaktoru došlo přesně 26. dubna 1986 v 1 hodinu a 23 minut. Havárie měla okamžitě závažné radiací důsledky, i když obsluha jaderné elektrárny od prvních chvil rozsah vzniklé havárie podceňovala. Na téma Černobyl bylo napsáno mnoho knih a natočeno mnoho výběrů dokumentů. Jedním z filmových dokumentů poslední doby (2019) je vysoko hodnocená pětidílná série z koprodukcí společností HBO a Sky s názvem Černobyl.

Hned po havárii zemřelo na následky ozáření 31 zaměstnanců elektrárny a hasičů. Další minimálně 140 osob bylo radiací vážně zasaženo a zraněno. Z okolí elektrárny bylo v následujících dnech evakuováno více než 100 000 lidí. Skutečný rozsah černobylské havárie však sovětská garnitura zveřejnila až po několika dnech.

* Tyto údaje se v různých zdrojích rozcházejí. Předpokládané množství radioaktivních látek uniklých z elektrárny ve Fukušimě se pohybuje mezi 1–10 % v porovnání s množstvím radioaktivního balastu uniklého z černobylské elektrárny.

Do atmosféry se bezprostředně po havárii uvolnil mrak z tuhých i plyných částic radioaktivních látek. Mrak postupoval nejprve přes Sovětský svaz na západ, směrem na Skandinávii. První důkazy, že se někde stala jaderná havárie, nepřinesly sovětské zdroje, ale pocházely ze Švédska. Hned druhý den po výbuchu, 27. dubna 1986, zaznamenali pracovníci švédské Forsmarkské jaderné elektrárny, vzdálené více než 1 000 km od Černobylu, svými dozimetry částičky radio-

v ovzduší také Krajské hygienické stanice v České republice. Odhaduje se, že v prvních dnech kvůli vydatnému dešti spadlo nejvíce radioaktivních látek v oblasti Orlických hor, dále v oblasti Novohradských hor a na Jeseníku.

V Černobylu se zatím nedařilo zvládnout kombinaci jaderného a „normálního“ požáru. Nikdo s touto situací neměl zkušenosti. Na pomoc byly povolány vojenské helikoptéry, které při zdraví nebezpečném přeletu nad

reaktorem shazovaly do jeho poničených útrobností tuny olova, dolomitu, písku, jílu a dalších látek, což mělo za cíl udušit požár.

4. května 1986 byly do země pod reaktorem vrtnými soupravami navrtány díry a jimi byl do podzemí v blízkosti reaktoru napumpován tekutý dusík, který měl za úkol půdu zmrazit. Hned druhý den, 5. května, však došlo z dosud neobjasněných důvodů k dalšímu úniku radioaktivních látek přibližně stejně velkého rozsahu jako před 10 dny, při první explozi. K dalšímu úniku poté již nedošlo.

Z pohledu toxikologie má i dnes smysl zabývat se radioaktivními izotopy uniklými při havárii jaderné elektrárny v Černobylu.

Zdravotní důsledky radioaktivního jódu ¹³¹

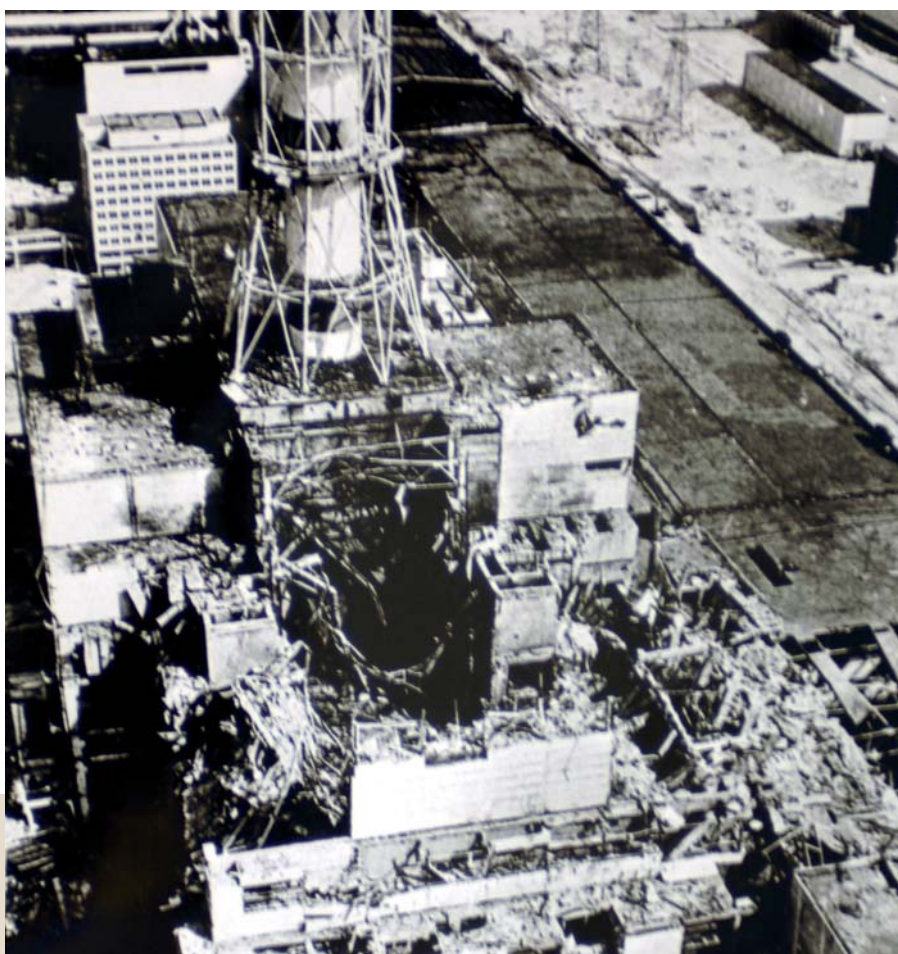
V době následující bezprostředně po havárii představoval největší zdravotní riziko únik

aktivního prachu na svém oblečení. Brzy pochopili, že se nejedná o problém vzniklý v jejich elektrárně, ale radioaktivní látky pocházejí ze vzdáleného zdroje kdesi na západě SSSR.

Podle dobových meteorologických záznamů

Poté, co radioaktivní mrak 26. dubna 1986 zasáhl Skandinávii, přeletěl ji a vrátil se zpět do místa svého vzniku na Ukrajině. Ještě týž den se změnil směr větru a mrak putoval přes Polsko, přibližně směrem nad tehdejší Československo a území Rakouska. Zde se odrazil od hřebene Alp a přešel ještě jednou přes území Československa směrem na Polsko. Druhá velká vlna úniku radioaktivních látek zasáhla Bulharsko.

Pracovníci jaderné elektrárny Dukovany na jižní Moravě zaznamenali zvýšenou radioaktivitu v pondělí 28. dubna 1986. Den poté zachytily značně zvýšenou radioaktivitu



Pro ilustraci závažnosti rozptýlení radioaktivních látek ve střední Evropě přikládám osobní zkušenost nejmenovaného zaměstnance vojenského útvaru ve Vimperku.

„Havárii v Černobylu není radno zlehčovat. V té době jsem se nacházel ve Vimperku (Jižní Čechy, Šumava), kde jsme u vojenského útvaru 2× denně měřili radioaktivitu. Do záznamu jsme museli psát, že je vše v normě, ale po dobu jednoho týdne úroveň radiace dosahovala v průměru hodnoty 1,4 milirentgenu za hodinu. Podotýkám, že při takové hodnotě radioaktivity vojenské normy té doby (stavěné na válečný stav) zakazovaly připravovat stravu a jíst se mohlo jen z konzerv ve stanu přelakovaném přes filtr. Když jsem se na konci směny přeměřil, „svítil jsem“ něco kolem 1 milirentgenu/hod asi tak do výše kolena. Když to konečně trochu spláchl déšť, tak mi filtr vzduchu ve Škodě 105 museli vyměnit kolegové z protichemické jednotky – tak silné to bylo! Po roce 1986 jsem pracoval ve zdravotnictví a kdokoli z endokrinologie vám poví, jak moc po této katastrofě stoupl počet onemocnění štítné žlázy. Zlehčovat to, co se stalo, mi připadá jako účelová manipulace. Podotýkám, že nejsem odpůrcem jaderné energie, spíše naopak, neboť při naší spotřebě je to nejlepší varianta z těch, které doposud známe.“



bících po havárii v Černobylu. Mementem tehdejší doby jsou však lidé s postiženou nebo vyoperovanou štítnou žlázou, kteří dosud žijí.

Mezinárodní agentura pro atomovou energii ve své zprávě z roku 1986 označila za hlavní příčinu jaderné havárie v Černobylu chyby operátorů. O několik let později, na základě dalších zjištění a skutečností, své stanovisko přehodnotila a v roce 1993 vydala novou upravenou analýzu, která jako viníka černobylské tragédie označuje jak chyby operátorů, tak zastaralou a tím i nebezpečnou konstrukci reaktoru.

Některé radioizotopy uniklé z černobylského reaktoru jsou činné dosud

Z pohledu toxikologie má v dnešní době stále smysl zabývat se zejména dvěma radioaktivními izotopy uniklými při havárii jaderné elektrárny v Černobylu. Jsou jimi radioaktivní izotop cesia ^{137}Cs s poločasem rozpadu 30,07 let a radioaktivní izotop stroncia ^{90}Sr , který má poločas radioaktivního rozpadu 28,8 let. Poločasy rozpadu obou prvků jsou přibližně stejné. Mají střednědobé účinky na lidské zdraví a vzhledem k tomu, že rok 1986

radioaktivního jódu ^{131}I . Tento radioaktivní prvek má poločas rozpadu 8 dní. Jeho teplota tání je $113,7^\circ\text{C}$ a teplota varu $184,3^\circ\text{C}$. Jód ^{131}I se tedy již při relativně nízkých teplotách (vzhledem k teplotě v reaktoru při havárii) stane plynem a při havárii tak mohl snadno uniknout a rozšířit se ve směru vanoucích větrů do méně i více vzdálených obydlených oblastí.

Jód je pro člověka základním biogenním prvkem, je potřeba pro syntézu hormonů štítné žlázy T3 a T4, tedy trijodthyroninu a tyroxinu. Jiné využití jódu v lidském těle, než je výroba těchto dvou hormonů, nebylo prokázáno.

V prvních dnech po expozici obyvatelstva radioaktivnímu jódu ^{131}I mělo smysl široké populaci perorálně podávat velké dávky stabilního jódu. Význam tohoto opatření tkví v rozmíchání/zředění vstřebaného radioaktivního jódu ^{131}I . Stopové množství ^{131}I se v organismu přirozeně smísí s daleko větším množstvím podaného stabilního jódu dodaného z tablet. Pro syntézu hormonů štítné žlázy se použije jen malé množství této směsi, její zbytek s rozmíchaným radioaktivním jodem ^{131}I organismus vyloučí, nejčastěji močovými cestami. Lidský organismus není schopen chemicky rozlišit mezi stabilním a radioaktivním izotopem.

Přístup k jodovým tabletám však v době těsně po havárii měl jen málokdo. Na vině byla i bagatelizace závažnosti havárie. Preven-

tivní podání přípravků s jódem (potřebné to bylo zejména u dětí) napadlo jen znalé a zkušené jedince.

Radioaktivní jód ^{131}I se sice téměř všechen vyzářil do cca dvou měsíců od havárie, jeho toxické účinky působící závažné zdravotní problémy však přetrvávaly mnohem déle. Například podle běloruského Ministerstva pro ochranu obyvatel se v období od havárie

Radioaktivní látky mají i mírové využití. Jejich výhodou je, že malé množství hmoty je schopné vydávat mnoho energie.

(1986) do roku 1994 v Bělorusku zvýšil výskyt poruch štítné žlázy čtyřicetkrát. Již v roce 1992 zaregistrovalo Ministerstvo zdravotnictví Ukrajiny dvojnásobně zvýšený výskyt rakoviny štítné žlázy u dětí. V roce 1994 dosáhl výskyt rakoviny štítné žlázy v některých oblastech až 24násobného zvýšení.

Na příkladu jódu ^{131}I si můžeme uvědomit, jak dlouho mohou trvat zdravotní účinky radioaktivního záření, a to navzdory tomu, že konkrétní izotop radioaktivní látky se v přírodě v podstatě již nevyskytuje – je vyzářen.*

Dnes již o radiotoxických účincích jódu ^{131}I nemá cenu příliš hovořit. Rok jeho expozice – 1986 – a osmidenní poločas rozpadu jej dnes řadí do propadlého dějin toxinů působ-

není z tohoto pohledu tak dávná minulost, je třeba se zamyslet nad jejich možným podílem u chronických civilizačních obtíží.

Je zajímavé sledovat, jak se přístupy různých zájmových skupin v názorech na závažnost jaderné havárie v Černobylu, potažmo účinky umělých radioaktivních látek, uniklých do přírody, různí. Výsledky studií, a to hlavně počty postižených, se značně liší podle toho, která zájmová organizace tyto studie vypracovala. Obhájci jaderné energetiky například udávají výrazně menší počty obětí z pohledu chronických zdravotních obtíží, než je tomu u lékařských nebo ekologických organizací.

Na detoxikaci od cesia používáme přípravek **Ionyx®** nebo **Ionyx® Cs**. Na detoxikaci od radioaktivního stroncia, včetně jeho stabilních přirozeně se vyskytujících izotopů, použijeme přípravek **Ionyx® Sr**.

Ing. Vladimír Jelínek

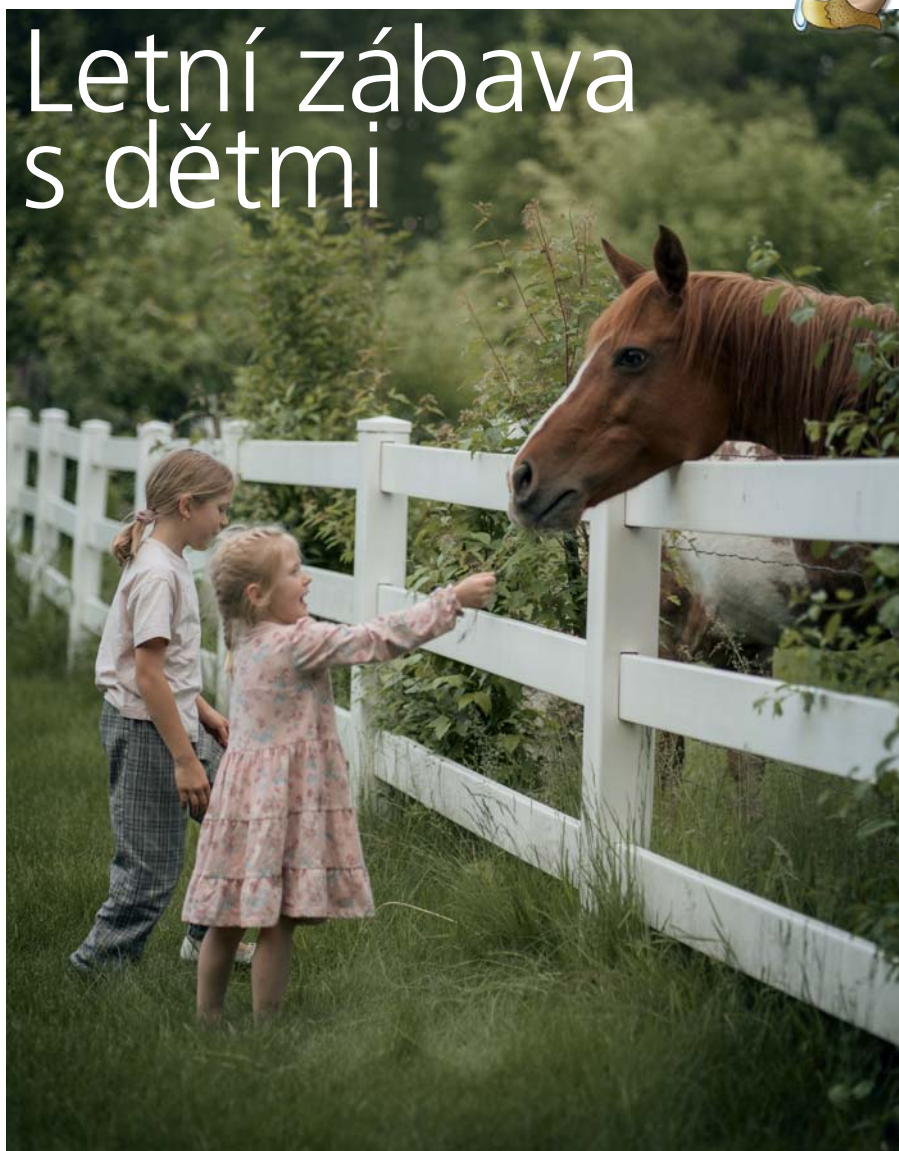


* Analogicky se tímto přístupem můžeme podívat na negativní zdravotní účinky radioaktivního cesia ^{137}Cs a stroncia ^{90}Sr . Oba tyto radioizotopy uniklé z černobylského reaktoru mají poločas rozpadu přibližně 30 let. Přestože je velká část z těchto radioaktivních látek již vyzářená, jejich zdravotní důsledky a působení na lidské tkáně se mohou projevit se značným časovým zpožděním.



Dva měsíce prázdnin jsou pro většinu dětí rájem, pro řadu rodičů noční můrou. Kam potomka o prázdninách umístit, aby se dnem nepotácel pouze s elektronikou v ruce? Protože rodičovskou povinností není být bavičem profesionálem, je vhodné na nějakého profesionála vsadit. Pomiňme teď otázku táborů, soustředění a pobytů u prarodičů, ale zkusme se podívat na to, jaké ještě existují možnosti pro společné zážitky s dětmi, a to právě v letních měsících.

Letní zábava s dětmi



Programy dětských zábavních parků

První pomocí, když vám z nějakého důvodu vypadne hlídání nebo program, jsou dětské zábavní parky a dětské koutky. Ty během prázdnin často nabízejí možnost hlídání a hlavně zábavy. Dítě tam můžete umístit buď na klasický týdenní příměstský tábor, nebo si třeba vybrat jen určité dny. Nemusí se jednat jen o hřiště, ale třeba o stavění lega, výlety na trampolíny do jump parku, otevřené lekce parkouru, výlet na kolech nebo střílečka v laser game. Pokud je vaše dítě zaměřeno spíše intelektuálně a umělecky, zkontrolujte program v místních galeriích, často se nabízí možnost interaktivních prohlídek s následným tvořením, existuje i řada volně otevřených keramických dílen (buď sami tvoříte anebo malujete na již vytvořenou keramiku).

Organizovanou zábavu, kde se dítě navíc něco přiučí, nabízejí různá vědecká centra, která jsou šikovně rozmístěna po republice. Zavítat můžete do iQLandie v Liberci, Vida! centra v Brně či Techmanie v Plzni. I zde najdete speciální prázdninové akce.

Do historie, za tvořením i dobrodružstvím

V letních měsících se otevírají také brány řady venkovních areálů. Oblíbená jsou například westernová městečka – mezi nejznámější patří Šiklův mlýn nebo Westernové městečko Boskovice. Krásným venkovním místem, kde se děti vyřádí ve všech směrech (včetně vodních radovánek) je Mirakulum (Milovice), Resort Březová (Rokytnice nad Rokytnou), unikátním „hřištěm“ je pak Permonium (Oslavany u Brna), které je vystavě-

no v bývalém dole Kukla. Stavit se můžete také v přírodních hřištích jako je Šťastná země v Radvánovicích u Turnova nebo Fajnpark v Chlumci nad Cidlinou. Starověká řemesla si můžete vyzkoušet v Zeměráji (Kovářov), mladé archeology jistě potěší HistoryPark pod Řípem. Pokud jsou vaše děti spíše na dinosaury, pak se vydejte do některého z Dinoparků. Trochu tajemna lze zažít na zámku Loučeň, kde v zámeckých zahradách vyzkoušíte řadu labyrintů. Pro tvořivé duše je vhodné navštívit centrum řemesel a bylinné zahrady Botanicus v Ostré nebo sklárnu Ajeto v Lindavě, kde si můžete sami vyzkoušet práci sklářů. Obrovský areál s pohádkovými možnostmi naleznete na Dolní Moravě.

Klasikou, která nezklame, jsou pak dětské prohlídky zámků. Jsou uzpůsobeny dětským návštěvníkům nejen délkou, ale i obsahem. Součástí bývají i pracovní listy, kdy dítě plní

během prohlídky určité úkoly a na závěr dostane malou odměnu. Některé hrady a zámky nabízejí například zkoušení šatů, návštěvu draka nebo hledání pokladu.

Výlety s turisty nejen pěšky

Pokud máte rádi turistiku, můžete se porozhlédnout po místním klubu turistů nebo třeba pobožce Domu dětí a mládeže. Často zde najdete zajímavé výzvy či tipy pro začátečníky, ale i pokročilé. Ponořit se můžete i do nabídky specializované turistiky po silových místech přírody nebo kulturních památkách s pohnutou historií. Podívat se můžete za českými kamennými kruhy, menhiry nebo třeba do nedostavěných klášterů, tajemných kaplí, posvátných hájů a pramenů. I taková komentovaná návštěva Řípu vám ukáže, co všechno jste možná o naší historii nevěděli. Turistiku nemusíme provozovat jen v místě svého bydliště, ale třeba i o dovolené. Řada měst a míst totiž nabízí komentované prohlídky okolí. Opět máte možnost pojmout to netradičně a vyrazit nikoli pěšky, ale třeba na kole, koloběžce nebo na koni!

Zkuste putovat Českem

Možná jste si všimli, že se na pořad dne opět dostalo čundrování, poutnictví neboli putování s batohem na zádech. Není se čemu di-

Tip:

Bambi Estomag – přípravek je zaměřen na žaludeční potíže, nevolnosti, problémy s trávením a bolesti břicha organického i psychosomatického původu.

Joalis Spirobor® – informační přípravek určený na kmen bakterií *Spirochaetes* (rody bakterií jako borelie, treponemy a leptospiry), který způsobuje kožní problémy, destruuje imunitu, způsobuje bolesti a záněty kloubů či napadá nervový systém.



vit, příroda má na lidský organismus opravdu blahodárný vliv a protože moderní doba je „náročnější“, jednodenní okružové výlety ne vždy organismus zregenerují. Skvělé je, že za poutnictvím nepotřebujete jezdit daleko. Za posledních pár let v ČR vzniklo několik poutnických cest, které nabízejí poznat republiku jinak. Jednou z cest je i Via Czechia. Nejdelsí trasou lze obejít republiku podél její hranice (trasa měří cca 4 000 km). Dobrou zprávou je, že ji lze absolvovat na etapy ane-

bo vybrat například přechod ze severu na jih nebo z východu na západ. Pozadu nezůstává ani Morava a Slezsko, kde najdete též zajímavé trasy. A vězte, že s batohem na zádech to bez problému zvládnou i školní děti. Zážitek si můžete libovolně prohlubovat. Spěte „na divoko“ v hamace nebo pod celtou či využijte vyznačená místa k přespání (odpočívadla nebo spací budky). Už samotné rozhodování, co se vám (a dětem) vyplatí nést na zádech během putování, je zajímavý proces.



Co s sebou na tábor a do přírody?

Letní čas je v mnoha ohledech výzva, co tedy dětem přibalit na tábory nebo rodině na dovolenou?

- Něco na kousance: první pomoci může být rozžvýkaný jitrocel, tou druhou pak zklidňující gel nebo octové obklady. Rizika může pomoci zmírnit i **Bambi Anaerg**.
- Rychlým repelentem jsou éterické oleje (pár kapek na kotníky a zápěstí): levandule, rozmarýn, hřebíček, skořice...
- Krev sající hmyz a klíšťata: důležité je objevit a vyndat klíště včas, podporou může být i přípravek **Spirobor®**, případně kúra Do přírody bez obav (klouby/klíště – **Spirobor®** + **Imun** + **ArtiDren®**).
- Péče o střevní mikrobiom: Častá změna podmínek i stravy může nejen u citlivějších jedinců vyvolat bolesti břicha a zažívací potíže. Skvělou pomocí je pro děti přípravek **Bambi Estomag**.
- S letní vyrážkou může asistovat **Bambi Cutis**, který se vedle ekzematických projevů zaměřuje i na opruzeniny a další pupínky.
- Přibalte pinzetu, šitíčko, dezinfekci, náplasti různých velikostí, obinadlo a jehlu (trisky dokáží potrápit).
- S urychlením hojení modřin a drobných oděrek dle bylinkářství pomáhá odvar a obklady ze sedmikrásky, měsíčku nebo heřmánku.

Společný čas trochu jinak

Speciální kategorií, která si získává pozornost teprve posledních několik let, jsou tzv. zážitkové pobyty. Obvykle se jedná o nějaký speciální den, většinou však prodloužený víkend. Na jeden den můžete s dětmi vyrazit sázet stromy, pást ovce, projet se v rychlém autě nebo třeba i v tanku, prožít den můžete i jako kovboj nebo se proletět balónem. Pokud však chcete s dětmi strávit čas opravdu jinak, vsaďte na specializované pobyty. Ty jsou odstupňovány podle věku dítěte a obvykle se soustředí na prohloubení vztahu mezi rodičem a dítětem.

Markéta Palatin





Jaký bude Joalis za 22 let?

Tak jsem odvezl svůj starý dobrý stolní počítač do počítačové firmy do Strakonice k panu Klasovi.

Nějak mi přestal fungovat...

Pan Klas mi slíbil, že se na něj podívá.

Volám mu za tři dny, jak to s mým starým počítačem vypadá.

„Helejte, pane Jelínek, a nechcete nový počítač?

Bude daleko menší a rychlejší než ten, co používáte. Koukal jsem se na výrobní štítek na boku počítače a je z roku 2001.“

To jsem se nadechl a na chvíli se zamyslel, přiznám se... To snad není možné, že tomu počítači je už 22 let... v duchu se krátko toulám těmi dlouhými lety a naskakuje mi, co se za tu dobu všechno stalo a změnilo... „Dobře, pane Klas, souhlasím, něco vymyslete. Ale chci si k němu nechat svoji starou klávesnici.“

Moje stará klávesnice k počítači

Moje stará nepřetržitě používaná klávesnice není ničím zvláštní. Je vlastně docela obyčejná. Má černou barvu a písmena a znaky jsou na jednotlivých klávesách vyznačeny bíle. Prostě úplně obyčejná *jin jang* klávesnice.

Pro mě je tato klávesnice unikátní tím, že jsem na ní napsal za ta léta většinu textů pro Joalis, tedy také Abecedu detoxikace, čtyři díly Průvodců lidským tělem i duší, prezentace na kongresové dny a Letní školy i další četné články do bulletinu informační medicíny.

22 let tedy do této klávesnice tiše v duchu promlouvám, to jak se snažím myšlenky ze slov přeskládat do smysluplného textu. Moje stará klávesnice je tedy doslova prosycená velkým množstvím informací, které proudí-

ly přes její klávesy mými prsty až do prostoru pevného disku počítače.

Před měsícem, než se mi počítač porouchal, jsem svoji klávesnici celou pečlivě vyčistil. Vypadá skoro jako nová. Možná vydrží ještě dalších 22 let.

Jaký bude svět za 22 let?

Nový počítač teď mám už doma a připojil jsem k němu moji staronovou klávesnici. Právě na ní píši tyto řádky. Tato glosa je vlastně úplně prvním souvislým textem, který na novém počítači píši. Mám tím pocit *nějakého* nového podstatného dobrého začátku... Nejen pro můj počítač, ale také pro celý Joalis.

Nový počítač je oproti tomu starému neuvěřitelně rychlý. Taková rychlost počítače mi stačí napořád, pomyslí si v duchu. To samé jsem si možná říkal před 22 lety. Jak však bude vypadat stolní počítač za 22 let?

Přenáším se v myšlenkách o 22 let dopředu a přemýšlím, jaký svět bude v roce 2045 z pohledu toxinů v životním prostředí. Jsem založením spíše optimista s přesvědčením, že všechny lidské neduhy lze nějak odstranit nebo alespoň částečně zlepšit. Co se týká toxického zatížení planety Země, v tom už bohu-

žel tolik optimistický nejsem. Mnoho vědců i ekologických aktivistů si již dost dobře uvědomuje dopady činnosti člověka na klima Země a ovlivňování nejrůznějších ekosystémů. Stačí se podívat na vliv mikroplastů. Troufám si tvrdit, že mnohem dříve než za 22 let bude téma mikroplastů probíráno na světových vědeckých fórech se stejnou intenzitou, s jakou se na nich dnes diskutuje uhlíková stopa a snaha o dosažení uhlíkové neutrality. I když – jaký je a bude výsledek?

V Evropské Unii žije zhruba 512 milionů lidí. To představuje asi 6,4 % celkové světové populace. Je skutečně chvályhodné a příkladné, že se autority EU zabývají dopadem činnosti člověka na toxické zatížení planety Země. A je také chvályhodné, že se snaží jít příkladem.

Představte si však situaci, že se sto návštěvníků – reprezentantů obyvatel Země – rozhodne podniknout výlet do společného lesa. V batůžku si s sebou přinesou svoje svačiny – plechovky s kolou, pívem, svačiny v igelitovém sáčku. Sušenky též v plastovém obalu...

Asi tak třicet z nich bude civilizovaných a ukázněných, z toho šest z těchto třiceti bude nás, Evropanů. Třicet z celkového počtu sta lidí si svoje odpadky spořádaně, a jak se na moderního člověka sluší, odnese do svých

domovů, tam je roztrídí podle druhu odpadu a vyhodí, kam patří.

Sedmdesáti lidem to ale bude úplně jedno a nechá své odpadky na místě. Prostě odpadky vyhodí, kam se jim zlíbí. Někteří neukáznění jedinci dokonce přinesou do lesa odpad ze svého domova jen proto, aby ho v lese vyhodili... Že vám to přijde přehnané? Ale vždyť ještě před třiceti až čtyřiceti lety se toto (nejen) na českém venkově běžně dělalo. Vzpomínám na to, kolik pytlů neuvěřitelných druhů odpadků jsme zhruba před dvaceti lety vynesli z přilehlého lesa, kde bydlím.

Cca 100 m od té jedné bývalé skládky, dnes už uklizené, teď právě píši na své *jin jang* klávesnici.

Také jsem na této klávesnici možná už více než desetkrát vytukával a popisoval do nejrůznějších článků a publikací jeden vědecký fakt. Ten druh toxinů, který je v podobě mikročástic, plynů či aerosolů, schopný vystoupat v atmosféře do výšky cca 1 000 m,

tak tyto částice – toxiny – se stávají globálními znečišťovateli celé planety Země.

Tedy například pokud jen Čína a Indie budou emitovat do ovzduší ve velkém rtuťové výpary nejen při spalování fosilních paliv, pak jsou všechna ta omezení EU týkající se omezení používání rtuť tak trochu „vzorňácky marná“.*

Optimismus mi dodávají účinky přípravků Joalis

Firma Joalis je o něco málo starší než moje klávesnice. Jsem skutečně hrdý na to, že se našemu týmu za ta dlouhá léta podařilo vyvinout zcela unikátní detoxikační přípravky v podobě uživatelsky příjemných (*user friendly*) kapek i tablet. Přípravky Joalis jsou hlavně také za téměř čtvrtstoletí jejich použití mnoha a mnoha lidmi výborně odzkoušené. Odhaduji, že unikátně (buď jenom jednou nebo opakovaně) Joalis přípravky užívalo více než

V myšlenkách na to, jaký bude svět v roce 2045 z pohledu toxinů v životním prostředí, bohužel ztrácím svůj optimismus.



* Čína má v současné době cca 1,411 miliard obyvatel. Indie se se svými 1,418 miliardami obyvatel stala dokonce nejlidnatější zemí světa. Odhaduje se, že v nedávné době svět již překročil 8 miliard obyvatel. Tedy Indie a Čína dohromady tvoří 35,4 % obyvatel Země. Všechny evropské státy dohromady jen 6,4 % světové populace.

1.000.000 lidí v Evropě i v některých místech na zeměkouli mimo Evropu.

Díky přípravkům Joalis jsem získal úplně jiný pohled na svět ve smyslu jeho toxického zatížení. Skutečně alarmující je, kolik nejrůznějších umělých toxinů se v životním prostředí a také v lidském organismu vyskytuje a škodí mu.

A překvapivé až šokující je, jak se zdravotní stav našich klientů výrazně zlepšil, pokud dojde k účinné detoxikaci od toho či onoho konkrétního toxinu.

Vstupy toxinů do životního prostředí můžeme vlastními silami omezit z celosvětového pohledu jen velmi málo. Globální znečištění planety Země totiž nejde řešit jen někde v určité oblasti, tedy lokálně, třeba jen v Evropě a jinde ne, to bohužel.

Optimistické však je, že pomocí přípravků Joalis můžeme vlastní imunitu naučit na tyto nové a v odborných knihách a člancích dobře popsané druhy moderních, globálně rozšířených toxinů.

Připadá mi logické a pravděpodobné, že v blízké budoucnosti i za 22 let bude Joalis díky svým přípravkům ještě daleko vyhledávanější a potřebnější pro mnohem více lidí, než je tomu v současné době.

Ing. Vladimír Jelínek



JOALIS AKADEMIE – vzdělávací kurzy

Bližší informace o systému vzdělávání najdete na stránkách www.joalis.cz a www.eccklub.cz v sekci **Vzdělávání**.

Přednášky v Praze

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
19. 9. 2023	9.30–15.30	Z1	Vladimíra Málová	Praha	1.000 Kč
3. 10. 2023	9.30–15.30	Z2	Vladimíra Málová	Praha	1.000 Kč
11. 10. 2023	9.30–15.30	Z1	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 Kč
17. 10. 2023	9.30–15.30	Z3	Vladimíra Málová	Praha	1.000 Kč
25. 10. 2023	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
25. 10. 2023	9.30–15.30	Z2	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 Kč
31. 10. 2023	9.30–15.30	S1	Vladimíra Málová	Praha	1.000 Kč
8. 11. 2023	9.30–15.30	Z3	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 Kč
14. 11. 2023	9.30–15.30	S2	Vladimíra Málová	Praha	1.000 Kč
15. 11. 2023	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
22. 11. 2023	9.30–15.30	S1	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 Kč
28. 11. 2023	9.30–15.30	S4	Mgr. Marie Vilánková	Praha	1.000 Kč
5. 12. 2023	9.30–15.30	S3	Vladimíra Málová	Praha	1.000 Kč
6. 12. 2023	9.30–15.30	S2	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 Kč
20. 12. 2023	9.30–15.30	S3	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 Kč
3. 1. 2024	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Praha	350 Kč
17. 1. 2024	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Praha	350 Kč

Informace a přihlášky: ECC, s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 739 639 134, e-mail: eccp Praha@joalis.cz.

Přednášky v Brně

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
13. 9. 2023	9.00–15.30	Z1	Mgr. Antonín Kunický	Brno	1.000 Kč
27. 9. 2023	9.00–15.30	Z2	Mgr. Antonín Kunický	Brno	1.000 Kč
11. 10. 2023	9.00–15.30	Z3	Mgr. Antonín Kunický	Brno	1.000 Kč
18. 10. 2023	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
25. 10. 2023	9.00–15.30	S1	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	1.000 Kč
8. 11. 2023	9.00–15.30	S2	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	1.000 Kč
22. 11. 2023	9.00–15.30	S3	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	1.000 Kč
29. 11. 2023	10.00–16.00	S4	Mgr. Marie Vilánková	Brno	1.000 Kč

Informace a přihlášky: Body Centrum, Vodní 16, Brno 2, tel.: 545 241 303, e-mail: obchod@bodycentrum.cz.

Přednášky v Ostravě

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
14. 9. 2023	9.30–15.30	Z1	Jana Nenadlová/ Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
5. 10. 2023	9.30–15.30	Z2	Jana Nenadlová/ Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
19. 10. 2023	9.30–15.30	Z3	Jana Nenadlová/ Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
1. 11. 2023	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
9. 11. 2023	9.30–15.30	S1	Jana Nenadlová, Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
23. 11. 2023	9.30–15.30	S2	Jana Nenadlová, Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
7. 12. 2023	9.30–15.30	S3	Jana Nenadlová, Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
10. 1. 2024	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Ostrava	350 Kč

Účastníkům vzdělávání v Ostravě doporučujeme Kurz S4 absolvovat v Brně nebo v Praze.

Informace a přihlášky: Centrum informační metody – Ostrava, Pražákova 218, Ostrava – Mariánské Hory, tel.: 730 517 776, e-mail: centrumostrava@joalis.cz.

Upozornění: Požadovaný termín si vždy ověřte telefonicky, e-mailem nebo na webových stránkách. Povinností středního stupně vzdělávání (S) je také seminář S4 lektorky Mgr. Marie Vilánkové, na kterém uchazeč získá další potřebné souvislosti z oblasti informační medicíny. Na tento kurz by se měl každý přihlásit kdykoliv v průběhu středního stupně vzdělávání, nejpozději však do jednoho roku od složení zkoušky 2. stupně.

Mimořádně konané semináře (tematické semináře – V*)

Praha

10. 10. 2023	9.30–15.30	Vladimíra Málová: Praktická Salvia, sady i EAM set	750 Kč
23. 10. 2023	9.30–15.30	Ing. Vladimír Jelínek: Praktické rady z terapeutické praxe, efektivní systém skládání kúr	750 Kč
11. 12. 2023	9.30–15.30	Vladimíra Málová: Praktická Salvia, sady i EAM set	750 Kč

Brno

12. 10. 2023	9.00–15.30	Pavel Jakeš: Detoxikační taktika – Pět kroků v detoxikaci	750 Kč
23. 11. 2023	9.00–15.30	Pavel Jakeš: Detoxikační taktika – Pět kroků v detoxikaci	750 Kč

Olomouc

20. 9. 2023	13.00–19.00	Eva Dvořáková: Práce poradce informační metody, zkušenosti s měřením na Salvii	750 Kč
10. 11. 2023	13.00–19.00	Eva Dvořáková: Práce poradce informační metody, zkušenosti s měřením na Salvii	750 Kč

Ostrava

27. 9. 2023	9.30–15.30	Pavel Jakeš: Detoxikační taktika – Pět kroků v detoxikaci	750 Kč
13. 10. 2023	9.30–15.30	Eva Dvořáková: Práce poradce informační metody, zkušenosti s měřením na Salvii	750 Kč
2. 11. 2023	9.30–15.30	Ing. Vladimír Jelínek: Praktické rady z terapeutické praxe, efektivní systém skládání kúr	750 Kč
30. 11. 2023	9.30–15.30	Pavel Jakeš: Detoxikační taktika – Pět kroků v detoxikaci	750 Kč

Celoroční praktický kurz pro terapeuty (V1)

Doposud bylo nutné absolvovat vždy celý semestr (pět kurzů), nyní je možné se po předchozí domluvě s lektory přihlásit i na konkrétní termín za 700 Kč (nezapočítává se do dvou povinných semestrů – podmínka pro označení certifikovaného centra). V Brně je CPK i formou dvoudenních kurzů (tři víkendy jsou ekvivalentem pěti jednotlivých seminářů v Praze nebo Ostravě).

26. 9. / 24. 10. / 21. 11. / 12.12. 2023 a 9. 1. 2024	Vladka Málová	Praha	3.500 Kč
20. 9. / 18. 10. / 15. 11. / 13. 12. 2023 a 10. 1. 2024	Ing. Radka Krejčová	Praha	3.500 Kč
7. 9. / 12. 10. / 16. 11. / 14. 12. 2023 a 17. 1. 2024	Eva Dvořáková	Ostrava	3.500 Kč
9. 9. / 7. 10. / 4. 11. / 2. 12. a 13. 1. 2024	Eva Dvořáková	Olomouc	3.500 Kč
29.–30. 9. / 13.–14. 10. a 24.–25. 11. 2023	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	3.500 Kč

Prosíme, pro více informací nás kontaktujte: e-mail: eccp Praha@joalis.cz, telefon: 739 639 134.

Podzimní Kongresové dny informační medicíny

7. října 2023, Brno

Hotel International, Husova 200/16, Brno

4. listopadu 2023, Praha

Hotel Krystal, José Martího 2/407, Praha 6

Informace a přihlášky: ECC, s.r.o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 739 639 134, e-mail: eccp Praha@joalis.cz



ŠTÍHLÁ LINIE NEMUSÍ BÝT JEN SEN

Nejrůznější diety vyzkoušela snad každá žena (a i když by to nepřiznali, tak i leckterý muž). Štíhlí lidé zkrátka vypadají dobře, módní diktát je neúprosný, ale pro odhození nadbytečných kilogramů jasně hovoří i zdravotní aspekty.

Náš tip:

Vyzkoušejte kúru **kontrola hmotnosti** Joalis, která se skládá ze tří přírodních informačních doplňků stravy, ve kterých se propojuje síla informací s účinky bylin. Přípravky v kúře se vzájemně doplňují a zesilují tak své působení, navíc jsou zpracovány unikátní informační technologií, která optimalizuje jejich účinek.



Propojení síly informací s účinky bylin

- 💧 **Joalis Cranium®** s vitamínem B1 a biotinem napomáhá k normální činnosti nervové soustavy.
- 💧 **Joalis LipoSlim** s obsahem čajovníku čínského přispívá ke kontrole tělesné hmotnosti a metabolismu lipidů.
- 💧 **Joalis PankreaDren®** s pískavicí řecké seno přispívá k normální hladině glukózy a cholesterolu v krvi.

