

The background of the cover features a close-up photograph of several flowers with yellow and orange petals and green leaves. The text is overlaid on this image.

Měníme svět po kapkách

3/2024
květen–červen

Joalis info

Bulletin informační a celostní medicíny

**Něco tady
nehraje.
Někdo tady podvádí**

Herpetické viry ničí naši imunitu

**Jak povzbudit
vitalitu**



ALERGIE TRÁPÍ STÁLE VÍCE LIDÍ

Nepříjemné projevy alergií jsou čím dál častější. Nejvíce nás potrápí na jaře, kdy je v ovzduší mnoho pylů.
Co to vlastně je alergie?
Zjednodušeně řečeno – jde o poblázněnou imunitu, která přehnaně reaguje i na běžné a pro nás neškodné látky jako je třeba pyl.

Náš tip:

Trio přírodních doplňků stravy imunita – jaro: LiverDren® + Anaerg® + Streson®. Tato kúra je určena k harmonizaci imunitního systému tak, aby reagoval přiměřeně.



Propojení síly informací s účinky bylin

- **LiverDren®** obsahuje řepík lékařský, který přispívá k normální činnosti jater a žlučníku.
- **Anaerg®** s kozincem blanitým přispívá k přirozené obranyschopnosti a odolnosti organismu, podporuje též vyváženost imunitního systému. Působí i jako antioxidant.
- **Streson®** s vitaminy B6 a B1 přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání a také k normální psychické činnosti.



Obsah

4 NOVINKY

Aktuality ze světa Joalis

6 JOALIS TÉMA

Herpetické viry ničí naši imunitu

14 SMYSLOVÉ ORGÁNY A JEJICH DETOXIKACE

Horovo ucho/oko aneb synchronicita slovní
a obrazové informace

19 TAJEMSTVÍ VĚČNÉHO MLÁDÍ

Mladistvá energie

22 TOXICKÉ KOVY

Kadmium a jeho toxicita

26 KAZUISTIKY

Jak povzbudit vitalitu

29 GLOSA VLADIMÍRA JELÍNKA

Něco tady nehraje. Někdo tady podvádí

32 BAMBI KLUB

Pozor, ať nespadneš!

34 KALENDARÍUM

Připravované akce



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

*květen, to je pro mě měsíc lásky, mám to tak
zakódované asi od základní školy, kdy jsem
v rámci akce Pražské vajíčko procítěně recitovala
Máchův Máj. Mám tento měsíc moc ráda, už je
teplo, světlo, ale ještě neudeřila letní horka, a tak
je to měsíc ideální na různé toulky přírodou či
průzkumy zajímavých míst naší republiky. I letos
mám naplánovanou celou řadu květnových
výletů, tak se těším na nová poznání. Zjistila jsem
totiž, že právě při těch svých toulkách (i jen
cestou pěšky z práce), toho vymyslím nejvíce
a u počítače už to pak jen vytvořím a zhmotním.*

*Na co se můžete těšit v novém čísle? Otevřeme ho
článkem Marie Vilánkové na téma Herpetické
viry, po jehož editaci jsem se stala živou maketou
se rty obsypanými opary. Ano, jasný důkaz, že je
to ještě i mé osobní téma, na kterém je potřeba
zapracovat.*

*Vladimír Jelínek se v rubrice o smyslových
orgánech zamyslí nad synchronicitou slovní
a obrazové informace a v seriálu o toxických
kovech si posvěti na prvek kadmium a jeho
toxicitu. Své příspěvkové trio zakončí glosou
na téma (ne)fair play.*

*Článek rakouského kolegy Georga pokračuje
v odhalování tajů věčného mládí a krásnou
přednášku naší milé lektorky Radky Krejčové
jsem si dovolila zhmotnit i do článku, protože
mi bylo líto vyndat z ní jen kazuistiky.*

*No a v rubrice Bambi jsem se zaměřila na
úzkostný přístup k dětem, který ve svém okolí
vídám jako takovou novou „normu“...*

*Věřím, že se vám bude nové číslo líbit a přeji
příjemnou četbu a hlavně krásné průzkumné
jarní dny!*



Vaše Linda

Bulletin informační a celostní medicíny

3/2024 květen–červen

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.



Nové Joalis kousky nejen na jaro

Pokud patříte mezi fanoušky Joalisu, mohli by vás potěšit naše tři nové „poklady“, které vás mohou doprovázet i na cestách. Pevné látkové tašky s logem informační medicíny už znáte, nyní si k nim můžete pořídit praktické (a také odolné) zrcátko, které se vejde do každé kabelky. K cestovní taštičce s vnitřní hliníkovou vložkou jste nás inspirovali svými četnými dotazy – jak převážet lahvičky v letadle nebo co dělat, když máte v zavazadle málo místa a musíte je uložit třeba v blízkosti elektroniky. Do taštičky na zip se vejde celá kúra – až čtyři přípravky – a je opatřena praktickým poutkem. Všechny novinky jsou v podobném elegantním designu v černé barvě se zlatými prvky.

Na nové doplňky Joalis se ptejte u svého poradce, v centrech informační medicíny, expedičním centru nebo je najdete na webech www.joalis.cz a www.eccklub.cz.



Maruška s Mařenkou

Od paní Lenky, maminky loňské nejmladší účastnice Letní školy, nám přišla tato rozkošná fotka, na které malá Maruška radostně ukazuje prstem na Marii Vilánkovou v minulém čísle bulletinu. Okamžitě svou jmenovkyni poznala a něco jí začala vehementně „vysvětlovat“. Tak snad jí vše dopoví na letošním ročníku Letní školy.



Přejeme vše nejlepší!

V průběhu února a března měly významné kulaté narozeniny dvě výjimečné duše Joalisu – naše poradkyně paní Helena Macháčková osmdesátiny a lektorka Vladka Málová šedesátiny (uvést věk máme povoleno). Mimochodem, ani jedné bychom jejich reálný věk absolutně nehádali, což potvrzuje fakt, že věk je pouze číslo!



Oběma dámám gratulujeme, přejeme do dalších let jen to nejlepší a děkujeme za mnohaletou přízeň! Ze srdce celý tým Joalis & ECC.

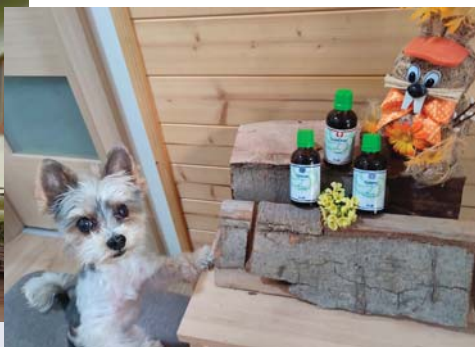
Děkujeme za milé dopisy

Pravidelně od vás dostáváme milé dopisy, které nás vždy velmi potěší. Tento od pana Svobody přistál do mailu paní Vilánkové a se svolením autora se o něj podělíme i s vámi. Děkujeme za zpětnou vazbu, dodává nám energii a také nás utvrzuje v tom, že naše práce má smysl a že její přesahy cítíte i vy. Děkujeme!

Přeji hezký den, paní Mgr. Marie Vilánková, chtěl bych vás informovat, že máte ve vašem týmu Joalis Strakonice velmi ochotné, příjemně vystupující dámy, při jednání s klientem se vždy snaží najít nejlepší vyřešení problému s novou instalací EAM setu anebo pro nás trochu starší pomoci radou, co a jak, aby notebook zase fungoval. Takto pracuje pí. Martina Bernadová se svým týmem.

Zároveň děkuji za rychlé a vždy přesné vyřízení objednávek přípravků – prostě, stručně řečeno – vše funguje a nejsou žádné problémy. Přípravky jsou ze zkušeností minimálně stejně účinné a lepší než chemie. Pracují bez vedlejších a škodlivých účinků. Detoxikace Joalis je zralá na Nobelovu cenu. Toto jsem slyšel nejednou od mých klientů. Diagnostický program spolu se Salvií jsou zárukou dnešní doby.

S poděkováním a na další spolupráci se těší Miroslav Svoboda.



Zvířecí pomocníci

Poradkyně a lektorka Miša Kantorová z ostravského centra informační medicíny se s námi podělila o milé fotky svých zvířecích pomocníků. Jakmile chtěla udělat jarní fotky Joalis na sociální sítě, hned se přiblížil jeden z jejích dvou zvířecích zvědavců a fotky doslova obohatil ☺. No – posuďte sami.

Besedy a akce

Jaro bylo ve znamení celé řady akcí a také besed na téma *Léčba informací*. V rámci těchto setkání jsme informační medicínu představili na veletrzích v Karvině a v Praze, besedy proběhly v Brně, ve Znojmě a Vysokém Mýtě. Poslední zmiňovaná akce se těšila opravdu velkému zájmu posluchačů, do sálu pro padesát lidí se jich poskládalo na osmdesát. Děkuje naše milé poradkyně Kateřině Ledvinové za uspořádání této besedy a všem týmům za pomoc s šířením myšlenek naší unikátní metody.



Zapomenout nesmíme také na vzdělávací kongresové dny, jejichž jarní kola zdárně proběhla jak v Brně, tak i v Praze. Pro ty, co se nemohli dostavit, sdílíme ze všech akcí pár snímků.



Všimli jste si, že v poslední době má snad každý druhý člověk opar? A zaznamenali jste, že už přibyla nejen pátá, ale i šestá a sedmá dětská nemoc?

Kolik dospělých i dětí mělo letos vážnější infekční onemocnění? Co se to děje? Výrazně klesá imunita populace. To má řadu závažných důsledků.

Viry, bakterie, plísňe, ale i parazité mají možnost déle přežívat ve fázi akutní a chronické infekce, a to jim dává zásadní výhodu.

Mají čas na to se množit, vytvořit mnoho nových generací, se. Vznikají více agresivní a virulentní klony infekcí. Toho využívají nejen nové infekce, ale i řada klasických, o nichž jsme si mysleli, že jsou vymýcené.

Černý kašel, záškrt, spála – to nejsou mikroby minulosti, pro dospělé a děti s oslabenou imunitou mohou být do budoucna velmi rizikové. A ne, nevyřeší to očkování zdravých dětí.

Vyřešila by to důkladná detoxikace celé společnosti.

Řada toxinů velmi poškozuje imunitu.

Jedním z těch nejčastějších a nejrozšířenějších jsou herpetické viry, na které se dnes zaměříme.



Herpetické viry ničí naši imunitu

Existují viry?

Také jste si určitě někde přečetli myšlenku, jestli je vůbec pravda, že viry existují. Debatu na toto téma by nás od biologie mohla zavést spíše k filozofii a k otázkám, **co je živé, jakou důležitost má informace a co v organismu dokáže změnit.** Umíte si představit vodníka? Nakreslit ho? Poznali byste ho na obrázku? Troufnu si říci, že ano, a proto, byť jsme ho v realu asi neviděli, přesto můžeme tvrdit, že vodník existuje. Existuje minimálně v říši pohádek, v informačním poli jako určitá entita s charakteristickými vlastnostmi – zelený oblek, z šosu mu kape voda, protože voda je jeho přibýtkem. Proto bychom měli být velmi opatrní a netvrdit o něčem, že to neexistuje, když na toto téma existuje celá vědní teorie, řada knih a snímků z mikroskopů. Spíš je nutné zaměřit se na to, jestli máme celý obrázek o existenci a škodlivosti virů. Jsem přesvědčená o tom, že v žádném případě nemáme. V učebnicích chybí celá řada informací a souvislostí, protože věda se zaměřuje jen na hmotné aspekty.

Celá teorie o neexistenci virů vzniká z nepochopení toho, co virus opravdu je. **Není to živý organismus v klasickém slova smyslu.**

Je to „jen“ informace, špatná zpráva. Není to buňka, nemá buněčnou membránu, neumí se množit, neumí využívat energetické zdroje. Nemůže splnit Kochovy postuláty, soubor pravidel, kterými se prokazuje souvislost mezi patogenem a nemocí. Bez jiné živé buňky se virus nedokáže rozmnožit. Dnes tedy k tomu bohužel musíme přidat: případně i bez laboratoře, protože výroba genetické zprávy, viru nebo jiné genetické informace například ve formě RNA částic není zas tak složitá. Na druhou stranu ale virus určité znaky života splňuje, protože se dokáže učit, evolučně vyvíjet. Sami jste v období šíření koronaviru viděli, jak rychle vznikaly nové kmeny. Mutace nových kmenů jsou ovlivněny i organismem hostitele. Jsem přesvědčena, že na mutace mají vliv i emoce hostitele. Virus našťastí rychle zmutoval do mírnější podoby a způsobuje méně závažné potíže. Z tohoto pohledu se virová informace mění v závislosti na hostiteli. Vylučuje ji napadená buňka. Nemůžeme však tvrdit, že virus jsou jen výměšky poškozených buněk, protože to by mohlo navozovat dojem, že jsou to jen nějaké odpadní látky. **Napadená buňka samozřejmě vylučuje spoustu různých metabolitů i toxinů, ale zásadní je, že vyluču-**

je také **virové informace**, které se mohou dále šířit. Tyto virové informace mohou mít různé podoby, nemusí to být jen nutně kompletní virová částice. Virová částice ale má tu výhodu, že je zabalená do bílkovinného obalu, takže je informace chráněna před vnějšími vlivy.

Virus je „jen“ informace = nejnebezpečnější toxin

Virus je informace, zapsaná stejným jazykem jako genetické informace živých organismů. Je to kód, zpráva, a to ve většině případů špatná zpráva, která využívá toho, že některé buňky nejsou zdravé, nejsou bdělé a odolné a tuto zprávu si nejen přečtou, ale bohužel se jí nechají i ovlivnit. Proto existují obrovské rozdíly mezi lidmi, jak na virus reagují. Je to podobné, jako kdyby třeba v obchodě šel člověk a sprostě nadával. Reakce lidí okolo budou velmi rozmanité. Někdo si toho vůbec nebude všimnout, jiný se rychle vytratí, další začne nadávajícímu domlouvat, někdo se s ním dokonce může začít přát. Reakce závisí na tom, jak se protnou informační pole nadávajícího a kolemjdoucího. A s virem na buněčné úrovni je to podobné. Buňka si viru vůbec nemusí všimnout,

nemilosrdně ji zlikvidovat. Představuje velké nebezpečí. Jedním z úkolů může být i to, začít kopírovat virové informace a postupně ovlivňovat nejen další buňky v napadeném organismu, ale šířit virové informace do okolí. Určitě někde okolo budou další živé buňky, které by virus mohl ovlivnit. **Můžeme virus vnímat jako poškozující, zlou informaci, která útočí na to nejdůležitější – genetickou informaci živého organismu.** Podle genetické informace organismu roste, vyvíjí se, rozmnožuje se a je řízen. Je to soubor pravidel, podle nichž jsou

gramovat. Samozřejmě, nejsou to jen viry ve smyslu virových částic, tedy DNA nebo RNA informace zabalená do bílkovin, ale mohou to být i samotné DNA, RNA řetězce a jejich fragmenty, další jejich úseky jako mRNA, tRNA, rRNA, ncRNA a jiné. Jsou to všechny varianty genetické informace včetně například nově objevených kruhových RNA řetězců nazvaných obelisky. Jestli si vzpomínáte, mnohokrát jsem na konferencích zmiňovala, že v brzké době očekávám objev nových patogenů, že po virech, prionech ještě přijdou RNA kyseliny. Nebyla jsem daleko od pravdy,

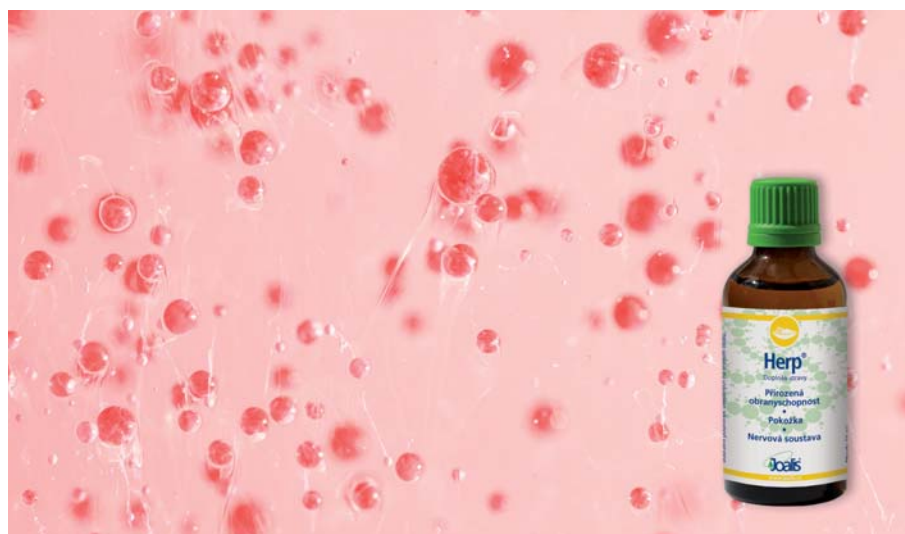
Oparové viry nezpůsobují jen kožní a slizniční onemocnění, ale také degeneraci nervového systému.

v buňce vytvářeny bílkoviny, které slouží jako stavební materiál (kolagen, keratin, elastin...), zajišťují pohyb (myosin, aktin), transport (hemoglobin...), řídí a regulují celý organismus (enzymy, hormony, receptory) a zajišťují obranu a imunitu (imunoglobuliny, fibrin...).

Pro správné fungování organismu je nejdůležitější mít v pořádku informační základnu, pravidla, podle kterých vše funguje. Pokud je

v lednu 2024 byly právě popsány obelisky vyskytující se i ve střevech lidí.

V poslední době se častěji píše o různých genetických onemocněních a jejich léčbě. Nedávno jsem si v Hospodářských novinách (vydání z 23. 2.) přečetla článek s nadpisem „Injekce viru promění bílé krvinky v lék na leukemii.“ V úvodu se píše „Jediná dávka geneticky upraveného viru nahradí složitou léčbu vyžadující špičkovou techniku genového inženýrství. Velkou neznámou ale zůstává cena nové terapie...“ Tato léčba právě využívá schopnosti virů pronikat do buněk a měnit genom člověka. Vnáší do buněk geny pro tvorbu určitých bílkovin včetně antigenních receptorů, čímž může být spuštěna imunitní reakce proti nádorovým buňkám. V detoxikačních terapiích se snažíme organismus přimět, aby si potřebné imunitní buňky vytvořil sám a nebyla potřeba ultradrahá léčba. Článek zde ale zmiňuji z jiného důvodu. Technologie a laboratorní postupy pokročily a umožňují vyrobit viry, které mohou přeprogramovat lidské bytosti. Samozřejmě, píše se jen o pozitivních případech, kdy je zachráněn život nějakému nemocnému dítěti, které nemá naději na jinou léčbu. Ale co rizika? Dá se to zneužít? Odpovězte si sami nebo si o tom můžeme popovídat v úzkém kruhu na nějaké konferenci. Mnohem důležitější otázka je, zda se proti případným rizikovým geneticky upraveným virům lze chránit. Samozřejmě, že ano. Přípravky **Gripin® SCOR** jsou jasným důkazem, tam je ale situace jednodušší, protože máme informaci o patogenu. **Co v případě neznámých, rizikových mikroorganismů? Pozor – i bakterie a viry mohou být nosiči virů. Tady je zásadní zdravá protivirová imunita.** A je to nejen okruh sleziny, zdravé sliznice.



propluje jen okolo. Někdy se virus do buňky dostane, ale buňka okamžitě rozpozná nebezpečí a virus, zprávu zlikviduje, zrecykluje, jako třeba vy nechtěným dopisem podpálíte dřevo v krbu. No a v některých případech buňka zprávu zařadí do své knihovny receptů, podle kterých pracuje, virus buňku ovlivní a ta se kromě plnění svých povinností začne řídit i pokyny viru. **Ve chvíli, kdy virus buňku úspěšně zmanipuluje, je velmi důležitá reakce imunity. Imunita má poznat, že se buňka začala chovat jinak, zvláště, a jejím důležitým úkolem je**

tato složka narušena, začne se projevovat různými méně či více závažnými poruchami a nemocemi. Pozor, genetická informace ale neovlivňuje jen stavbu tkání, to, jak vypadáme, jaké fyziologické pochody probíhají, ale je zásadně důležitá pro naše emoce, chování, přemýšlení. Je v ní zapsaná minulost našich předků, příběh evoluce, naše karma, naše talenty a nadání. Entita, která dokáže v takové knihovně nenápadně přepisovat, je tak extrémně nebezpečná. Bohužel, touto entitou jsou právě viry. Pokud je v sobě necháme dlouhodobě existovat, mohou nás přepro-

Zásadní je, že **virovou imunitu snižují mikrobiální ložiska jiných virů v organismu. Pokud v těle již jsou nějaké viry, mnohem snáze do organismu proniknou viry další.** Je to logické. Aby virové informace v mikrobiálních ložiscích nebyly obvykle zničeny imunitou, virové informace imunitu negativně ovlivňují a snižují zejména protivirovou imunitu. Jedním z **nejčastějších virových narušitelů imunity jsou právě herpetické viry.** Projevilo se to při covidu. Hospitalizovaní s covidem na oddělení JIP a ARO měli více herpetických virů,

xuálních a tělesných kontaktů, někdy mohou být jejich nositelé i více línostivi, aby je okolí utěšovalo dotekem. Pozor, neplatí to pro všechny, některé jsou přenášeny vzduchem a jsou extrémně nakažlivé, například virus varicella-zoster způsobující plané neštovice a pásový opar. **Všechny herpetické viry jsou latentní, často při nákaze vytváří mikrobiální ložiska, v nichž se ukrývají a při oslabení může dojít k jejich reaktivaci.**

Tato skupina virů je pro své nositele poměrně nebezpečná. Velmi snadno dokáže

Po vniknutí herpesviru do buňky mohou nastat tři fáze onemocnění, zpravidla jedno přechází ve druhé:

- **Akutní infekce = lytický cyklus, dochází k množení viru a rozpadu buňky. Vytváří se různé toxiny, proteiny a regulační polypeptidy.** Záleží na typu a stavu napadené buňky; buď se vytvoří nová částice viru – nukleokapsida – a obalí se při výstupu z buňky, ale může dojít také k tomu, že se ihned připojí na sousední buňku a dojde ke spojování buněk a vzniká tzv. **balónová degenerace, mnohojaderná syncytia (vícejaderné buňky), dochází k jejich degeneraci, rozpadu. Vytvářejí se tak typická oparová ložiska.** Toxiny produkované virem napadenou buňkou ovlivňují nejen ji, ale mají účinek i na další infekce v těle.

- **Chronická infekce = persistence** – virus se množí velmi pomalu, buňka není aktuálně ohrožená (dlouhodobě ano), neustále vznikají nové viriony a viry se plíživě šíří do dalších tkání a orgánů, šíří se i do okolí a mohou nakazit další organismy. **Chronická infekce vzniká zpravidla z reaktive mikrobiálních ložisek při jakémkoli oslabení (viz dále), nejčastěji k ní dochází při snížené buněčné imunitě (zátěž sleziny, deprese).** Velmi často je tato reaktivace příčinou chronického zánětu, který je typický zvýšenou hladinou CRP a IL-6 a dalších zánětlivých cytokinů. Dochází k poškození celého organismu, velmi ohrožený je zejména cévní a nervový systém, dochází ke snížení imunity.

- **Mikrobiální ložiska = latentní cyklus** – herpetické viry mají vysokou schopnost tvořit **mikrobiální ložiska, často jsou celoživotní,** jsou přítomné u mnoha lidí a dokážou se rychle reaktivovat, probudit a přejít do aktivní fáze infekce. Latenci můžeme rozdělit do tří základních fází – vznik ložiska, uchování viru, reaktivace. Latence vyžaduje mnoho funkcí – udržování virové informace, její kopírování při množení buněk, vyhýbání se imunitě, potlačení regenerace a apoptózy (řízený zánik) buňky... **Virová DNA se uchovává v mnoha epizomech (přídavné kruhové DNA molekuly), ale i přímo v hostitelské DNA.** Zpravidla se netvoří nové virové částice, ale díky virové informaci **buňka produkuje značné množství virových toxinů (proteiny).** Pozor, herpesviry aktivují i vznik RNA řetězců. Aktivace se spouští při jakémkoli oslabení organismu. **Žádná antivirotika nedokážou ovlivnit mikrobiální ložiska, mohou jen zastavovat množení viru při reaktivaci.**

Všechny herpetické viry jsou latentní, často při nákaze vytváří mikrobiální ložiska, při oslabení může dojít k jejich reaktivaci.

než je průměr v populaci, a díky herpetickým ložiskům také měli méně protilátek na jiné typy koronavirů. Pro zajímavost: lidé, hospitalizovaní v jedné velké nemocnici, **měli CMV (cytomegalovirus) v 82 %** a v místní populaci je průměr 37 %. Podobně tomu bylo i u dalších herpetických virů HSV-1 (*herpes simplex*) – hospitalizovaní 92 % a průměr je 45 %, EBV (Epstein-Barrové virus) 78 % a průměr 40 %. Je zajímavé, že jiné imunosupresivní viry takový zásadní vliv neměly. Možná mezi koronaviry a herpetickými viry existuje nějaké skryté spojení, nějaká schopnost vzájemně se posilovat. Jistě jste si všimli nápadné reaktive herpetických virů nejen u nemocných s covidem, ale i u očkováných. Je třeba věnovat herpetickým virům patřičnou pozornost a snažit se je z organismu odstranit ze všech struktur včetně nervového systému. I proto, že jsou nejen ničiteli imunity, ale jsou zároveň onkogenní a teratogenní, tedy velmi zasahují do našeho genetického systému.

Plíživé viry

Skupina asi 80 herpetických obalených DNA virů dostala název podle řeckého slova herpein = plazit se, plížit se. Ano, **plíživě napadají nejen lidské organismy, vytváří v nich řadu mikrobiálních ložisek, přezívají v nich a postupně se tak staly nejrozšířenějšími viry v živočišné populaci.** Nejenže jsou nejrozšířenější, ale patří také mezi nejkomplexnější, mají poměrně složitý genom. Tím, že jsou obalené, jsou poměrně náchylné na vnější vlivy a přenáší se spíše tělesným kontaktem než kapenkami. Proto také mají velký vliv na psychiku. Činí lidi někdy agresivnějšími, s větším množstvím se-

ovlivňovat genom nositele, a proto je řada z nich zařazena do skupiny **onkogenních virů, tedy virů, přispívajících ke vzniku nádorů.** Způsobují nejen akutní infekce, ale hlavní je, že jsou latentní, vytvářejí řadu mikrobiálních ložisek zejména v **nervovém a imunitním systému,** což je zásadní problém. Nejen, že zeslabují jeho výkon, ale zásadně zasahují do jeho řízení, což se pak může projevit celou řadou problémů včetně autoimunitních chorob a alergií. Herpesviry jsou schopny zasahovat do imunitního systému hostitele téměř na každé úrovni imunitního působení, blokují přirozenou i získanou protilátkovou a protibuněčnou imunitu. Jejich mikrobiální ložiska mohou vyvolávat řadu problémů.

Když se částice viru dostane do blízkosti vnímavé buňky, tak se pomocí řady různých glykoproteinů naváže na povrchové receptory hostitelské buňky. Glykoproteiny a fusogeny (speciální virové proteiny) postupně spojí obal viru s membránou buňky a dovnitř vstupuje obnažená nukleokapsida (virová informace obalená proteiny). Ta se postupně rozpustí a virová DNA putuje do buněčného jádra. **Herpetické viry používají imunitní buněčné receptory,** například gD-receptor pro *tumor necrosis factor*, gB-imunoglobulinový receptor, gH, gL integrity, které se nacházejí na **epitelových, dendritických a gliových buňkách, nectin1 na epitelových, endotelových, lymfatických a nervových buňkách.** Tím, že herpesviry používají širokou škálu receptorů pro spojení s buňkou, dokážou napadat velkou část tkání a orgánů. Jejich mikrobiální ložiska můžete nalézt prakticky všude, ale nejčastěji se tvoří v imunitních, nervových i gliových, kožních a slizničních buňkách.

Podle lékařských studií jsou herpesviry spojeny s těmito onemocněními:

- Primární onemocnění – **opary, plané neštovice, infekční mononukleóza;**
- Alzheimerova choroba a řada problémů nervové soustavy, neurodegenerace...
- **deprese, úzkosti a další duševní problémy;**
- **labilní hypertenze, ateroskleróza, cévně mozkové příhody,** srdečně cévní onemocnění;
- **poruchy imunity,** častá infekční onemocnění;
- **syndrom chronické únavy,** fibromyalgie;
- **nádory** – cholangiokarcinom, rakovina slinivky, Kaposiho sarkom, tlusté střevo, prsa, prostata, děložní čípek, štítná žláza, mozkové nádory a řada dalších;
- **autoimunitní onemocnění** – Crohnova nemoc, revmatoidní artritida, lupus, roztroušená skleróza – téměř každý pacient má ložiska EBV;
- **dysautonomie – dysregulace vegetativního nervového systému** – závratě, točení hlavy, přecitlivělost na hluk, světlo, poruchy vidění, sluchu, změny srdečního rytmu, migrény, erektilní dysfunkce, změny nálad...
- syndrom dráždivého střeva;
- pankreatitida a další záněty vnitřních orgánů;
- **pityriasis rosea** – kožní vyrážka a další problémy kůže;
- diabetes II. typu;
- Meniérova nemoc – vnitřní ucho, závratě, tinitus...

Kumulativní efekt herpetických virů, koronavirů a retrovirů

Při přípravě článku a procházení všech herpetických toxinů mě napadla velmi zajímavá souvislost. **Alphaherpesviry vytváří tzv. antisense RNA (asRNA), která je komplementární, doplňková k mRNA,** reaguje s ní a herpesviry tak dokážou řetězec mRNA blokovat. Viry tuto asRNA vytváří, aby mohly regulovat svoji, ale i buněčnou genovou expresi. Chrání tak virus a jeho informace před poškozením hostitelskými proteiny. Tuto asRNA herpesviry používají i pro udržení latentního stavu v buňce, ukrývají se tak před imunitou a udržují virus ve stádiu mikrobiálního ložiska. Jen pro zajímavost – antisense RNA může být vyráběna i synteticky a využita pro vyřazení genů v organismu, může být tedy využita ke genetickým muta-

lémů spojených s herpesviry včetně nárůstu nádorových onemocnění. Důvodem úmrtí při covidu byl velmi často právě souběh herpetického akutního onemocnění vyvolaný covidem. Samozřejmě, nabízí se odpověď, že tak dojde k oslabení imunity a herpetické viry jen využívají svoji šanci, aktivují se a chtějí se dále šířit. Jenže co když se v těle děje něco vážnějšího? Co když je asRNA, kterou herpesviry vytváří, spotřebována na něco jiného než na udržení latence, spícího stavu v buňce? Co když slouží k neutralizaci mRNA částic, které vznikají nejen působením viru, ale i při očkování? **S velkou pravděpodobností jsou v buňkách ve zvýšené míře koronavirem aktivovány genetické transkripce,** které zároveň probouzí spící herpesviry z intracelulárních mikrobiálních ložisek.

Trochu děsivé se mohou jevit další souvislosti. To, že **se na nádorových a autoimu-**

Jedním z nejčastějších virových narušitelů imunity jsou herpetické viry.

cím. **Herpetické viry tak skrze asRNA mohou velmi snadno manipulovat s genetickým kódem** a vytvářet i epigenetické změny. Určitě jste si všimli **nárůstu oparů při covidu, po očkování proti covidu,** někomu dokonce naskočil opar i při setkání s očkovanými lidmi. Existuje řada lékařských studií, které potvrzují reaktivaci herpetických virů a výskyt nejen oparů, ale i neobvyklých vyrážek a dalších zdravotních prob-

nitních onemocněních často podílí **retroviry společně s herpetickými viry, je známo již delší dobu.** Lékařská věda dává do souvislostí viry a nádory zatím jen v náznacích, protože zapojení virů do vývoje rakoviny je dlouhý a složitý proces, který trvá řadu let. V informační medicíně o těchto blízkých souvislostech víme a s detoxikací od virových ložisek u protinádorové imunity samozřejmě pracujeme. Problémem dnešní doby je, že se výrazně zvedla zátěž retrovirů, a ještě se k tomu přidal coronavirus. Ve srovnání s jinými viry tak **koronavirus výrazně aktivuje jak exogenní (získané), tak endogenní (vrozené) retroviry, k tomu se aktivují onkogenní herpesviry.** A to je problém často i u mladých lidí. Retroviry úzce souvisí s onkogeny a vznikem nádorů. Většina z vás někdy zaslechla, že některé herpetické viry mají souvislost s leukémiemi, Kaposiho sarkomem (nádorové bujení endotelu cév a kapilár), běžně je ale cytomegalovirus spolu s retroviry nalézán u nádorů různého původu, například glioblastomu, meduloblastomu, neuroblastomu, karcinomu tlustého střeva, prsu a prostaty. Vyplývá z toho, že pokud v těle jsou smíšená ložiska **koronavirů (spike proteiny), herpesvirů a retrovirů, tak jsou to časované bomby pro vznik nádorů** a neurodegenerativních onemocnění včetně vzniku prionů, demencí, roztroušené sklerózy. Roztroušená skleróza je aktivována zánikem axonů, výběžků neuronů, a postupně



je vyvolán další autoimunitní proces, kdy je ničen nejen neurob, ale i glie a myelin. Při detoxikaci je třeba zaměřit pozornost proti těmto závažným toxinům.

Rozdělení herpetických virů

Řád Herpesvirales je skupina virů, která napadá zvířata. Rozděluje se na tři základní čeledi.

- **Alloherpesviridae** – infikuje **ryby a obojživelníky**. Je rozdělena do rodů *Batracavirus*, *Cyvirius*, *Ictavirus*, *Salmovirus*. Způsobují například nádory ledvin u žab, hemoragické onemocnění ryb, onemocnění sumců, pstruhů a dalších ryb s vysokou smrtností.
- **Malacoherpesviridae** – **bezobratlí živočichové**, přirozeními hostiteli jsou měkkýši – ústřice, chobotnice, mořští plži, hřebenatky... Způsobují hlavně nekrózy a zvýšenou úmrtnost larev a mladých jedinců. Zahrnuje rody *Aurivirus* a *Ostreavirus*.
- **Herpesviridae** – herpetické viry **obratlovců, přirozeními hostiteli jsou savci, ptáci a plazi**.
 - Podčeď **Alphaherpesvirinae** – **Simplexvirus**, **Varicellovirus** a další
 - Podčeď **Betaherpesvirinae** – **Cytomegalovirus**, **Roseolovirus** a další
 - Podčeď **Gammapherpesvirinae** – **Lymphocryptovirus**, **Rhadinovirus** a další

U lidí se můžeme setkat s herpesviry z čeledi **herpesviridae**. Ta zahrnuje **nejen lidské herpetické viry označené číslicemi (1–8), ale i celou řadu dalších zvířecích virů**. Může se stát, že u klienta vytestujete i jiný než lidský herpesvirus. Postupujte stejným způsobem jako u lidských, přípravek **Herp®** zahrnuje všechny známé herpesviry. Je možné také objednat speciálky buď na jednotlivé podčeledi jako např. Alphaherpesviry, nebo i jednotlivé viry CMV, EBV... Často se s herpetickými viry setkáme i u domácích zvířat, pro zlepšení stavu buď opět **můžeme použít přípravek Herp® nebo objednat konkrétní viry nebo jejich skupiny**. Herpetické viry jsou obzvlášť nebezpečné pro koně, *Equine herpes virus* z rodu *Varicellovirus* způsobuje virové zmetání klisen, respirační onemocnění, puchýře na kůži a výtok z pohlavních orgánů.

Alphaherpesviry

Mikrobiologie NEW → *Viruses* → *DNA-Viruses* → *Herpesvirales* → *Herpesviridae* → *Alphaherpesvirinae* → *Simplexvirus*+

Vývojově je to nejstarší skupina herpesvirů. Zahrnuje nejznámější a nejrozšířenější viry.

- **Iltovirus** – papoušci, hrabaví ptáci – respirační potíže
- **Mardivirus** – kuřata, krůty, křepelky – ochrnutí končetin, nádory

- **Simplexvirus – Human herpes 1, 2 simplexvirus** (HSV-1, HSV-2) – virus *herpes simplex*
- **Varicellovirus – Human herpes 3 varicellovirus** (VZV, HHV-3) – virus *varicella zoster*
- **nezařazené zvířecí viry – želvy**

kají balónovité zduřené buňky projevující se jako **praskající puchýřky** umístěné mezi pokožkou a škárrou. Většinou nevznikají jizvy, protože nezasahují do hlubších vrstev kůže. Ve skupince puchýřků dochází k zakalení obsahu a vzniká typická krusta. Na sliznici se projevují jako afty. Postižená místa svědí, bolí, brní, může se objevit i horečka a malátnost. Tvoří i ložiska především v imunitních buňkách kůže. Virus má několik postupů a **dokáže zlikvidovat a neutralizovat protilátky**, proto u oslabené buněčné (virové) imunity dochází často k reaktivaci infekce, vyseje se v okolí původní vstupní brány a opět vznikají typické puchýřky. Velmi významným spouštěčem reaktivace je **psycho-**



Rod Simplexvirus – oparový virus – Herpes simplex virus typ 1 a 2 (HSV-1, HSV-2)

Mikrobiologie NEW → *Viruses* → *DNA-Viruses* → *Herpesvirales* → *Herpesviridae* → *Alphaherpesvirinae* → *Simplexvirus*+

Oparové viry bohužel nezpůsobují jen kožní a slizniční onemocnění, ale **způsobují i degeneraci nervového systému**. HSV-1 infikuje hlavně obličej, ústa, oči a infikováno je jím 60–80 % populace, nejčastěji nákaza proběhne v dětství. HSV-2 infikuje převážně genitálie, jeho rozšířenost kolísá v různých místech světa mezi 7–80 %, v Evropě ho má cca 8–15 % obyvatel. Oba dva způsobují **kožní nákazy, postihují oči, mohou způsobit neonatální herpes, encefalitidu, zánět jícnu, dýchacích cest**, příznaky mohou být podobné jako při angíně. V akutní fázi se množí v kožních a slizničních buňkách, vzni-

sociální stres, ale i různé další stresory – chlad, teplota, UV záření, emocionální poruchy, trauma, menstruace, těhotenství, poruchy zažívání, infekce horních cest dýchacích, rýmy, reaktivaci silně podněcuje i **syntéza prostaglandinů** například **při zánětu, alergii, jiné infekci**, při menstruaci, migréně a jiných křečových stavech.

Z kůže a sliznic se viry **dostávají do imunitních, nervových** a dalších buněk, pronikají do výběžků **senzorických, periferních nervů**. Poté pak cestují do těla neuronu a dochází k vytvoření ložisek v senzorických gangliích v míše, hlavových nervech a postupně se přesunují i do různých center v mozku. Často bývá **zasazen nervus trigeminus**. Mikrobiální ložiska v neuronech nejsou tvořena celým virem, jsou uloženy pouze nezbytné informace, podle kterých může být virus znovu sestaven. Zároveň ložiska zastavují obnovu, regeneraci vnitřních

částí buňky (autofágie), aby při samoopravě nemohl být zlikvidován. Autofágie je blokována neurovirulentními proteiny ICP3.4 a řadou dalších. **Herpetické viry umožňují průnik a přežívání dalších neurotropních mikroorganismů** – borrelie, enteroviry (polio, coxsackie), adenoviry, virus parotitidy, viry přenášené krevsajícím hmyzem... a dochází k neurodegeneraci.

Rod varicellovirus – varicella zoster virus VZV (HHV-3)

Mikrobiologie NEW → *Viruses*+ → *DNA-Viruses*+ → *Herpesvirales*+ → *Herpesviridae*+ → *Alphaherpesvirinae*+ → *Varicellovirus*+

Při první nákaze způsobuje plané neštovice, při reaktivaci se projevuje jako pásový opar. Virus do těla vniká respiračním traktem a spojivkami, pak putuje do regionálních lymfatických uzlin, kde se množí a roznáší se krví po těle, dostává se do jater, sleziny. Virus napadá i **lymfocyty, monocyty** a v nich se přenáší až do kůže a do sliznic a vzniká typická vyrážka. Komplikací může být pneumonie, encefalitida, zánět očí, glíi a neuronů. V kůži dochází ke svědění, příčinou jsou imunokomplexy a aktivace komplementu při jejich odstraňování. Virus vytváří **ložiska v neuronech senzorických nervů, ve vegetativním nervovém systému, v míše i v mozku**. Patří k nejčastějším příčinám poškození nervové tkáně, velmi často se vyskytuje společně s borelií. Ve starším věku nebo při imunosupresi může dojít k aktivaci ložisek, přibližně po týdnu začnou různé obtíže:

- **Výsev pásového oparu – postherpetická neuropatie** – syndrom neuropatické bolesti (může přetrvávat řadu let), zasažen periferní i centrální nervový systém – bolest, svědění, pálení, brnění..., **citlivost na dotek**, necitlivost, slabost, ochrnutí – „jizva“ a zánět na periferních nervech.
- **Chronický zánět mozkových a míšních blan** (i HSV) – bolesti hlavy, svalů, ztuhnutí krku, trvale nebo opakovaně zvýšená teplota, zhoršení sluchu, zraku, bolesti nervů, tiky, fobie, psychické problémy...
- **Zánět faciálního (obličejového) nervu** – obrna lícního nervu, poruchy sluchu, bolesti uší, nedoslýchavost, tinitus..., točení hlavy.
- **Zánět arterií v mozku** – častá příčina mrtvice.
- **Reyův syndrom** – zánět mozku, poškození mitochondrií – poškození jater, ledvin, srdce, edém mozku – často spuštěno léč-

bou acylpyrinem (ložiska alphaherpesvirů), extrémní ospalost nebo agresivita...

- **Herpes zoster optalmicus** – výsev pučýřků v oblasti I. větve nervu trigeminu.
- **Zánět spojivek, rohovky, nekróza sítnice...** – zánět oka, postupná ztráta zraku.

K aktivaci může dojít vlivem stresu, imunitního oslabení, kortikoidů, nádorů, chemoterapie, psychosomatické zátěže, UV záření, toxinů (arsen), působením jiné infekce... Na

Virus můžeme vnímat jako poškozující informaci, která útočí na to nejdůležitější – genetickou informaci živého organismu.

tento virus **působí protilátky, proto je jeho opakování vzácné**. Dále do tohoto rodu patří velké množství zvířecích virů, některé jsou přenosné na člověka.

Betaherpesviry

Tato podčeleď obsahuje 26 druhů virů rozdělených do pěti rodů.

- Cytomegalovirus – lidé a primáti – patří sem lidský human herpes 5 cytomegalovirus – CMV (HHV-5)
- Muromegalovirus – hlodavci, obsahuje myší a krysí cytomegalovirus
- Proboscivirus – sloni, smrtelné hemoragické onemocnění
- **Roseolovirus – human herpes 6, 7 roseolovirus** (HHV-6, HHV-7)
- Quwivirus – hostitelem jsou savci, zejména morčata, křečci stromoví a netopýři
- Další nezařazené zvířecí herpesviry

Rod Cytomegalovirus CMV – human herpes 5 virus HHV-5

Mikrobiologie NEW → *Viruses*+ → *DNA-Viruses*+ → *Herpesvirales*+ → *Herpesviridae*+ → *Betaherpesvirinae*+ → *Cytomegalovirus*+

Název je odvozen od **enormního zvětšení infikovaných buněk a jadra**, infikované buňky se zvětšují (*cyto* – buňka, *me-gas* – velký). **Infikuje i mitochondrie, poškozuje a tím blokuje apoptózu buněk, proto velmi zvyšuje riziko nádorů a způsobuje řadu problémů souvisejících s poškozenými mitochondriemi** – kardiovaskulární onemocnění, metabolický syndrom, autoimunita, únavy, předčasné stárnutí – viz bulletin 3/2023. Vstupuje do organismu sliznicí dýchacího, zažívacího nebo urogenitálního traktu, poté se dále přenáší pomocí

krevních imunitních buněk. Množí se hlavně ve slinných žlázách a ledvinných tubulech, je vylučován slinami a močí. Většinou je to bezpříznaková infekce, někdy má příznaky mononukleózy. Pro úzdravu je důležitá buněčná imunita (cytotoxické T-lymfocyty), funkční slezinový okruh.

Tvoří mikrobiální ložiska v **imunitních buňkách – hlavně myeloidní linii** (fagocyty – monocyty, makrofágy, eozinofily..., žírné buňky, krevní destičky...),

ale i v **lymfocytech, v epitelu a sliznici, slinných žlázách, v močových cestách, plicích, játrech, jícnu, střevech, sítnici i nervovém systému**. Velmi typické je **dlouhodobé zvětšení lymfatických uzlin**, ve vážnějších případech i zvětšení sleziny. Velmi závažná je infekce u těhotných, může k ní dojít i z reaktive, virus proniká přes placentu a napadá plod. Dochází k velmi závažným poruchám mentálního vývoje, hluchotě. Přibližně 1 % dětí má aktivní CMV po porodu, je to po Downově syndromu druhá nejčastější příčina mentální retardace. U dětí jsou pak postižena játra, krvetvorba, mozek. Příznakem jsou červené tečky, dochází k nedostatku krevních destiček, žloutence, hluchotě, zánětu sítnice a poruchám mentálního vývoje.

Má imunosupresivní účinky, z herpetických virů má nejvíce genů, díky kterým dokáže potlačovat vrozenou i získanou imunitu, při jeho latenci dochází k častějším bakteriálním, mykotickým a virovým infekcím. Produkuje cytokin podobný lidskému hIL10, ten **potlačuje buněčnou imunitu, specifickou, buňkami zprostředkovanou imunitní odpověď**, snižuje množství natural-killers buněk, a to má negativní vliv na progresi nádorů, ale i autoimunit. CMV se podílí na mozkových nádorech, **ateroskleróze (jedna z hlavních příčin)**, zvětšuje se přilnavost krevních destiček, vytváří se krevní sraženiny, riziko infarktů, cévně mozkových onemocnění, **zvýšený krevní tlak**. Buňky napadené CMV produkují ve **zvýšené míře renin, což vede ke zvýšení krevního tlaku**. Má vysoký podíl na vzniku **autoimunitních onemocnění**, velmi typický je pro roztroušenou sklerózu, diabetes I. typu, Guillain-Barré syndrom, revmatoidní artritidu, lupus a systémovou sklerózu, **střevní záněty**. Podněcuje ▶

imunitní systém k vysoké produkci protilátek, protože aktivuje B-lymfocyty, často jsou tyto protilátky zkřížené reaktivní. Tím, že vytváří ložiska v mozku, má **vliv na kognitivní funkce člověka, na jeho koncentraci, pozornost, pohotovost, rychlost zpracování informací nebo na řeč,**

i latenci je mozek, často jeho limbické struktury – amygdala, hippocampus, rhinální kůra – explicitní paměť. Jeho **ložiska mohou souviset s neuropsychickými poruchami.** Mnoho studií ukazuje, že hraje roli u pacientů s chronickými, neurologickými problémy – roztroušená skleróza, epilepsie,

Mikrobiologie NEW → *Viruses* + → *DNA-Viruses* + → *Herpesvirales* + → *Herpesviridae* + → *Gammaherpesvirinae* + → *Lymphocryptovirus* +

**I bakterie a viry mohou být nosiči virů.
Tady je zásadní zdravá protivirová imunita.**

schopnost vyjadřování a porozumění či na prostorovou orientaci. Statistická analýza prokázala, že nakažení studenti CMV mají v průměru **nižší inteligenci** než studenti nenakažení. Navíc se zjistilo, že s delší dobou od nákazy se inteligence osob snižuje, a to i tehdy, když se odfiltroval možný vliv stárnutí. CMV je spojován i s demencí, obzvláště s Alzheimerovou, příčinou je chronický zánět, který velmi negativně ovlivňuje mozek.

Rod Roseolovirus – virus exanthema subitum roseola (6. dětská nemoc)

- Human betaherpesvirus 6A (HHV-6A),
- Human betaherpesvirus 6B (HHV-6B),
- Human herpesvirus 7 (HHV-7)

Mikrobiologie NEW → *Viruses* + → *DNA-Viruses* + → *Herpesvirales* + → *Herpesviridae* + → *Betaherpesvirinae* + → *Roseolovirus* +

Nákaza probíhá většinou v dětském věku, obvykle od půl roku do dvou let, do tří let se s ní potkají prakticky všechny děti. Nejčastěji k nákaze dochází slinami od lidí, u kterých se aktivují jejich ložiska. Průběh nákazy je ovlivněn imunitou, u někoho je infekce bezpříznaková, bez problémů, u některých dětí dochází až k několikadenní **horečce, často i vysoké, doprovázené typickou nesvědčivou vyrážkou** na trupu, která se postupně šíří na krk, končetiny a obličej. Komplikací mohou být febrilní záchvaty. Dokonce někdy může vyvolávat **křeče i bez horečky**. Onemocnění je nazývané šestá dětská nemoc. K reaktivaci při snížené imunitě může docházet kdykoli i u dospělých, většinou pak **onemocnění připomíná mononukleózu**. Virus napadá hlavně imunitní buňky a lymfatické tkáně – **T-lymfocyty**, B-lymfocyty, makrofágy, monocyty, **kostní dřeň**, fibroblasty, oligodendrocyty, mikroglie, buňky epitelu a endotelu, **jaterní a mozkovou tkáň, slinné žlázy**. Je hodně **neuroinvasivní, důležitým místem pro replikaci**

chronický únavový syndrom... Často aktivuje EBV. Usnadňuje nákazu virem HIV a dalšími retroviry. Je spojen se záněty mozku, jater, **poruchami kostní dřeně, poruchami krevních destiček, jejich nedostatkem a zvýšenou krvácivostí.**

Gammaherpesviry

Obsahují přibližně 40 druhů virů, rozdělených do sedmi rodů. Přirození hostitelé jsou především savci. Způsobují latentní infekce lymfocytů a mají velmi nepříznivý vliv především na imunitu.

- *Bossavirus* – delfíni
- ***Lymphocryptovirus*** – savci, lidé, opice – **Epstein-Barrové virus EBV = *Lymphocryptovirus humangamma 4* (HHV-4)**
- *Macavirus* – savci (ovce, kozy, dobytek, skot, prasata, jeleni...)
- *Manticavirus* – vačnatci
- *Patagivirus* – netopýři

K nákaze dochází v dětském nebo pubertálním věku. U dětí je infekce často bezpříznaková, v pubertě je typická infekční mononukleóza. Akutní infekce začíná v ústech, dochází k rozpadu buněk v nosohltanu, postupně se virus dostává do lymfatických uzlin a způsobuje jejich zduření. Nejprve jsou příznaky podobné jako angína, pak postihuje i **vnitřní žlázy, slezinu, játra a další vnitřní uzliny**. Někdy je onemocnění doprovázené horečkou, bolestmi hlavy, končetin, nechutenstvím, slabostí, otoky. Při oslabené imunitě mohou nastat i komplikace – **zánět srdečního svalu, neuritida, meningoencefalitida (zánět mozku a jeho obalů), trombocytopenie** (nedostatek krevních destiček – krvácivost), anémie (rozpad červených krvinek). Při akutní nákaze je velmi důležitá buněčná imunita. V těle koluje velký počet T-lymfocytů, které mechanicky poškozují játra. Virus **napadá B-lymfocyty**, obvykle následuje velmi silná reakce buněčné imunity, aktivují se a výrazně se zvětší množství Tc-lymfocytů i Th-lymfocytů, NK buněk v krvi. Dochází k mechanickému poškození a **zatížení jater a sleziny**, dochází k hyperplazii (zvětšení) lymforetikulárních tkání (**mandle, uzliny, kostní dřeň...**). Ložiska tvoří především v **B-lymfocytech a lymfatických tkáních**, v epitelu nosohltanu



- *Percavirus* – savci, koně – imunosuprese, dýchací problémy, potraty (rozšířen i v ČR)
- *Rhadinovirus* – savci, lidé, *human herpes 8 rhadinovirus* (HHV-8)
- Nezařazené další zvířecí viry

Rod Lymphocryptovirus

Opičí viry, u lidí se objevuje EBV Epstein-Barrové virus – *Human gammaherpesvirus 4* (HHV-4)

nu a slinných a dalších žlázách. Při zátěži mikrobiálními ložisky i EB viry je typická dlouhodobá únava, subfebrillie, bolesti kloubů, alergie, zvětšení uzlin, záněty hltanu... Často je příčinou chronického únavového syndromu, **Guillain-Barré syndromu** (zánět míšních periferních nervů), **roztroušené sklerózy**. Často **nacházeny i u dalších neurologických onemocnění** – Parkinson (42 %), Alzheimer (25 %). Je onkogenní

a souvisí s lymfomy (nádory lymfatického systému), nasofaryngeálními karcinomy, nádory trávicího traktu, nádory prsu a prostaty.

EBV je ničitelem imunity. Napadá B-lymfocyty a dochází k poruchám protilátkové imunity. Působí jako polyklonární aktivátor, vznikají různé autoprotilátky – revmatoidní faktor, antinukleární, antimitochondriální... **a je příčinou celé řady autoimunit.** Zde je velmi důležitý včasný zásah buněčné imunity, aby T-lymfocyty a NK buňky dokázaly napadené B-lymfocyty zlikvidovat. Zásadní pro odstranění ložisek je tedy buněčná imunita a okruh sleziny. **Potlačuje dělení T lymfocytů,** tím poškozuje buněčnou imunitu a zasahuje do jejího řízení. Produkuje vIL-10 (80 %) identický s lidským, tím blokuje aktivitu interferonů, což vede k dalším virovým nákazům. Je tak **častou spolupříčinou narušené protivirové imunity.** Postupně vzniká imunodeficeience, díky poškozeným B-lymfocytům jsou sníženy hladiny protilátek, dochází tak i k poškození protibakteriální imunity. Jsou pak časté záněty dýchacích cest, gastrointestinálního traktu, uší, očí, kůže, časté jsou také bakteriální nákazy způsobené mikroorganismy jako *haemophilus*, streptokoky, pseudomonády, prvek *Giardia lamblia*...

Rod Rhadinovirus – Human gammaherpes 8 (HHV-8)

Mikrobiologie NEW → *Viruses*+ →
DNA-Viruses+ → *Herpesvirales*+ →
Herpesviridae+ →
Gammaherpesvirinae+ → *Rhadinovirus*+

Hostitelem jsou savci včetně člověka. Napadá **lymfocyty, fibroblasty, epitelové a endotelové buňky**, ložiska má přibližně 25 % populace. Virové částice se obvykle vyskytují u nakažených ve spermatu, cervikálním hlenu, slinách. Má velké množství genů buněčného původu z tzv. molekulárního pirátství. Indukuje tvorbu kapilár, proliferace buněk, produkuje cytokiny. Příznaky jsou podobné jako infekční mononukleóza. Způsobuje onemocnění **Kaposiho sarkom**, což je nádor mezodermálního původu. Nádorově se zvrhnou buňky endotelu, výstelky krevních cév i kapilár. Objevuje se na kůži, v ústní dutině i na jiných sliznicích jako zarudlá nebo až nafialovělá skvrna, která se plošně šíří. Způsobuje také **lymfoproliferativní poruchy**, postižení mízních uzlin se zánětlivými procesy.

Virové toxiny

Velkým problémem virových zátěží jsou nejen viry, ale i virové toxiny, které buňky vy-



tváří na základě virových informací. Virové toxiny jsou tedy látky, které produkují nejen naše buňky, ale mohou to být i jiné mikroorganismy jako bakterie, plísně, buňky parazitů napadených virem. Každý virus v sobě nese velké množství genetické informace, která slouží k výrobě proteinů. Některé z proteinů viry používají pro vytvoření kapsidy, která obaluje informaci ve formě nukleové kapsidy. Obvykle mají viry na svém povrchu řadu bílkovin, které mají usnadnit přichycení částice viru na buňce a proniknutí virové informace do buňky. Řadu virových proteinů ale viry používají pro snižování imunity hostitele, pro snazší šíření do dalších tkání a jsou tedy toxiny v pravém slova smyslu. Herpetické viry produkují řadu toxinů, které působí imunosupresivně – vmw 65, ICP8, ICP34.5, ICP47, EBNA 1-3, MRE... Prakticky všechny části imunitního systému jsou ovlivněny proteiny, mikroRNA nebo dalšími toxiny herpesvirů. Některé lidské herpesviry mohou vést ke vzniku a progresi rakoviny narušením funkce imunitního systému. Dokonce protein gJ chrání nakaženou buňku a ta odolává apoptóze; je to jeden ze způsobů, jak vzniká rakovinová buňka. Jiný protein (ICP 47) blokuje vystavení virových antigenů na buňku, a tím ji imunitní buňky nemohou odstranit. Herpetické viry produkují řadu virových toxinů, které napodobují lidské cytokiny a regulují a potlačují tím imunitní systém. Například cytokin podobný IL-10 **potlačuje vrozenou i získanou buněčnou imunitu**, to má negativní vliv na progresi nádorů a také snižuje schopnost imunity poradit si s virovými onemocněními a virovými ložisky. Detoxikace od herpetických virových toxinů je

součástí přípravku **Herp**[®], ale je také součástí přípravku **Virtox**. Ten je velmi vhodný nejen po prodělání viróz, ale velmi dobře se s ním „dočišťují“ i virová mikrobiální ložiska. Virové toxiny zpravidla nejsou jen součástí virových ložisek, často se nacházejí v dalších tkáních, velmi typicky jsou jimi zasažené i imunitní tkáň a buňky. V takovém případě je vhodné kombinovat **Virtox** s přípravky na detoxikaci imunitních orgánů včetně sleziny.

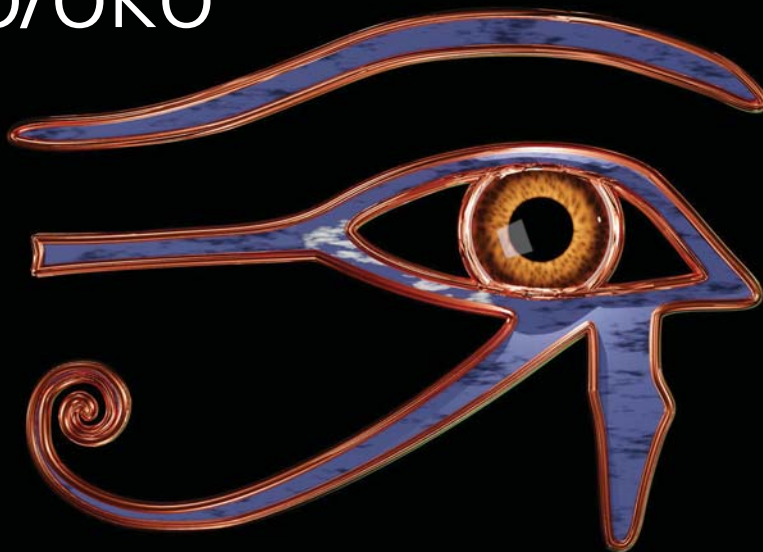
Detoxikace od herpetických virů je zásadní pro imunitu, zejména pro protinádorovou a protivirovou, důležité pro nervový systém. Je to zásadní nejen pro zdraví tělesných tkání, ale herpetické viry mohou negativně ovlivnit i inteligenci, rozumové i emoční schopnosti. Jejich detoxikace není úplně jednoduchá a vyžaduje trpělivost a opakované podávání informačních přípravků, protože ložiska herpesvirů často vznikají již v raném dětství nebo jsou dokonce vrozená. Pokud je v těle větší množství ložisek, ukazuje se jako nezbytné použít nejen přípravek **Herp**[®] v kombinaci s různými dreny podle testování, ale je nutné zaměřit se i na jednotlivé viry pomocí speciálků. Seznam aktuálních speciálků si můžete vyžádat při objednávce. To, že ložiska herpetických virů má více než polovina populace na světě, nesnižuje jejich závažnost a potřebu je z těla odstranit. Naopak, patří mezi velmi závažné toxiny hlavně z dlouhodobého hlediska. Opakovanou a trpělivou detoxikací je naštěstí lze z organismu postupně odstranit.

Mgr. Marie Vilánková





Horovo ucho/oko aneb synchronicita slovní a obrazové informace



Tu situaci všichni důvěrně známe. Lidé obecně, tedy i lidé okolo nás, a přiznejme si, mnohokrát i my sami často používáme celou řadu slovních pojmů, o kterých ne zcela přesně víme, co znamenají, a vlastně si tak ve své mysli nejsme schopni k danému slovnímu pojmu přiřadit přesný obraz či kvalitu dané věci, tedy přesnou vizualizaci. To se děje typicky zejména v případě používání podstatných jmen, ale potažmo také u jiných slovních druhů, například u příslovčí či přídavných jmen.

V optimálním případě jedinec používající dané slovo přesně ví, jaký obraz (věc, vizuální představa, fyzikální veličina, odborný pojem, filosofický pojem) je s konkrétním slovním pojmem *původně* asociačně propojený. Slovo *původně* záměrně zvýrazňuji kurzívou, protože celá řada slovních pojmů užívaných po staletí mnoha generacemi se mohla přece jen významově posunout, zkromolit nebo začít používat v poněkud pozmeněném významu, než je jejich původní (kořenový).

Ideálně by měl být jedinec schopen stručně popsat, co daný pojem přesně znamená. Měl by tedy být také schopen druhého člověka s jistotou poučit – naučit ho, co se daným slovem přesně míní. Tedy ještě jinými slovy – měl by mít ve svém vnitřním zraku zcela jasnou a konkrétní představu dané věci. A to ve shodě s historickým původem slova a s představami znalých lidí, kteří žili dávno před námi a daný pojem si uměli zcela přesně vizualizovat. Čím více bude mít jedinec jasných a zřejmých asociací s daným pojmem, tím větší bude mít vhled do významu použitého slova.

Stojí za to na chvíli se zastavit a z „nadhledu“ se zamyslet, co si různí lidé z celého společenského spektra (ne)budou vizuálně představovat pod pojmy, jako jsou například tyto náhodně vybrané:

- pryčna
- halucinace
- Chartúm

- kvantový stav
- antigen
- fěrtůšek
- intuice
- ignorant
- sykomora
- šnyt
- mikroplast
- energie
- kuloár
- pyramidion
- panoptikum
- a další a další...

Naši obrazotvornost „pokazilo“ písmo

Byl by to skutečně zajímavý pokus předložit tuto úlohu několika desítkám lidí z nejrozličnějších společenských vrstev. Nestavěli bychom se přitom do role přísného učitele s jediným nárokem na „správný výklad“ daného slova... Člověk by při plnění zadání této úlohy nemohl používat žádnou encyklopedickou pomůcku ani internet. Měl by pouze několika slovy co nejlépe popsat, co si v tuto chvíli pod daným slovním pojmem (spojením) přesně představuje (nebo nepředstavuje).

„Tak takhle nějak vzniklo ono biblické zmatení jazyků!“ může si pomyslet mnohý čtenář těchto řádků. A zřejmě bude mít pravdu. Různí lidé si pod stejným pojmem mohou představovat buď úplně rozdílné věci nebo

si někteří za daným slovem nepředstaví vůbec nic. A jak se potom mají domluvit...?

Málokdo si ovšem přitom uvědomuje, že schopnost asociovat si s vysloveným (nebo také se slyšeným nebo jen zvukově představeným) slovem přesný a významově správný obraz do velké míry „pokazil“ samotný vynález písma... Víme, že se to teď mnohým vzdělaným lidem, kteří si tuto skutečnost zatím neuvědomili, nemusí vůbec líbit, ale schopnost člověka psát a podle toho následně také mluvit (nebo slyšet zvukovou ozvěnu slova ve svém vnitřním zvukovém prostoru při tichém čtení) vzala člověku potřebu si co nejpřesněji představovat pod daným pojmem obraz či reálnou představu pojmenovaného objektu nebo jiné kvality.

To, že jako gramotní lidé jsme schopni foneticky přečíst nahlas i v duchu cokoliv v řeči mateřské (a nejen v ní), vůbec neznamená, že danému textu rozumíme. Tedy můžeme mít velmi malé pevné spojení psaného slova s obrazovou informací nebo s dalšími hodnotícími informacemi, které má takový text, slovo vizuálně asociovat.

A jenom doplníme, že mnoho slov – objektů by také ideálně mělo být spojeno nejen se zřetelným a správným obrazem, ale také s jasnou přídatnou představou – asociací hmatovou, čichovou či chuťovou... Tohle ostatně znali již starověcí mudrci.

Paměť na slova a paměť na věci

Ve starověku rozlišovali mudrci a filozofové žijící dávno před námi dvojí paměť: na pojmy – na text. První pamětí je **paměť na slova** (*memory of words*) – *memoria verborum*. Ta se soustředí hlavně na zapamatování slov (textu) bez toho, že by bylo důležité znát význam jednotlivých slov či dokonce významový obsah toho, co říkáme. Druhou pamětí je **paměť na věci** (*memory of things*) – *memoria rerum*, ta se soustředí více na kontext a význam jednotlivých použitých slov.

Paměť na slova nejlépe připodobníme situaci, kdy se musíme z paměti naučit nějaký text slovo od slova. Máme se tedy naučit takový text reprodukovat psanou či vyslovovanou formou, přitom vůbec nezáleží na tom, zda textu a jednotlivým slovům rozumíme nebo rozumíme jen částečně nebo jej vůbec nechápeme. Nemusíme mít ani jakýkoliv emocionální prožitek související s textem, který v sobě emoční podtext za celou řadou slov ukrývá. Text stačí jen odříkat bez pomoci psaného textu nebo nějakého jiného čtecího zařízení.

Paměť na věci klade na žáka / příjemce informace daleko větší nároky. Nebude tak důležité odříkat text slovo od slova, ale v první řadě půjde o formulaci/pochopení nosných

myšlenek (*ideí*) nebo spojení slov s přesnými obrazy věcí (*res*). Text se pak budeme nejlépe učit tak, že si jej rozdělíme na jednotlivé nosné myšlenky zahrnující významové celky.

Pokud významu některého použitého slova v textu nebudeme přesně rozumět, tak se samozřejmě předpokládá, že se takový nový pojem – jeho význam – budeme snažit nejprve důkladně pochopit z obecně uznávané definice a nejprve si jej tedy automaticky vyhledáme v nějaké ověřené encyklopedii. V dnešní době je na internetu volně dostupných mnoho takových hodnověrných encyklopedií, ale i v nich je třeba se orientovat a neustále si ověřovat data ještě z jiných ověřených zdrojů. Optimální je čerpat z několika ověřených encyklopedií a hledat a nacházet v nich významový průměr daného pojmu. Pochopení původního a pravdivého významu slova může být tedy v některých případech namáhavým úkolem.

Při interpretaci původního textu pak nebude důležité, jestli jej odříkáme precizně slovo od slova, daleko důležitější bude, jak textu skutečně rozumíme a *co si za ním vizuálně představujeme*. To všechno bude možné samozřejmě pouze za předpokladu, že se bude jednat o text hodnotný a smysluplný.

Jenom pro doplnění: Pokud se setkáte s úplně novým slovním pojmem, který se vám zdá nezapamatovatelný, pak na zapamatování tohoto pojmu můžete použít prastarou techniku postřehování slov, která bude popsána v některém z následujících čísel bulletinu o paměťových mnemotechnikách.

Paměť věcí

Ještě bychom měli zmínit jeden druh přístupu k tomuto tématu asociací mezi obrazovou a slovní informací. Je jím tzv. **paměť věcí**.

Můžete se přitom vžít do situace, kdy uklízíte po dlouhých letech dům/pokoj svého dětství, ve kterém jste jinak žili od narození. Dlouhá léta jste pobývali jinde a teď se do svého rodného domu vracíte. Celá řada věcí je stále na svém místě...

Máte za úkol vzít do ruky předmět po předmětu a zvážít, jestli ho vyhodíte, nebo si ho ponecháte. Každá tato věc přitom v sobě uchovává vzpomínky a stále živě asociace. Můžeme narazit na staré dopisy, pohlednice (pro ty, kteří se ještě nenarodili do digitální doby), keramiku, různé suvenýry, školní sešity, dílenské nářadí, staré hračky, panenky a oblečení na ně, umělecká díla a další. Tyto hmatatelné předměty slouží jako připomínky mnoha minulých zážitků a vyvolávají živě





Koruna
Dolního Egypta

asociace mnoha a mnoha na mysl se deroucíh dalších slov. V první řadě jsme však schopni přesně pojmenovat jedním nebo více slovy předmět, který fyzicky vidíme a třeba držíme v ruce při rozhodování, jestli si ho ponecháme nebo ne.

Asociační spojení obrazové a slovní (zvukové) informace je v tomto případě při spojení emocí ryzí a velmi pevné.

Ve starověku rozlišovali mudrci dvojí paměť na pojmy – paměť na slova a paměť na věci.

Pro dokreslení výše popsané úvahy vezměme jako příklad tři rozdílné texty:

- Spinální ganglia jsou zauzliny na zadních kořenech míšních nervů, typické pro nervovou soustavu obratlovců. Vyvíjejí se z neurální lišty, a proto také chybí u kopinatců, kteří totiž žádnou neurální lištu nemají.*
- Fourierova transformace je integrální transformace sloužící k dekompozici funkce do jejich frekvenčních komponentů, tj. funkcí $\sin$ a $\cos$, obecně tedy funkcí komplexní exponenciály. Často se používá k převedení signálu z časové oblasti (funkce času) do oblasti frekvenční (funkce frekvence).*
- Maminka položila na stůl teplý pecen chleba, který ráno koupila v obchodě na rohu naší ulice.

Záměrně jsem zvolil tyto texty jako extrémně stojící na opačných pólech čitelnosti obecným příjemcem informace – jakýmkoliv čtenářem. Foneticky přečte text téměř každý člověk, který se naučil číst a psát česky.

Prvnímu textu bude zcela dokonale rozumět a představovat si pod ním konkrétní obrazy zřejmě jen vysokoškolsky vzdělaný expert – znalec neuroanatomie, v první řadě neurolog, neurochirurg, neuropatolog, který ještě měl navíc tu možnost operovat nebo pitvat lidské tělo a jeho nervový systém. Pře-

vážná většina běžné populace nebude s vysokou mírou pravděpodobnosti přesně schopna popsat, a tedy představit si *vůbec nějaký obraz* (anatomickou podobnost) hned za několika použitými slovy nebo slovními spojeními.

Vybírám na ukázkou několik pojmů a slovních spojení, o nichž předpokládám, že si pod nimi mnoho lidí nepředstaví nic zcela konkrétního (žádný nebo jen mlhavý obraz) a tedy nebudou schopni o těchto pojmech říci několik dalších vět – asociací. A zároveň se omlouvám každému jednotlivému vědomému čtenáři, který přesně ví, co daný pojem znamená a jak reálně vypadá:

- *spinální ganglia*
- *zadní kořeny míšních nervů*
- *neurální lišta*
- *kopinatci*

Druhému textu budou rozumět pravděpodobně jen odborníci – matematici a fyzici, a dále také lidé, kteří vystudovali přírodní

do značné míry abstraktním myšlením a souvisí to se schopností vyjadřovat se matematickými a fyzikálními symboly za použití příslušných odborných grafů.

Třetímu textu rozumí snad zcela každý člověk. Když jsem psal tento kratičký text, tak jsem měl na mysli svou maminku, stůl svého dětství, důvěrně známou samoobsluhu, kde prodávala „paní Zvědavá“ (dodnes vidím její obličej a představuji si intonaci jejího hlasu a pamatuji si, že se pořád na něco vyptávala). A pecen voněl jaksi voňavěji než dnes, ale nevím, zda si to jenom nenamlouvám, protože už vím, že vzpomínky a minulé zážitky přece jen podléhají určitému zkreslení a určité míře idealizace.

Vám, milí čtenáři, bude pod slovy maminka, stůl, obchod na rohu, pecen chleba naskakovat zcela jiná přidružená asociace v souvislosti s vašimi vzpomínkami a zážitky z vašeho dětství. Jsem si úplně jistý, že vaše představa za těmito slovy bude zcela určitá a přesná, a dokonce vám mohou ke slově, které jsem takto jednoduše záměrně použil v textu, naskakovat další a další prožité asociace.

Horovo oko / Horovo ucho



Tímto úvodním výkladem jsme postupně vpluli až k tématu – vysvětlení egyptského ideogramu Horova oka/ucha. Především, že zde encyklopedické znalosti končí, to znamená, že tento můj osobní výklad významu Horova oka/ucha lze jen stěží doplnit o zdroje, ze kterých bylo možné čerpat. Neexistuje tedy zatím podobně uvažující vědecká ani laická komunita zabývající se tímto tématem z pohledu, který přináší následující výklad.

Budme zcela moderní a položme otázku umělé inteligenci – AI. Zde konkrétně jsem položil otázku volné verzi chatu GPT:

Be my scientist for Egyptology. What is Horus Eye? (Buď můj vědec na egyptologii. Co je to Horovo oko?)

Odpověď (překlad z anglicky psané odpovědi AI 30. 4. 2023):

Horovo oko, známé také jako „Wedjat“ nebo „Udjat“, je jedním z nejznámějších a nejuznávanějších symbolů starého Egypta. Je spojováno s bohem Horem, který je jedním z nej důležitějších božstev egyptského panteonu.

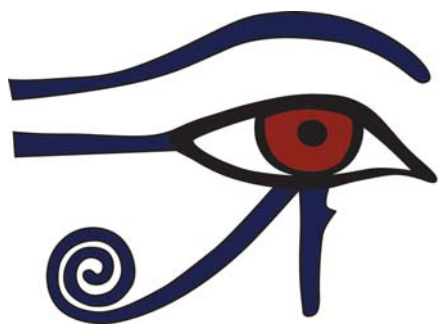
Horovo oko bylo považováno za symbol ochrany a léčení. Často bylo zobrazováno na amuletech, špercích a v dalších formách egyptského umění. Podle mýtů bylo oko původně zničeno v zápase mezi Horem a jeho strýcem Setim. Později bylo obnoveno bohem Thothem.

* Oba příklady jsou z otevřené encyklopedie Wikipedie ze dne 27. 4. 2023.

Horovo oko bylo také úzce spojeno s představou královské moci a s faraony, kteří byli považováni za ztělesnění boha Hora na Zemi. Oko bylo často zobrazováno na korunách a čelenkách faraonů a věřilo se, že jim poskytuje moc a ochranu boha Hora.

Horovo oko bylo ve starém Egyptě mocným symbolem, který představoval ochranu i královskou moc, a zůstává důležitým symbolem i v moderní době.

Protože je však také umělou inteligenci AI nutné podrobit korekturám a ověřování dat,



tak jsem si také pro jistotu několik tvrzení ověřil v jiných nezávislých odborných zdrojích. A hlavně v minulosti přečetl celou řadu odborných knih, ve kterých je Horovo oko zmiňováno.

Odpověď AI je však ve své stručnosti přesná a komplexní a jako základní veřejně dostupnou informaci ji nebylo třeba nijak dále upravovat a korigovat. Také není zavádějící na jiné „alternativní“ fantazijní výklady.

Pojďme však Horovo oko prohlédnout pod drobnohledem a pojďme podrobně prozkoumat, z jakých detailů (objektů) jeho hieroglyfický zápis reálně sestává.

Z jakých znaků – symbolů se skládá Horovo ucho/oko

Jak si v dalším výkladu ukážeme, přesné poznání (pochopení) hieroglyfického znaku je klíčové pro obecné pochopení záměru původního autora (nebo skupiny autorů) obrázkového – hieroglyfického písma.

Starí egyptští *doktoři přírodních věd* (nebudeme jim prosím říkat kněží kvůli možnému pejorativnímu nádechu názvu tohoto povolání, který je spojený s činností církví a náboženských sekt, a to pro celou řadu lidí) svoje technické a odborné zápisy vyjadřovali obrázkovou rébusovou formou. Ze zá-

kladních kamenů jejich řeči – hieroglyfů – sestavovali určité kompozice – ideogramy. Tyto ideogramy měly vyjadřovat nějakou myšlenku. Můžeme říci, že takový ideogram – rébus je sám o sobě určitým mnemotechnickým zápisem určitého pozorovaného jevu nebo technického či jiného návodu. O tom však mám v úmyslu napsat na jiných místech a v dalších svých článcích.

Horovo oko/ucho se sestává ze tří jednotlivých hieroglyfických znaků. První znak je znak oka. Ten je na první pohled nejzřejmější.

Znak pro oko má v Gardinerově seznamu* označení D4. Je zařazený do skupiny hieroglyfů označujících části lidského těla.

Při interpretaci tohoto symbolu se pustím do nové, pro člověka znalého hieroglyfů zcela jistě odvážné interpretace. Podle mého názoru je však tato interpretace nejvíce logická.

Několik generací egyptologů tomuto znaku přiřazují význam pouze jako pouhé „ozdobě“ Horova oka. Je opět zařazený do skupiny hieroglyfů označujících části lidského těla, v Gardinerově seznamu ho najdeme jako D15.

Budeme-li důslední a budeme dále hledat, kde v historii hieroglyfického písma se vyskytoval znak stočené spirály, pak najdeme hned několik dalších výskytů použití tohoto podle mého názoru jednoho a téhož znaku. Budu vděčný, když se najde někdo z řad odborné egyptologie, s nímž budu moci v budoucnosti toto téma konzultovat a zejména ho dále rozvinout na základě jeho odborných znalostí o existujících písemných hieroglyfických záznamech, o kterých dosud nevím.

Za prvé je tento znak opakovaně použit v kompozici červené koruny dolního Egypta (S3) – a dále v kombinacích v ideogramech s jinými dalšími znaky (S4, S5, S6).

Dále se s tímto znakovým ve tvaru stočené spirály můžeme setkat v kategorii – provazy, tkaniny, košíky, tašky a jiné. Znak V1 se tradičně přiřazuje stočenému provazu. Dále je tento znak použitý v rébusech s jinými hieroglyfy – V2 a V3. Dovolím si v tuto chvíli pochybovat o správnosti přiřazení tohoto spirálovitého hieroglyfického znaku k obrazu provazu.

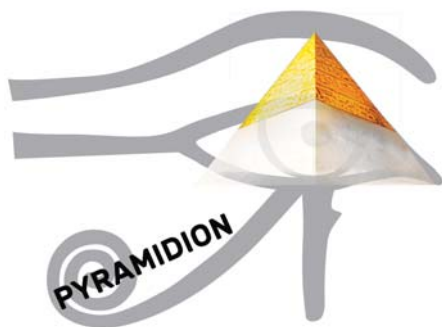
Pokud se podíváme na některá, zejména starší, a tedy původnější vyobrazení Horova oka/ucho, pak je na obrázku důsledně vykreslena spirála. Podle mého názoru původní autoři hieroglyfického písma měli pod touto spirálou na mysli lidskou (a také zvířecí)



*Moderní
(a nesprávná)
vyobrazení
Horova oka*



* Gardinerův seznam je obrazový seznam používaných staroegyptských hieroglyfických znaků sestavený Sirem Alanem Gardinerem (1879–1963). V současné době je považován za standard při studiu hieroglyfického písma. Zahrnuje cca 760 hieroglyfických znaků běžně používaných egyptskými písaři ve Střední říši, tedy zhruba v době 2000 až 1300 před naším letopočtem.



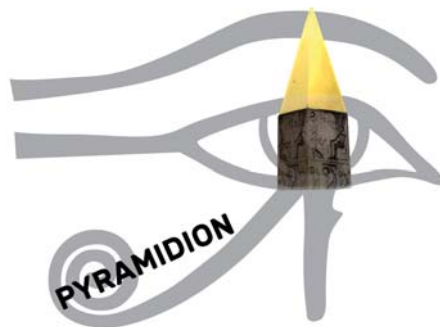
kochleu, uloženou ve skalní kosti jako součást vnitřního ucha. Tato „součástka“ lidského ucha provádí frekvenční analýzu přicházejícího zvuku. Díky kochleee můžeme pak nejen slyšet okolní i vnitřní zvuky, ale také rozumět mluvenému slovu.

Kochlea neboli česky hlemýžď tvoří dutý kanálek *zatočený do spirály s přibližně dvěma a půl závitů. Jestliže se podobá Horova oka už od dob starověkých písařů, kteří si ce byli řemeslně zruční, avšak netušili, co přesně překreslují, vyvíjela, pak se zpodobnění Horova oka mohla v průběhu času přeměnit do mnoha stylizovaných podob více či méně podobných prastarému originálu.* To se týká zejména vyobrazení oka v současné době.

A konečně – třetí znak ideogramu Horova ucha/oka představuje kotevní kolík (P11 v Gardinerově seznamu).

Můžeme si představit, že prastarí autoři – kreslíři ideogramu Horova oka/ucha – tento předmět důvěrně znali. Život starého Egypta od 5.–4. tisíciletí před Kristem se odehrával především okolo životodárné řeky Nilu. Loď tedy tvořila základní dopravní prostředek mezi různými částmi rozlehlé země. Používanou loď bylo třeba po jejím zastavení pečlivě připoutat/ukotvit pomocí provazu ke kotevní tyči pevně připevněné (zatlučené či jinak zapuštěné) na břehu či těsně u břehu řeky Nil.

Pro úplnost – symbol Horova oka/ucha jako celek má v Gardinerově seznamu hieroglyfických znaků svoje místo pod označením D10.



Horovo oko/ucho reprezentuje synchronicitu obrazové a zvukové informace

Ideogram Horova ucha/oka podle mého názoru tedy představuje pevné asociační spojení slovní (zvukové) a obrazové (vizuální) informace v mysli člověka. Toto pevné spojení je alegorizováno pomocí obrazu kotevní tyče (*mooring post*), která je v tomto ideogramu silným zástupným symbolem propojení něčeho s něčím.

Jestliže se vrátíme k tématu z úvodu tohoto článku, tak stav mysli v modu Horova ucha/oka reprezentuje jasnou a přesnou vnitřní zrakovou představu spojenou pevně (kotevní tyčí) s použitým slovem.

Tedy na závěr vybíráme z některých předkládaných slov a doplňujeme do „mustru“ Horova oka/ucha.

• **Pyramidion** (v egyptštině *benbenet*, což je femininum od slova *benben*, „prvotní pahorek“) je označení užívané v egyptologii pro staroegyptský architektonický prvek zakončující královské (nikoli ovšem stupňovité) pyramidy a obelisky. S největší pravděpodobností je stylizovaným znázorněním mytologického prvotního pahorku *benbenu*, v němž se spojují představy zrození světa a regeneračního sebestvoření slunečního boha na východním horizontu. Je jedním ze základních symbolů slunečního kultu v Egyptě.

Česká verze Wikipedie ze dne 3. 5. 2023

• **Mikroplasty** – obecné označení, užívané pro různorodé úlomky plastů o velikosti



od 100 nanometrů až po pět milimetrů, které se vyskytují ve vodě, v půdě i ve vzduchu jako součást jejich znečištění. Je to směs vláken, kuliček či zlomků nepravidelného tvaru, z nichž část je záměrně v takové podobě vyráběna (primární mikroplasty), ale většina vzniká postupným nalamáním, fragmentací větších kusů plastů (sekundární mikroplasty).

Česká verze Wikipedie ze dne 3. 5. 2023

• **Chartúm** je hlavní město Súdánu a správní středisko spolkového státu Chartúm. Vlastní město má 1,9 milionu obyvatel a spolu s druhým největším městem Omdurmanem, ležícím na protilehlém břehu Nilu, vytváří aglomeraci čítající 7,3 milionu obyvatel (2005).

Česká verze Wikipedie ze dne 3. 5. 2023

Horovo ucho/oko však především reprezentuje ještě základnější analyticko-syntetickou schopnost lidského (i zvířecího) mozku. Je jím poslouchání a rozlišování základních zvuků, které byly v přírodě přítomné odjakživa, a to ještě před vytvořením lidských a z hlediska přírody „umělých“ jazyků.

V příštím článku se tedy vžijeme do mysli sokola stěhovavého (*Falco peregrinus*) a budeme si představovat, jaké je to poslouchat a rozeznávat jenom přírodní zvuky, aniž bychom přitom rozuměli jedinému lidskému slovu.

Ing. Vladimír Jelínek





Mladistvá energie



Lidé od nepaměti viděli za hmotnými jevy energetické pozadí a jemnou sílu jako palivo, které umožňuje tělu žít. Naše pravé já je především čisté vědomí nahlížené skrze tělo, a ne naopak. Tajemství věčného mládí spočívá v optimální energetické rovnováze a cvičeních, která stimulují tok energie. Kolik je za těmito myšlenkami pravdy?

Co je to energie?

Čchi, Ki, Prána, Vis Vitalis, Orgon, Prána Vayu, Šiva (indoslovanský výraz pro život), Kundalíní, Reiki, Životní síla, Mana, Duch svatý, Biofotony, Odem a mnoho dalších termínů popisuje energie, které proudí našimi těly v kanálech. Přestože životní sílu může pociťovat každý, existuje jen málo vědeckých důkazů nebo seriózních diskusí o univerzální energii, která udržuje život. Termín energie, používaný v ezoterice, je v akademických kruzích často kontroverzní a je považován za zajímavý pouze z hlediska fyzikálního měření a vysvětlován biologicky jako produkt biochemických procesů. To, že životní energii

„Existuje hnací síla, která je mnohem mocnější než pára, elektřina a atomová energie: síla vůle.“

Albert Einstein

„Pokud existuje víra, která dokáže přenášet hory, pak je to víra ve vlastní sílu.“

Marie von Ebner-Eschenbachová

„Je to Síla, která dává Jediům moc. Je to energetické pole, které vytvářejí všechny živé bytosti. Obklopuje nás, prostupuje námi a drží pohromadě celou galaxii.“

Obi-Wan Kenobi

nelze takto zjevně změřit, neznamená, že neexistuje. Existují také vědci, kteří nevidí žádný rozpor s prastarými koncepty a domnívají se, že také mohou něco změřit. Prof. Karlu Poppovi se například podařilo pomocí vysoce citlivých kamer zaznamenat světelné jevy, které nazval biofotony. Jiní zase dokázali změřit odlišný elektrický odpor kůže v akupunkturních bodech ve srovnání se zbytkem

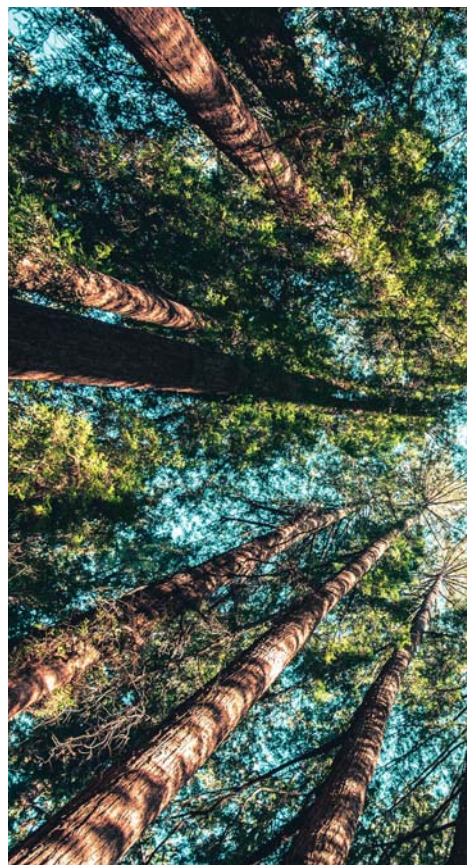
kůže. Ötzi, mumie ze Similaunu, sice ještě nevěděl, co elektřina znamená, ale zajímavé je, že měl tetování právě v těchto bodech.

Energie se vyskytuje v nejrůznějších formách, nelze ji vytvořit z ničeho ani ztratit, lze ji pouze převést z jedné formy do druhé – a vždy má potenciál konat práci a vytvářet teplo. Tyto věty termodynamiky mohou být zpochybněny. Vždyť odkud se energie vůbec

bere? Jak vznikla? Jak vznikají fluktuace ve vakuu? Tyto kvantové fluktuace vznikají v ničem a z ničeho a okamžitě se zase rozpouštějí, lze je fotografovat a svým celkovým vzhledem připomínají neuronovou síť, která vyplňuje vesmír. Přesně tak, jak byla popsána v Tantrě (doslova pavučina, skrze kterou jsme všichni propojeni). V každém případě lze energii vyjádřit v mnoha různých jednotkách: Nejběžnějšími měrnými jednotkami jsou jouly, kalorie, (kilo)watty a elektronvolty. Einsteinův slavný vzorec $E = mc^2$ natrvalo změnil náš pohled na podstatu věcí. Jen velmi málo lidí je schopno pochopit celý rozsah teorie relativity. Atomová energie však působivě ukázala, jaká síla dřímá na subatomární úrovni. Není tak nepravděpodobné, že v budoucnu poznáme motory, které jsou založeny na volné energii, kterou Vědy nazývají vnější pránou.

Tok života

Ve známé tradiční čínské medicíně je zdroj života spatřován ve vodním prvku, v ledvinové čchi. Pokud si nezajistíme dostatek čchi z obnovitelné energie z potravy, dechu a tekutin, a naopak se nadměrně vyčerpáváme, například konzumací drog, kouřením, nadměrnou sexuální aktivitou nebo nedostatečným spánkem, čerpáme tyto zásoby, svou ledvinovou čchi, která se již nemůže dobýt.



Jakmile vyčerpáme poslední zásoby, musíme se se svým tělem rozloučit. Abychom si zajistili dlouhý, zdravý a mladistvý život, neměli bychom tyto rezervy čerpat. Čchi by navíc měla mít možnost volně proudit bez ohledu na svůj zdroj. V cirkadiánním rytmu, podobném přílivu a odlivu, se každé dvě hodiny

vlnovitě přesouvá z jednoho meridiánu na druhý. Každé čtyři hodiny se mění dominance z jin na jang a zpět. Jin znamená ženskou, intuitivní, tvořivou, temnou, klidnou, parasympatickou, vnitřní a chladnou stránku, zatímco jang znamená mužskou, poznávací, sluneční, aktivní, sympatickou stránku a teplo

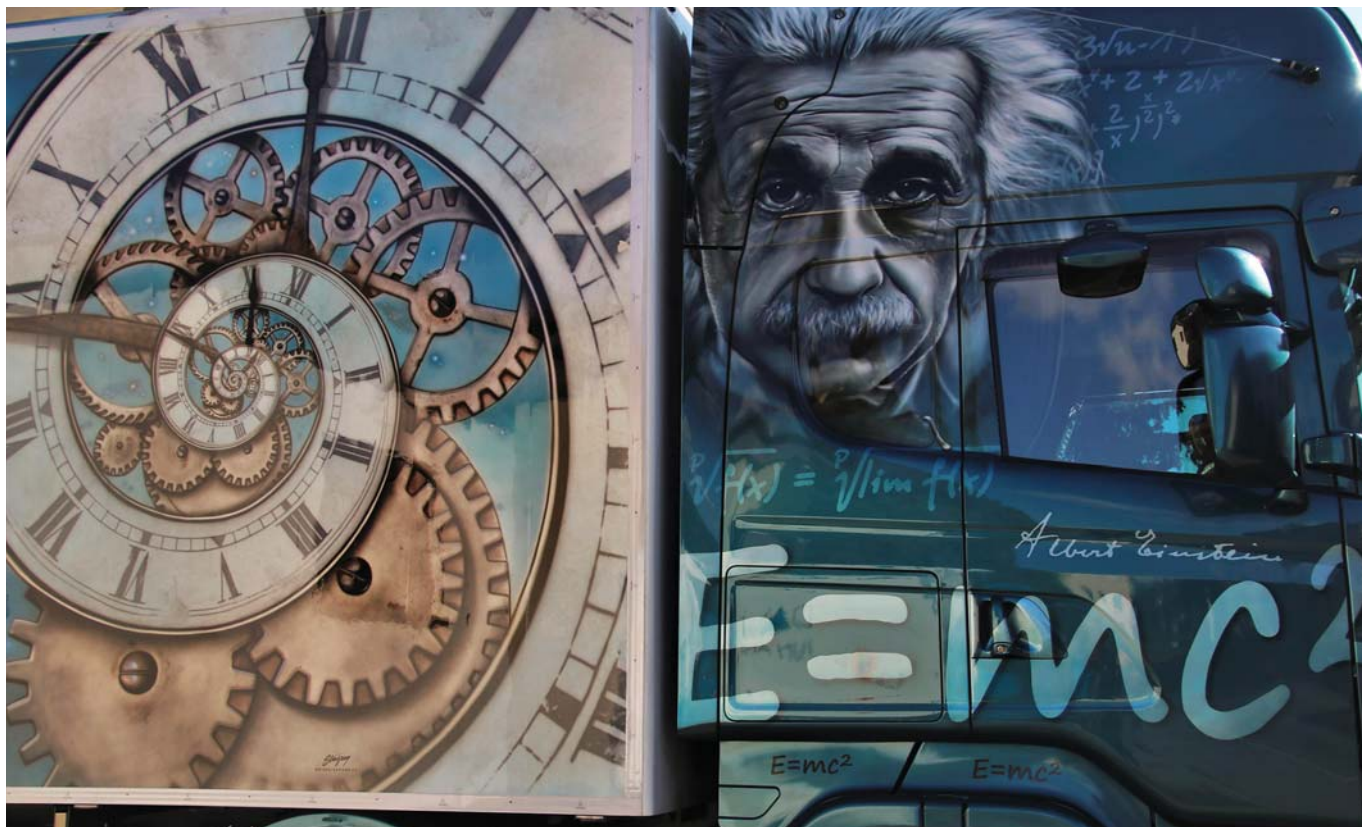
Sedm principů havajské filosofie Huna

Nedokázal bych to vyjádřit krásnějšími slovy než na stránkách www.huna.org, kde je popsáno sedm principů havajské filozofie Huna podle Serge Kinga, které lze považovat za reprezentativní pro všechny tyto školy:

- 1. Svět je takový, jaký si ho uděláme svými myšlenkami.** Realita je vždy odrazem toho, jak svět vidíme a vnímáme my sami. Vědomí toho, že myšlenky vytvářejí realitu a že si myšlenky můžeme vybrat, nás může povzbuzovat a vést naše kroky.
- 2. Neexistují žádná omezení.** Jen taková, jaká si vytvoříme ve své mysli. Mnohdy tedy stačí jen změnit své názory (pohled na svět) a dokážeme změnit vše – svůj pocit štěstí, zdraví, úspěch, přítomnost i budoucnost.
- 3. Energie proudí tam, na co se soustředíme.** Jestliže naši pozornost zaměřujeme pozitivním směrem, uvidíme a přitáhneme více pozitivního a naopak. Soustředme se tedy na to, o co usilujeme.
- 4. Teď je okamžik síly a moci.** Žijeme tady a teď – v přítomném okamžiku. Minulost je pryč a budoucnost teprve přijde. Okamžik, který právě prožíváme, je jediný, se kterým můžeme něco udělat.
- 5. Milovat znamená být šťastný.** Když je ve vztahu, počínání, práci a nápadech přítomný pocit štěstí, je tam i láska. Proto budme šťastní, protože láska je zdrojem veškeré síly.
- 6. Všechna síla pochází zevnitř.** Uvnitř sebe máme vše, co potřebujeme k našemu šťastnému životu. Nenechme se ovlivnit bloky, které jsme si za život nasbírali, a více si důvěřujeme.
- 7. Účinnost je měřítkem pravdy.** Jestliže od života nedostáváme, co bychom si přáli, změňme své myšlení. Míra našeho úspěchu je vlastní pravdou. Buďme kreativní a dobří v tom, co děláme, a dělejme vždy to nejlepší, co umíme.

S tímto vědomím se zaměříme na šťastný, zdravý a dlouhý život. Jak všichni víme, jste tak staří, jak se cítíte. Pociť mládí je možné záměrně pravidelně reprodukovat a uktvovat, například při meditaci.

v nás. Stagnace toku energie nebo dokonce obrácení meridiánu vede k onemocnění. Touto rovnováhu pomáhají udržovat mimo jiné speciálky **Joalis Jin-jang** a **Joalis Meridián**. Systém meridiánů je ve většině asijských zemí popsán velmi podobně. Ovládání toku energie se praktikuje především pomocí samotných dechových cvičení (pránájáma = vstřebávání prány) nebo v kombinaci s fyzickými cvičeními, jako je jóga, kung-fu, čchi-kung, Pět Tibeťanů nebo tchaj-ťi. Podobné koncepty mají i Indové, například tensegrity, které ostatním představil ve svých dílech Carlos Castaneda. Dlouhověkost a hbitost představitelů všech těchto škol je zarážející. Kromě dýchání a protahování nebo vytváření prostoru pro meridiány je samozřejmě zásadní i jemná úroveň ovládání. Například pa-



tologické emoce způsobují, že se meridiány zvětšují a jejich tok je omezen. Informace v přípravech Joalis fungují především prostřednictvím našeho energetického těla. Hmota se přizpůsobuje energii. Vzhledem k setrvačnosti hmoty se účinky projeví až po určité době. Kromě informací jsou atributy jemného světa, které ovlivňují tok čchi, také přesvědčení, soustředění, zrak a postoj. Meditace, kontemplace, soustředění, stimulování, zpívání manter a etika jsou podrobně popsány a praktikovány v mystických naukách.

době ji vyčerpávalo, cítí se „pranarián“ okamžitě nabitý energií. Člověk se automaticky stává citlivějším na to, co ho stojí energii, a co ho naopak nabíjí. Konflikty stojí energii, láska ji dodává. Zamílovaní často nemusí nic moc jíst, stačí jim motýlci v žaludku. Existují místa plná prány, kde stačí být a budete nabíti. Zejména v přírodě, v lese, u vodopádu, tam jste plní energie. V panelovém domě jste doslova odstíněni od všech energií. Aktivovat zde své světelné tělo je obtížné nebo dokonce nemožné.

živěji. Prostřednictvím sexuálního spojení v lase se můžeme dobít jako baterie. Jakmile se spojí kladný a záporný pól, začne proudit elektrina. Zde se však názory různých škol na to, jak to funguje v detailech, značně liší v závislosti na tom, jak pruderní či permissivní je doba a místo výuky. Existují techniky, při nichž se muži učí „neplýtvat“ spermatem, aniž by se museli vzdát výhod sexuality. Buď sperma znovu vstřebat (vnitřním nebo vnějším tlakem na perineum, nebo ho vůbec nenechat vystoupit. Jiní se s touto výzvou raději vůbec

Síla vychází zevnitř

Dr. Joe Dispenza dokázal ve studiích prokázat pozitivní účinky meditace na naše zdraví. Mimo jiné dosažení gama frekvenčního pásma v EEG může opět prodloužit telomery. Ve frekvenčním pásmu theta a zejména v pásmu gama dochází k souhře mozku a srdce, při níž – díky současné vidině zdravého těla a radosti a vděčnosti z něj – došlo u již léčených pacientů k mnoha zdokumentovaným spontánním uzdravením.

Osobně jsem také zažil lidi, kteří dosáhli stavu Bigu, tj. optimalizovali svou rovnováhu prány tak, že již nejsou závislí na hmotné potravě a mohou se žít tzv. lehkou stravou. Není to však tak, že by tito lidé již nemuseli pro svou výživu nic dělat. Zajímavé je, že jim pomáhá cvičení. Místo toho, aby cvičení vyžadovalo energii pro svalovou sílu a krátko-

Energie následuje pozornost.

Zaměřte svou pozornost na to, o co usilujete.

Nejdůležitější je však vnitřní postoj. Mysl, která neustále hledá uspokojení zvenčí, aby nahradila něco, co v sobě nenachází, nebude úspěšná v dosažení stavu Bigu. Pocit hluboké spokojenosti a plavání v moři energií, v kvantovém poli plném potenciálů, v příjemné vibraci nesčetných molekulárních pohybů, v plné vděčnosti za něj, jde spíše k úspěchu.

Kromě vitality pro každodenní život věnují všechna učení o energetickém omlazení a dlouhověkosti velkou pozornost také sexuální energii, protože naše pohlavní žlázy v sobě skrývají potenciál ke stvoření nového života. Právě zde drímá naše tvůrčí síla nej-

nesetkávají. Energeticky se zárodečná síla nadechuje v centrálním kanálu nebo v tzv. malém okruhu; tím se transformuje. Nechte tedy energii proudit, ale ne zcela nekontrolovaně. U informační medicíny Joalis najdeme kromě **Meridiánů a Jin-jangu** i speciální přípravky zaměřené na čakry (**Čakra 1–7 a Mix čaker**) a miasmy (**Miasma**) pro naše energetické tělo. Pro zdravý tok meridiánů je důležitá absence patologických emocí.

K tomu nám slouží **Joalis**

Emoce (*E-motion* = energie

v pohybu).

Georg Wöginger



Kadmium a jeho toxicita



Jako elementární prvek bylo kadmium objeveno a popsáno až v roce 1817 v Německu, a to dvěma vědci současně. Starověcí a středověcí mudrci – alchymisté s ním zřejmě ještě nepracovali, a nebyly tak známy ani jeho možné toxické účinky na lidský organismus. Kadmium a jeho sloučeniny jsou dalšími z řady toxických látek, se kterými se prakticky každodenně setkáváme. Pro lidský organismus není kadmium esenciálním prvkem, naopak – můžeme ho považovat za toxické v každé koncentraci.

Kadmium je nejen extrémně toxické, ale jsou prokázány také jeho karcinogenní účinky. Podle klasifikace IARC (International Agency for Research on Cancer – Mezinárodní agentura pro výzkum rakoviny) je kadmium zařazeno do skupiny 1 (Group 1), ve které jsou prokazatelně karcinogenní látky.

Kadmium se nachází v organismu každého z nás – průměrný člověk v sobě nese asi 50 mg kadmia. To znamená, že je s ním jako s možným toxinem třeba počítat, a zvláště u kuřáků jej řešit už v prvotních fázích detoxikačního procesu. O tom, zda se bude kadmium a jeho sloučeniny spolupodílet na chronických zdravotních obtížích, rozhoduje pouze míra koncentrace chemických látek s kadmii v těle.

Odhad denního průměrného příjmu kadmia, kterému se nemůžeme vyhnout, se pohybuje v rozmezí 7 až 30 mikrogramů. Denní příspěvek kadmia závisí na kvalitě životního prostředí, ve kterém člověk žije, a na jeho životě (např. kuřák/nekuřák). U kuřáků nebo pasivních kuřáků může být denní příjem kadmia oproti hodnotám u nekuřáků více než dvojnásobný.

Hlavním vylučovacím orgánem pro kadmium jsou ledviny, hlavním vstřebávacím orgánem plíce. Vstřebávání kadmia probíhá také v gastrointestinálním traktu, není však tak účinné jako je tomu v případě plic. Účinnost vstřebání kadmia z potravy ve střevech je zhruba 5%. **Jakékoliv množství kadmia je pro plíce toxické, jsou jím velmi poškozovány.**

O chronické zátěži kadmii, tedy nikoli o jednorázové expozici (v ojedinělých a vzácných případech ale i o možné otravě), hovoříme v případě, že se jedná o dlouhodobé vrstvení malých každodenních příspěvků pocházejících z životního prostředí a potravy, které jsou postupně pevně zabudovávány do těla.

Zdroje kadmia

Přírodní zdroje

1. Kadmium je součástí celé řady hornin, které se zvětváváním postupně rozpadají, a tím se stávají součástí půdy. Odtud se kadmium skrze rostliny dostává do rostlinné i živočišné potravy.* V zemské kůře se kadmium vyskytuje v koncentracích 0,1 ppm (*particle per milion*).

2. Významným zdrojem kadmia je cigaretový dým. Kadmium se do tabákových listů dostalo z půdy, na které tabáková rostlina vyrůstala.
3. Kadmium se vlivem přírodních pochodů dostává do bažinatých půd a sedimentů, takže rostliny, které na takovýchto půdách vyrůstají, obsahují větší množství kadmia. Z historie je známá hromadná otrava obyvatel části Japonska kontaminovanou rýží. Otrava vedla k těžkým chronickým obtížím kostí (*itai-itai* – bolestivé a křehnoucí kosti).
4. Značným zdrojem jsou sladkovodní ryby chované intenzivním způsobem v rybnících, v jejichž bahně se kadmium přirozeně usazuje a kumuluje se.

Antropogenní (nepřírodní) zdroje

1. Průmyslové použití kadmia – asi tři čtvrtiny vyprodukovaného kadmia se spotřebuje na výrobu NiCd baterií a solárních panelů. I když v současné době existuje snaha kadmium v těchto výrobcích nahrazovat jinými komponenty, přesto se v nich stále používá. Většina zbývajících kadmia se použije na pigmenty (kadmium sulfid = kadmiová žluť, kadmium selenid = kadmiová červen), povrchové úpravy kovů a jako stabilizátory pro plastické hmoty. Kadmium se též používá jako příměs do některých druhů pájek.
2. V blízkosti metalurgických závodů bývá ovzduší kromě jiných toxinů znečištěno i kadmiiem.
3. Je vedlejším produktem při těžbě zinečnatých a olovených rud.
4. Uvolňuje se při nešetrném spalování domáčího odpadu.

5. Neekologickou likvidací NiCd baterií se mohou kontaminovat půdy, a to zejména v okolí skládek odpadu.
6. Nešetrná likvidace solárních panelů obsahujících kadmium.
7. Ve spalovnách komunálního odpadu používajících starší technologie může též docházet k uvolňování kadmia do ovzduší. To se dnes děje spíše mimo oblast Evropské unie.
8. Teplárny a elektrárny spalující fosilní paliva, stejně jako domácí kotelny spalující uhlí.
9. Při svařování nebo pokovování olova, zinku a mědi kadmiiem dochází k uvolňování kadmia do pracovního prostředí.
10. Umělci, kteří pracují s kadmiovými barvami – kadmiová žluť (CdS – sulfid kademnatý), kadmiová oranž (CdS/CdSe – sulfo/selenid kademnatý), kadmiová červen (CdS/CdSe – sulfo/selenid kademnatý v jiném míšicím poměru než u kadmiové oranže). S těmito barvami se doporučuje zacházet jako s toxickými látkami.
11. Lakovny, ve kterých se používají barvy s příměsí kadmia, se považují za vysoce rizikové pracovní prostředí.
12. Výfukové zplodiny z aut též obsahují stopové množství kadmia.
13. Kouřením tabáku nebo marihuany se kadmium dostává do organismu. Vstupním a zároveň nejvíce poškozeným orgánem

jsou díky inhalaci cigaretového kouře plic. Z jedné cigarety se do plic dostane cca 0,07 µg–0,35 µg kadmia. Záleží na jeho obsahu v konkrétní cigaretě, dále na modelu vdechování a vydechování u kuřáka.

Pohyb kadmia v organismu

Po vstřebání do krevního oběhu se kadmium naváže na albumin (protein geneticky kódovaný). Tento komplex kov-protein je dopraven do jater, kde stimuluje syntézu jiného proteinu, metallothioneinu (je opět geneticky kódovaný). Komplex kadmium-metallothionein je přepraven do ledvin a filtrován v glomerulech, kadmium je následně znovu vstřebáno v jiné části ledvin (*proximal tubules*).

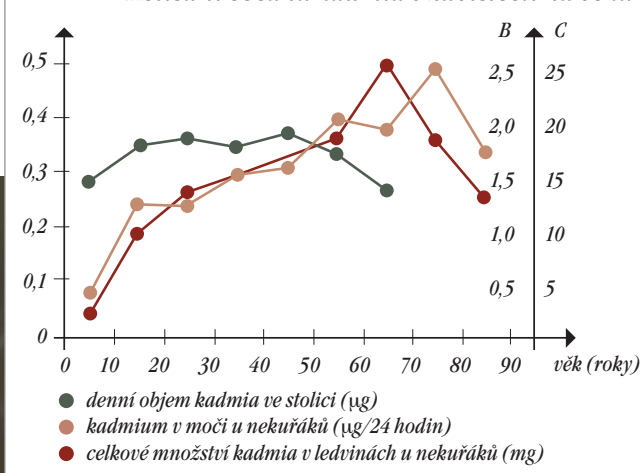
Kadmium je nejen extrémně toxické, ale jsou prokázány také jeho karcinogenní účinky.

Přirozenou snahou organismu je kadmium-metallothioneinový komplex degradovat zažívacími enzymy, které z komplexu oddělují kadmium, jež je v ideálním případě následně vylučováno močí. Jedná se o složitý proces, na který nemá lidský organismus připravený optimální eliminační mechanismus. Pokud se v ledvinách vyskytne větší množství kadmia, než je vylučovací systém ledvin schopen zpracovat, může se objevit problém a ledviny mohou být chronicky poškozeny. Kad-

natý), kadmiová oranž (CdS/CdSe – sulfo/selenid kademnatý), kadmiová červen (CdS/CdSe – sulfo/selenid kademnatý v jiném míšicím poměru než u kadmiové oranže). S těmito barvami se doporučuje zacházet jako s toxickými látkami.

11. Lakovny, ve kterých se používají barvy s příměsí kadmia, se považují za vysoce rizikové pracovní prostředí.
12. Výfukové zplodiny z aut též obsahují stopové množství kadmia.
13. Kouřením tabáku nebo marihuany se kadmium dostává do organismu. Vstupním a zároveň nejvíce poškozeným orgánem

Kolísání obsahu kadmia v závislosti na věku



mium samotné je v případě vyšších koncentrací schopno vyvolat chronický problém samo o sobě, ale s těmito případy se v detoxikační poradně setkáme jen ojediněle.



* Obsah kadmia se liší podle druhu potravin. Pokud si dáte k obědu ledvinky, budou obsahovat přibližně 10 ppm kadmia (particle per million = v milionu částic se nachází 10 částic s kadmiiem). V červeném mase se nachází 0,05 ppm kadmia, v hamburgerech až 0,09 ppm. Pokud si chce člověk pochutnat na ústřicích, měl by počítat s obsahem až 300 ppm kadmia.

Chronické problémy spojené s kadmii

- poškození ledvin
- proteinuria – velké množství bílkovin v moči
- nedostatek vápníku – kadmium je antagonist vápníku
- osteoporóza

nách a žlučových na věku u průměrného nekuřáka.

Obsah kadmia v pozdějším věku (po dosažení věku 70 let) souvisí s přirozeným ubýváním kostního minerálu a ruku v ruce s tím vylučování celé řady toxinů rozptýlených v kostech. Nejlepší odpovědí na tento jinak nevyhnutelný proces stárnutí je zdravá živo-

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

Detoxikaci organismu od kadmia ztěžuje fakt, že se v největší míře usazuje v kostech. Obměna látek a regenerace kostí probíhá jen velmi pozvolna. Z tohoto důvodu si detoxikace od kadmia vyžádá určitý čas. Můžeme jen odhadovat, kolikrát se sníží přirozený biologický poločas eliminace kadmia (přirozeně je to cca 30 let) u konkrétního jedince. Podáním detoxikačního přípravku nastartujeme detoxikační proces tím, že aktivujeme imunitní systém. K přípravku **Antimetal® Cd** má smysl se v průběhu dalších let vrátit a zopakovat jeho užívání. Výhodou opakovaného podání je, že výchozí koncentrace už budou po předchozí detoxikaci nižší.

Přípravek **Antimetal® Cd** patří mezi další výjimečné přípravky detoxikační medicíny Joalis. Detoxikace od kadmia je prospěšná všem. Kadmium totiž patří mezi jeden z podstatných toxinů, který spolu s dalšími látkami tvoří toxický koláč.

Biologický poločas eliminace kadmia je odhadován na dvacet až čtyřicet let.

- bolestivost kosterního aparátu
- usazování kyseliny močové – dna
- tvorba ledvinových kamenů
- rakovina prostaty
- poškození varlat
- neplodnost u mužů
- dušnost, dýchavičnost
- rakovina plic
- rozedma plic
- cyanosa – zmodráání kůže a sliznic
- malátnost
- nespavost
- tachykardie
- svalová slabost způsobená nízkou hladinou fosfátů v krvi v důsledku poškození ledvin
- ztráta čichu
- a jiné

tospráva, život bez stresu, pravidelná pohybová aktivita a samozřejmě – smysluplně vedená vnitřní detoxikace.

Mechanismus karcinogenního působení kadmia

Kademnaté ionty rozptýlené v živých buňkách působí jako katalyzátor produkce peroxidu vodíku H_2O_2 . Kaskádou následných biochemických reakcí dochází k nežádoucí modifikaci některých biochemických látek a proteinů. Ty jsou pak přímo schopny po-

Náš tip na podporu eliminace kadmia a jeho sloučenin z organismu:

Antimetal® Cd + UrinoDren® + OsDren

Řada z těchto symptomů může vzniknout až po dvaceti letech postupného ukládání malých dávek kadmia i jiných toxinů do organismu. Je třeba si tedy stále připomínat příslaví, že stokrát nic umorilo osla.

Kadmii se v detoxikačních terapiích musíme zabývat proto, že jeho biologický poločas eliminace je odhadován na 20–40 let (jiný zdroj uvádí 26 let). S přibývajícím věkem jeho množství v organismu stoupá. Tento vzestup trvá cca do věku 70 let. Graf ukazuje závislost koncentrací kadmia v moči, ledvi-

škazovat jadernou DNA. Oxidativní stres zapříčiněný katalytickými **kademnatými ionty** způsobuje produkci zánětlivých cytokinů v poškozených buňkách.

Jak se detoxikovat od kadmia

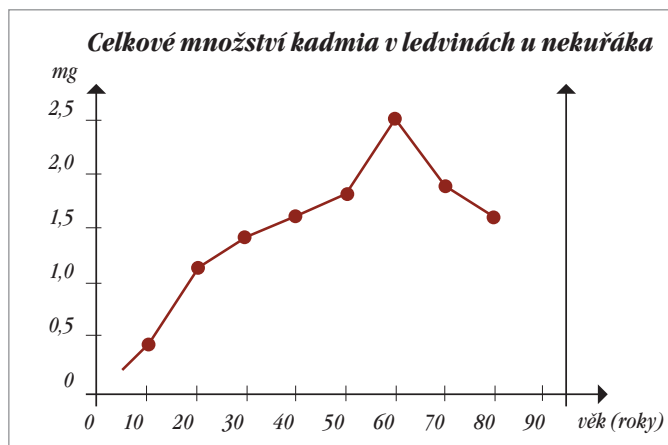
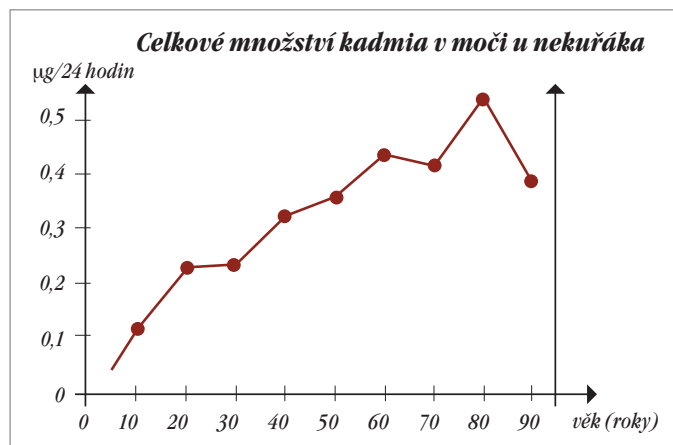
Na postupnou eliminaci kadmia použijeme přípravek **Antimetal® Cd**, u kterého můžeme zaznamenat následující dočasné detoxikační projevy:

Chelátové terapie poskytované některými lékařskými zařízeními ve světě se v případě eliminace kadmia nepovažují za účinné.

Doporučuji užívat tři balení přípravku **Antimetal® Cd** v určitých časových intervalech mezi jednotlivými baleními, intervaly by však neměly být delší než jeden rok.

Zkušenost autora:

První balení přípravku Antimetal® Cd jsem využíval v roce 2006, brzy po vzniku první verze. Hned ze začátku se mi zdál



Mediační okénko

Jako „důkaz“, že kadmium je toxin, který má i po letech svého působení stále sílu, přikládáme tyto dva redakčně upravené články z let 2006 a 2015...

Rybníky na jihu Čech zamořilo kadmium

V pěti rybnících v Mnichově na Strakonicku jsou rakovinotvorné látky, například kadmium. Hygienici odhalili ve vodě těžký kov, který pravděpodobně pochází z desítek tun teplárenského popílku. Do blízkosti Mnichova ho vyvezla v 80. letech strakonická teplárna. K hromadám rozhrnutého popílku na poli blízko obce se teď nikdo nehlásí.

„Do pěti rybníků se nám nyní dostalo kadmium, a tím je máme znehodnocené. Ryby odsud se nedají jíst, protože mají světlou až fialovou barvu,“ řekl starosta Mnichova František Kruml.

Portál iHNed.cz, 6. 9. 2006

Alarmující zpráva:

Polovinu předškoláků ohrožuje toxický kov

Státní zdravotní ústav varuje, že se u českých dětí našly vysoké hodnoty kadmia. Jed se do těla dostává buďto s cigaretovým kouřem, nebo jídlem. Způsobuje chudokrevnost, řídnutí kostí či rakovinu. V jiných evropských zemích přitom lékaři tak vysokou zátěž u dětí nezjistili.

„Týdenní zátěž kadmiiem je u českých dětí od čtyř do šesti roků výrazně vyšší, než je doporučená tolerovatelná dávka definovaná Evropským úřadem pro potraviny. V období let 2012 až 2013 představovala až 227 procent této stanovené hodnoty,“ popisuje zpráva Státního zdravotního ústavu.

Sloučeniny kadmia jsou mimořádně jedovaté. Jeho nebezpečnost tkví mimo jiné v tom, že podobně jako rtuť anebo olovo vytváří i organické sloučeniny. Do ovzduší se dostává spalováním uhlí, odpadů, z dolů a rafinérií. Do vody se uvolňuje z odpadních vod z domácností i z průmyslu. Do půdy se uvolňuje z umělého hnojiva. Do přírodního prostředí uniká také z provozů, kde se nakládá s nebezpečnými odpady. Podstatným zdrojem kadmia je cigaretový kouř.



V trávicím traktu se váže až 29 % kadmia, které přijmeme. V lidském těle se hromadí hlavně v ledvinách a játrech. I velmi malé dávky kovu mohou vést k selhání ledvin. Kadmium v krvi je nebezpečné pro vyvíjející se plod, protože prvek může procházet placentou. S větším zatížením organismu kadmiiem roste, u kuřáků až dvojnásobně. Čtvrtina dětí žije v domácnosti s kuřákem – tyto děti mají až pětkrát horší toxikologické výsledky než jejich vrstevníci. K vyšším hodnotám kovu v organismu přispívá také žalostná kvalita ovzduší v některých lokalitách Česka – například Ostrava má podle Českého hydrometeorologického ústavu dlouhodobě jedno z nejhorších ovzduší v Evropě.

Kadmium se také nachází téměř ve všech potravinách. Například do brambor, obilovin nebo zeleniny se kov dostává z půdy zamořené minerálními hnojivy a průmyslem. Extrémně vysoké koncentrace kadmia se našly třeba v zemině v okolí Příbrami. Podle Ivana Suchara z Výzkumného ústavu Silva Taroucy pocházejí ještě z doby Přemyslovců. Zanechaly je tady hutě na zpracování stříbra.

Pohlídat se dá také obsah kadmia v masě. „Lidé by zkrátka neměli jíst vnitřnosti starých zvířat,“ doporučuje profesor z Centra zdraví, výživy a potravin při Státním zdravotním ústavu Jiří Ruprich. Právě v tomto druhu masa je totiž podle něj koncentrace jedu nejvyšší. „Krávy se dnes dožívají až dvakrát vyššího věku než ještě před dvaceti lety. Těžké kovy, které do sebe spolu se zeleným krmivem dostávají, se proto v jejich ledvinách nahromadí,“ vysvětluje Ruprich.

Portál Aktuálně.cz, 6. 5. 2015

výrazný sen. Díval jsem se otevřeným oknem ve druhém patře mého rodného domu ve Strakonici. Potom se scéna přesunula ven, do parčíku, kde jsme si jako děti hrávali. Zhruba padesát metrů od domu, v prostoru nad zemí, se mi ve snu ukázal ohrazený výběh a v něm pobíhal polodivoký býk. Kromě samotného snu jsem při užívání zaznamenal také mírné detoxikační projevy. Nebyly však tak výrazné jako ty na **Antimetal® Pb**.

Druhé balení přípravku a současnou verzi **Antimetal® Cd** jsem začal užívat v roce 2019 poté, co ji mé dceři po detekci na Salvií doporučila zkušená poradkyně a lékařka Joalis. Vlastně mi tím připomněla, že je dobré se k detoxikačnímu programu zaměřenému na kadmium vrátit. Bylo zajímavé, že i při druhém užívání přípravku se mi na začátku objevil stejný sen. Nicméně

ně krajina v něm byla pozměněná a býk v ohradě se již neukázal. Díval jsem se tím samým otevřeným oknem, aby se poté scéna přesunula do parčíku. Nutno říci, že tento sen byl tak výrazný, že ho nemohu spojit s ničím jiným než s počátky užívání přípravku **Antimetal® Cd**, i když mezi těmito událostmi uplynulo 13 let. Stejná snová scéna se jindy neobjevila, jen v těchto dvou případech. Detoxikační projevy na přípravku jsem již nezaznamenal nebo proběhly pod prahem mého vnímání.

Mé pochopení snu: Sen o oknu symbolizuje větrání místnosti. Pokud se zdá o rodném domě nebo o domě, ve kterém se bydlí již dlouho, pak se jedná o procesy probíhající v těle. Tyto uzdravující procesy mohou probíhat jak na fyzické, tak na psychické úrovni. Otevřené okno ve druhém patře asociuje vyvětrání – vyčištění plic. V prvním patře

měl v sedmdesátých a osmdesátých letech minulého století svoji „trucmístnost“ můj děda. Roky zde kouřil jednu cigaretu za druhou. I ve skutečnosti byl okny této rohové místnosti vidět parčík, který se mi objevil ve snu. Nepamatuji si, že by děda někdy větral. Jako děti jsme k němu do jeho trucmístnosti chodili na návštěvu, zakouřené prostředí se nikdy neřešilo. Děda zemřel zhruba před třiceti lety. Měl rakovinu plic. Umíral v tom samém pokoji. Osobně jsem se nikdy kuřákem nestal a velmi oceňuji, že v dřívější restauraci v moderních zemích se již nekouří. Předpokládám, že moje osobní detoxikace od kadmia se týkala i (nebo možná hlavně) toho z dědečkových cigaret, z období před více než čtyřiceti lety...

Ing. Vladimír Jelínek



„Vitalitu a živost má v sobě každá lidská bytost, jen málokdo ji ale umí dobře využívat...“
S problematikou úbytku energie se nyní potýká celá řada klientů. Jak nastartovat buněčné spalování, metabolismus a povzbudit svou vitalitu a energii?

Jak povzbudit vitalitu



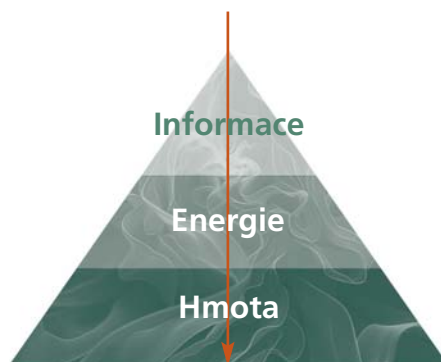
V mé terapeutické praxi jsem velmi oceňovala vyladění našeho klenotu mezi komplexy – přípravku **LipoSlim**. Opět se mi potvrdilo, že jakmile se problematice „unavených“ mitochondrií a celkovému nedostatku vitality začnu intenzivně věnovat, dá se celé informační pole do pohybu a uvolní se řada nových zjištění.

Jak uchopit téma „energie“ v naší každodenní praxi?

Jak známe ze schématu pyramidy ze základních seminářů, energie je nutný součinitel pro úspěšnost transferu informací do hmotné úrovně. Energie je tedy nutnou podmínkou úspěšných regeneračních procesů při léčení.

„Čím častěji a snáze se mohou elektrony mezi molekulami přesouvat a čím „desaturovanější“ je hmota, tím více jsme „naživu“ – Albert Szent Gyorgyi. Toto je podle mě velmi výstižný výklad vitality. Pokud totiž buňky ztratí schopnost elektrony vydávat a absorbovat, začnou se rozpadat – kovy zreznou, listy hnědnou, lidé umírají... Cílem je tedy tělo konstantně zaplavovat silným elektronovým akceptorem (kyslíkem) správným způsobem – tedy dýcháním pomalu, méně, výhradně nosem. Opravdu stojí za to se dechu věnovat, díky správným hladinám respiračních plynů v těle je k dispozici kyslík pro

tkáň, elektrony v buňkách jsou vzrušivé a my cítíme dostatek energie, jsme vitální, máme více síly a chuti do života...



Energii lze sledovat i v programu EAM set

Z pohledu tradiční čínské medicíny se jedná o harmonickou kombinaci – prenatální čchi (ledviny) plus průběžně získávaná energie z jídla (slezina) a dýchání (plíce) za součinnosti jater a srdce při distribuci a uchování. Pokud všechny zmíněné články koloběhu fungují a nikde to „nedrhne“, cítíme se svěží a plní elánu.

Z pohledu práce poradce informační medicíny jde zejména o sledování proudění energie v meridiánech – dotaz a rovnováhu v klíčových orgánech pentagramu.

V programu EAM set je najdeme pod těmito pojmy:

- *Obecné příčiny nemoci* → *Porucha čchi* → *Disorder of qi*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Meridiány* + (vliv blokujících emocí)
- *Obecné příčiny nemoci* → *Čakry* + (propojení jedince s informačním polem)
- *Čínský pentagram* → *Orgány JIN, orgány JANG* nebo *Test základních pěti drenů/herbů*
- *Vitální síla* → *Obecné příčiny nemoci* → *Porucha vitální síly (informační poškození)*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Poruchy Krebsova cyklu, Buněčná membrána*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Oxidační stres, Antioxidanty; Volné radikály*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Únava; Chronický únavový syndrom, Snížená činnost štítné žlázy*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Vegetativní dystonie*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Nedostatek odpráhučících UCP uncoupling proteinů*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Nedostatek relaxace*
- *Obecné příčiny nemoci* → *Porucha mikrobiomu+; Porucha metabolismu+; Porucha trávení, Porucha vstřebávání+*

- *Obecné příčiny nemocí* → *Nedostatek minerálů, Nedostatek stopových prvků, Nedostatek vitaminů*
- *Obecné příčiny nemocí* → *Tělesné tekutiny*; *Krev, Porucha prokrvení*
- *Obecné příčiny nemocí* → *Insulinorezistence, Leptinorezistence;*
- *Obecné příčiny nemocí* → *Epigenetické změny; Patogenní pole*
- *Anatomie česky* → *Tkáně (zejména vazivo a fascie)*
- *Anatomie česky* → *Buňka* → *Mitochondrie* → *Mezimembránový prostor, Mitochondriální matrix, Vnitřní mitochondriální membrána, Zevní mitochondriální membrána*

Vitalita – člověk jako součást energo-informačního pole

Vitalita je hodně o přijímání a dávání, ať už na vědomé či nevědomé úrovni. Jedná se o propojování s informačními poli a posilování spojení na podkladu pozornosti a emocí. Energie je odstředivá a dostředivá, vzrůstá a klidová.

Jak kultivovat energii?

Je to důležité nejen u našich klientů, ale především u nás samotných. Jedná se o nezbytnou součást našeho umu vnímat klienta a vhodně zacílit. Jaké jsou možné cesty kultivace energie a vitality?

- **Dech** – právem je na prvním místě, protože je pro naše správné „naladění“ opravdu zásadní. Všimněte si, jak v situacích, které by byly potřeba nejvíce prodýchat, někdy dech doslova zadržujeme...
- **Cvičení** – Tai-či, jóga, tanec
- **Láskyplný dotyk** – ruce – dlaně, kontakt se Zemí – plosky nohou (chůze po trávě na boso), masáže. Všechny tyto metody nám umožňují více se sledovat, věnovat se sami sobě, mít zaměřenou pozornost na sebe samé...
- **Strava, voda** – nejpropracovanější je dietetika dle tradiční čínské medicíny a Ájurvédy; někomu více sedí živá vitální strava a zaměření se na mikronutrienty. Zkuste odlehčit stravu, věnovat jí více pozornosti, sledovat, co vám dělá/nedělá dobře.
- **Zvuky a vibrace**, zpěv – inspirace – síla zvuku.
- **Příroda** – les, pobyt u moře, zahrada – zkuste být denně aspoň chvíli v tichu v přírodě, pozorujte ji, je to opravdu neskutečně meditativní síla.
- **Byliny** a jejich vibrace a působení na hmotné úrovni... Výborně funguje kozinec blanitý, kotvičník zemní, ženšen či andělíka.
- **Vitaminy a minerály** – skvěle působí zejména vitaminy skupiny B, především vitamin B6, B12 a B9, dále koenzym Q10, antioxidant glutathion či omega 3 mastné kyseliny. Z minerálních látek jsou výborné zinek, železo a hořčík.
- **Být ve „flow“** a nepádlovat proti proudu. Jedno krásné ájurvédské moudro říká: „*Netlač řeku, teče sama*“. V našich životech plných shonu se snadno dostaneme do stavu, kdy něco „dřeme“ násilím... Mnohdy to jde s trochou uvolnění snáze, lehčeji...
- **Klid** – nechat někdy svět se všemi katastrofami a strašením „být“... Nezapomínat na relaxaci, dopřát si věci a aktivity, co nás těší, dopřát tělu čas na regeneraci. Velmi důležitá je také relaxace a kvalitní spánek!

Příklady z praxe

Abychom nezůstali jen v teoretické rovině, přidávám také tři příklady z praxe, kde se ztráta vitality řešila cestou informačních přípravků a dalších doporučení.

Kazuistika 1 – únava, vyčerpání, zpomalený metabolismus

Paní Ivana – 46 let, sedavé zaměstnání, po covidu není schopná se vrátit do kondice, únava, nadváha, do ničeho se jí nechce, žije sama se synem, od začátku roku i psychické propady – apatie, nic ji nebaví, večer sleduje „telefon“ nebo televizi, pospává večer v křesle, zimomřivá.

• 1. kúra: VelienDren®, Emoce®, Imun, Gripin® SCOR.

Cílím na energeticky nejoslabnější okruh a snažím se zmobilizovat protivirovou imunitu, otevírám si cestu do hormonálního systému + nedostatek vitamínu D – suplementace. Její tělo evidentně neumí „pálit na

volno“, pořád ukládá, nicméně má také špatné stravovací návyky – pečivo s „něčím“ dvakrát denně + oběd, střevní dysbióza, málo vlákniny.

• 2. kúra: Regular, Hypotal®, ThyreoDren®, Activ-Col®.

Motivace na změnu stravy lépe vyživující mikrobiom, hypofunkce štítné žlázy, nedostatek uncoupling proteinů, menstruační cyklus před nasazením sady nebyl ideální.

• 3. kúra: LipoSlim (mitochondrie), Antivex®, Lymfatex®, PankreaDren®.

V mezičase krevní rozbor u lékaře a kromě potvrzení mírné hypofunkce štítné žlázy – dostala čas na vyladění – nechávám doběhnout efekt sady č. 2, od lékaře apel na zhubnutí, vyšší cukr – tj. cílíme metabolicky.

Až dosud byla jediná pohybová aktivita „vědomé dýchání“ a krátké procházky se synem z kroužku... Po začátku užívání přípravku **LipoSlim** je všechno jinak, přišla konečně chuť něco dělat, klientka popisuje doslova příliv energie, večer ji už nebaví sledovat TV,



ráno vstává odpočinutá. Začíná se zajímat o hodiny jógy a tance v nedalekém sportovním centru, je třeba využít a směřovat energii k něčemu tvůrčímu...

• **4. kúra: LiverDren®, Vitavite, LipoDren, speciálka Pesticidy**

Pesticidy vytestované jak v játrech, tak v tukové tkáni, mitochondriích. Další krok ve živé intervenci, pokouší se o přerušovaný „půst“ – pálí „staré zásoby a odpadky v buňkách“, vidí, že největší rezerva je v zařazování

Podpora klíčového okruhu – srdce, osrdečník + vyladění stresového režimu, práce s chronickou infekcí – mají chalupu u lesa, často má klíšťata, nikdy se s boreliózou neléčil.

• **2. kúra: VelienDren®, LipoSlim, Deimun Aktiv® COR, StreHerb.**

Psychicky se mu ulevilo, ale krevní tlak stále vysoký, lékař nasadil medikaci a on ji začal brát, i přes léky ale hodnoty nejsou uspokojivé – tj. pokračujeme.

ručím také **CutiDren, Lymfatex®, Spirobor®** – akční „bojová sada“ při zjištění klíštěte.

V práci se naučil více spolupracovat a zejména delegovat na mladší kolegy – více času na své zájmy a radosti – princip srdce – kam směřuji svou energii... a proč se má vytvářet...

Kazuistika 3 – metabolismus, intolerance, plísň, únava, nadváha

Paní Renata – 31 let, pečovatelka v domě seniorů, má i noční služby, kdysi u mě byla kvůli ekzému, má navrženou dietu bez mléčných výrobků, aktuálně přichází s únavou, pocitem vyhoření, s partnerem uvažují o založení rodiny, chce se dát do kondice, přestavují domek.

• **1. kúra: Activ-Col®, Deimun Aktiv® COR, Metabex, Deuron®.**

Ačkoliv ví o tom, co by jíst neměla, dietu poslední dobou nedodržovala a zejména laktóza, ale i fruktóza napáchaly své – především se smyslu střevní dysbiózy.

• **2. kúra: Hypotal®, Regular, Emoce®, GynoDren®.**

Trávení se významně zlepšilo, ale únava přetrvává, snaží se i méně jíst, je předrážděná, s ohledem na noční služby, rozhozený hormonální systém + beru v potaz plán na těhotenství.

Sada s ní zapracovala zejména v rovině emocí, hodně snových obrazů, už se těší na ty přípravy „na hubnutí“!

• **3. kúra: LipoSlim, VelienDren®, MuscuDren a Mykotox.**

Zvýšení aktivity inzulinových receptorů na velkých svalových buňkách, podpora uncoupling proteinů ve svalectech a zlepšení inzulinorezistence – v práci se nachodí dost, začala cvičit fly jógu a více se protahovat, učí se zacházet se sebou jemně, bez tlaku na výkon.

Na zahrádce si zakládá bylinkové záhony – akcent dáváme i na ženské byliny – měsíček, kontryhel, řebříček, andělíku, mateřídoušku, sedmikrásku.

• **4. kúra: Autoimun®, LiverDren®, Yeast, Metabol a EviDren.**

Konečně přichází pocit, že má více energie, takto dobře jí bylo naposledy asi před pěti lety... Řešíme však i nadále toxiny plísni, kdy se ukazuje, že problém je nejen kontakt s tímto toxinem z ovzduší při opravě staršího domku, ale především stále metabolismus, pořád je velká rezerva v konzumaci sacharidů.



Ing. Radka Krejčová

Vitalita a energie je nutná podmínka úspěšných regeneračních procesů při léčení.

zeleniny do jídelníčku a její chutná příprava – před cvičením používá doplněk L-karnitin.

Po přečtení článku v Bulletinu si přeje ještě jeden **LipoSlim** + zařadíme další emoční přípravky, pravděpodobně nás čeká práce v pohybovém aparátu, protože náhlý příval pohybu se při vyšší váze úplně nelíbí kolenu...

Zlepšují se jí komunikační dovednosti. Další postup budeme ladit i dle kontrolního krevního rozboru.

Kazuistika 2 – neradost, povinnosti, vysoký krevní tlak, vysoké pracovní nasazení a stres, nadváha

Pan Pavel – 56 let, otec tří dospívajících dětí, pracuje v IT oddělení velké firmy, bydlí za Prahou, denně dojíždí, vysoká hladina stresu, jde od úkolu k úkolu, nemá prostor pro zastavení se a regeneraci ani čas na rodinu, aktuálně zjištěn vysoký krevní tlak, doporučení zhubnout.

• **1. kúra: Relaxon®, CorDren®, Supra-ren, Spirobor®.**

Zjištěné zátěže – oxidační stres, volné radikály, porucha prokrvení – probíráme téma volných radikálů a možnost dalších potravinových doplňků – pořizuje si liposomální vitamin C a NAD+ (nikotinamid adenin dinukleotid), zařazuje více vybarvené zeleniny a ovoce – snaží se neřešit stresový režim v práci nápoji typu Cola....

Tlak uspokojivě klesá, ale ještě pořád je rezerva, z předešlé kombinace je nadšený, NAD+ si začal dávat místo kávy, ale i tak drží minimálně dvě espressa za den. Začíná se rozvzpomínat na své sny a naplánoval pro rodinu delší cestu do zahraničí.

• **3. kúra: Optimon®, Streson®, Hipp, Non-grata.**

Začínám ho nabádat k dýchání proti stresu a jdeme ladit lepší prokrvení a vitalitu krve, pracujeme také na odstranění poškozených buněk.

• **4. kúra: přál si objednat speciálku Mitochondrie, máme připravený Geosmog a k problematice krevního tlaku máme ještě v plánu ledvinový okruh. Na léto dopo-**





Někteří sportovci soutěží
v duchu fair play,
jiní však ne...
Protože v povaze mnohých
lidí je vyhrávat za každou
cenu, byly za účelem
dosahování maximálních
výkonů vyvinuty
nejrůznější prostředky.
Některé jsou povolené,
jiné, například látky
v podobě dopingů,
jsou zakázané.

Něco tady nehraje. Někdo tady podvádí

Okolo některých odvětví vrcholového sportu se však točí obrovské peníze. Vezměme si třeba takový nejslavnější cyklistický závod na světě – Tour de France. Kolik dopingových skandálů už tento cyklistický podnik za celou dobu svého trvání zažil! Bude letošní ročník čistý a bez dopingů? To je otázka kladená před začátkem každého ročníku závodu.

Protože se okolo tohoto podniku točí spousta peněz, tak se vyplácí do dopingů a do jeho zakrývání investovat obrovské peníze. Ti, kdo doping kontrolují, jsou tak zákonitě o trochu pozadu oproti těm, kdo s dopingem, jeho používáním i zakrýváním „pracují“. Rozdíl je množství peněz na jedné a na druhé straně.

Zakázané látky však škodí jen samotným vrcholovým sportovcům.

V březnu jsem byl na besedě s naším olympijským medailistou ze Soči, Ondřejem Moravcem. Na besedě Ondřej zmiňoval celkem nový ekologický zákaz používání fluorových vosků na mazání skluznic lyží. Loni byly tyto vosky ještě povoleny, letos už jsou zakázány (i pro amatérské sportovce!). Zjistilo se totiž, že tyto syntetické látky škodí životnímu prostředí a velmi škodí servismanům jednotlivých týmů, kteří fluorové vosky zažehlovali na skluznice a dýchali tak jejich výpary. Lyže

bez fluorových vosků ale prostě jedou o něco pomaleji než lyže „s fluorem“.

Sympatický Ondřej Moravec říkal, že si v současné době žádný závodník nedovolí fluorové vosky použít. Kontroly lyží na obsah fluoru jsou velice snadné, letos tak bylo několik závodníků diskvalifikováno. Problémem těchto závodníků bylo však spíše to, že používali lyže z předchozích let, které měly ve spodních vrstvách tyto fluorové vosky zažehleny. Tyto staré lyže tedy nebyly řádně vymyté.

Evropa to s ekologií myslí (zdá se) opravdu vážně. Z pohledu detoxikační medicíny můžeme toto rozhodnutí jenom pochválit. Závodníci tak jen budou jezdit o trochu pomaleji, ale jinak se nic nestane.

Ušetří se tak životní prostředí od jedné z mnoha a mnoha toxických látek.

*Článek o novém nařízení
o fluorových voscích*



Kontaminované rybníky a pole v Mnichově na Strakonicku

V článku o škodlivosti kadmia v tomto čísle bulletinu na stranách 22–25 jsou uveřejněny

dva novinové články. Ten první je z roku 2006 a týká se zamoření rybníků a některých polí okolo Mnichova kadmii. Mnichov není tím Mnichovem bavorským, ale malou vesnicí u Strakonice. Shodou okolností jsem se poblíž tohoto Mnichova byl nedávno projít, tak mi to zase přišlo na mysl.

Zdálo by se, že je to stará záležitost a že už se o tom nemusí mluvit. Jako kdyby už zde toto kadmium neexistovalo. Není mi však známo, že by se tyto lokality spolehlivým způsobem podařilo od kadmia vyčistit. Jenom se o tom nemluví. Řada věcí se tak jenom dělá pouze naoko. Taková asanace stojí moc peněz, kdo to zaplatí? Podvádět se vyplácí, protože je to daleko levnější.

Kolik takových lokalit s vyvezenou škvárou z tepláren a elektráren však je? Jenom se tím ještě nikdo systematicky nezabýval. A kdyby ano, tak co s tím?

Když jsem chodil na základní školu do Strakonice, tak jsme při hodinách tělocviku v létě chodili běhat na škvárový atletický ovál. Nikdo to neřešil, protože se o tom prostě v těch dobách ještě nemluvilo. V té době mi rostly kosti. V průběhu cca patnácti let jsem přípravek Joalis Antimetal® Cd využíval zatím třikrát. Na další se chystám tak za rok. Tím naplňuji to, co říkám, tedy že toxiny, které jsou antagonisté vápníku v kostech, je třeba vy-

užívat minimálně čtyři v určitém časovém horizontu.

Kadmium škodí všem lidem a nemá cenu hovořit o tom, že ho někdo v sobě má a jiný ne. Jenom někdo ho má v sobě víc a jiný méně. Někdo umí s toxickými kovy díky své imunitě geneticky lépe zacházet, jiný člověk si však mohl vytáhnout neviditelného Černého Petra tím, že prostě v určitý moment svého života přišel do nějakého kontaminovaného prostředí.

Díra v ozónové vrstvě

Díra v ozónové vrstvě je část atmosféry s výrazně menším množstvím ozonu O_3 než ve zbytku stratosféry v jiných částech světa. Ozón nás chrání před negativními účinky UV záření.

Ozónová díra se nachází ve stratosféře zhruba nad Antarktidou. Její velikost je však proměnlivá. NASA přišla v roce 2018 se zjištěním, že se její rozloha nad Antarktidou zmenšuje. To jsou dobré zprávy.

Příčina ozonové díry je stále předmětem vědeckých diskuzí, avšak nikdo z vědců nepochybuje o tom, že lidská činnost, která má za následek vypouštění plynů, nebezpečných pro ozónovou vrstvu, ji poškozuje. Ozon se ničí v reakcích s chlorem, fluorem, dusíkem, vodíkem nebo bremem.

Jednou z látek, které prokazatelně ozónovou vrstvu poškozuje, jsou tzv. **freony**. Jedná se o skupinu chemických látek (chlor-fluorovaných uhlovodíků), které ve své molekule obsahují alespoň dva vázané halogeny (chlor, fluor, brom, jod), z nichž alespoň jeden je vázaný fluor.

Freony mají nízký bod varu. Jedná se tedy většinou o plyny nebo kapaliny s vlastnostmi „užitečnými“ pro průmyslové využití. Dříve se ve velkém počtu využívaly jako hnací médium ve sprejích, v hasicích prostředcích nebo v lednicích a mrazácích jako chladicí médium.

Freony nejsou pro člověka toxické, pro ozónovou vrstvu však „toxické“ jsou. Na vliv freonů začala upozorňovat NASA již v 80. letech minulého století. V roce 1987 byl podepsán Montrealský protokol, ve kterém se 196 států světa zavázalo, že nejprve omezí a postupně zakáže vyrábění a průmyslové využívání freonů. Drtivá států deklaraci Montrealské dohody dodržela, problém je však zejména s Čínou. Ta sice v roce 2007 oficiálně výrobu freonů ukončila, ovšem „černí“ výrobci freonů v Číně stále existují. Zdá se totiž, že některé čínské úřady mají na udržení současných „černých“ provozů nějaký **finanční** zájem, proto proti nim nezasahují takovým způsobem, jak by měli.

To znamená, že v současné době můžeme říci, že se výroba freonů podstatně snížila, ovšem freony stále do atmosféry unikají, zvláště v některých oblastech světa. To prokázala mnohá vědecká měření z poslední doby.

Takže někdo tady evidentně podvádí.

Spolana Neratovice a dioxiny

Minulý měsíc jsem zpracovával informační obsah speciálního přípravku **Joalis Anti-chemik Dioxine**. Doporučuji tento přípravek úplně každému člověku, protože dioxiny má v sobě (zejména v játrech a v tukové tkáni) úplně každý, a to bohužel všeobecně mnohem víc, než by bylo dobré.

Vrtá mi hlavou kauza zamoření dioxiny z chemického závodu Spolana Neratovice v Čechách.

Spolana vyráběla od roku 1965 jednu ze složek herbicidu známého jako Agent Orange. Prodávala ji přes prostředníka armádě Spojených států na letecké základny ve Vietnamu. Ve Vietnamu se tento herbicid používal na odlesnění, aby mohli Američané bombardovat základny ukryté v lesích.

Je úsměvné, že ze socialistického Československa (samozřejmě přes prostředníka) šlo pod vládou Sovětského svazu prodávat takové

dy a vzorků zemědělských produktů z obce Libiš ležící v těsném sousedství chemičky. Tyto analýzy prokázaly koncentrace dioxinů, které mnohonásobně překračovaly limity Evropské Unie i limity hlavního hygienika ČR. Ve slepičích vejcích z domácího chovu v Libiši byla naměřena koncentrace TCDD až 15× vyšší, než jsou limity EU. Vedení Spolany tuto skutečnost po zveřejnění studie bagatelizovalo se slovy, že zamoření dioxiny je běžné a lidé si ho mohou způsobit třeba „pálením starých pneumatik“.

Levné řešení situace je prostě jednoduché: o problému nehovořit, zamluvit ho a nějak se z toho „vykecat“ nebo dokonce vylhat.

V roce 2004 zveřejnil český Státní zdravotní ústav výsledky rozborů na TCDD u 60 lidí žijících trvale v sousedství Spolany. Zjistilo se, že tito lidé měli dvakrát vyšší hladiny dioxinů než lidé z jiných oblastí ČR.

Pod tlakem veřejného mínění byla nařízena sanace kontaminovaného prostředí. Jednalo se o jednu z nejdražších sanačních akcí v dějinách České republiky. Stála tři miliardy korun a musel ji zaplatit stát (Fond národního majetku), tedy my všichni.

Kolik však takových případů úniku toxických látek do životního prostředí je?

Mnoho a mnoho!

Z tisku se dozvídáme jen o některých z nich.



vou strategickou bojovou látku Američanům. **Peníze** ale zmohou zřejmě skoro všechno.

Právě ve složce ze Spolany se dioxiny – TCDD nacházely. Její zaměstnanci o tom samozřejmě nic nevěděli a také netušili, s jak nebezpečnou látkou pracují.

Dodnes se v areálu Spolany nachází skupina objektů kontaminovaná dioxiny. Zvláště v 60. a začátkem 70. let minulého století se u zaměstnanců Spolany vyskytovala rakovina ve značně zvýšené míře a úmrtnost zde byla neobyčejně vysoká.

Ekologická organizace Greenpeace zveřejnila v roce 2002 výsledky rozborů vzorků pů-

Namátkou dvě další zprávy z tisku

Až 99 % nebezpečného odpadu skončí na běžných skládkách

Podle nejvyššího kontrolního úřadu (NKÚ) končí až 99 procent nebezpečného odpadu na skládkách, a to bez poplatku. Skládkáři totiž využívají měkkého zákona a odpad vykazují jako materiál na úpravy skládky. Vyplývá to z kontrol výběru poplatků a pokut v letech 2007 až 2011, které úřad provedl. Navíc je vybírání peněz za odpad příliš komplikované, sdělila mluvčí NKÚ Olga Málková. Re-



akci ministerstva životního prostředí ČTK zatím shání.

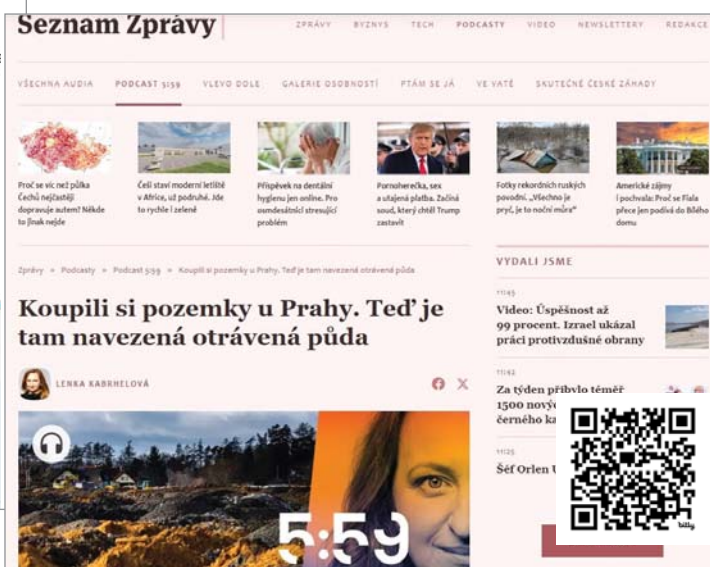
Poplatek za nebezpečný odpad se dělí na základní složku pro obce a rizikovou složku, kterou dostává SFŽP. „*I když sazba rizikové složky vzrostla v roce 2009 z 3300 na 4500 korun za tunu, příjem z této složky klesl mezi roky 2007 až 2011 téměř o polovinu, ze 107,8 na 59,2 milionu korun ročně,*“ sdělila Málková.

„*Důvodem je mimo jiné to, že zákon umožňuje ukládat nebezpečný odpad na skládky jako takzvaný technologický materiál na zajištění skládky a na terénní úpravy. Tyto kategorie jsou přitom od poplatků osvobozené,*“ uvedla mluvčí NKÚ. V roce 2011 bylo osvobozeno od poplatků dokonce 98,5 procent nebezpečného odpadu uloženého na kontrolovaných skládkách. Přitom peníze z poplatků mají sloužit SFŽP na ochranu životního prostředí.

„*NKÚ doporučuje přehodnotit nejen zákon o odpadech, ale i kompetence zainteresovaných orgánů,*“ sdělila mluvčí úřadu. „Kontrolori také doporučují jednoznačně stanovit limit pro ukládání nebezpečných odpadů na skládky bez poplatku,“ doplnila.

Ministerstvo, které má mít hlavní dozor nad nakládáním s odpady, také nedostává informace o kontrolách prováděných kraji a obcemi. „*Zákon obcím ani krajským úřadům neukládá povinnost informovat ministerstvo o provedených kontrolách ani jejich výsledcích,*“ upozornil NKÚ. Ani SFŽP neměl k dispozici údaje o kontrolách. Kvůli tomu se v roce 2010 státní instituce dohodly, že fond bude muset nově vyhodnocovat kontroly příjmů z poplatků za odpad či provádět průběžné analýzy výsledků kontrol. „*Tato dohoda však nemůže nahradit potřebnou právní úpravu,*“ uvedl NKÚ.

Lidovky.cz



Koupili si pozemky u Prahy. Teď je tam navenzená otrávená půda

Středočeskou obcí Trnová hýbe otázka, co bude s kontaminovanou zemínou, navenzenou na místa, kde se rozvíjí místní developerský projekt. Podle reportéra Seznam Zpráv, který kauzu sleduje řadu měsíců, jde o značně neobvyklý případ. Firma podnikatele Jana Šefrny například neměla – a dosud nemá – stavební povolení k budování kanalizace. „*Došlo k rozsáhlé navážce zeminy – pravděpodobně i stavebního odpadu – na pozemky, na nichž v budoucnu mají stát rodinné domy. Pozemky jsou teď zemědělskou půdou. A tou podstatnou věcí je, že, jak zjistila Česká inspekce životního prostředí, ta zemina je minimálně zčásti kontaminovaná,*“ líčí situaci reportér Daniel Novák.

Testy České inspekce životního prostředí (ČIŽP) ukázaly v zemině navenzené na pozemek v Trnové nadlimitní hodnoty arzenu a v jednom případě také ropných látek. Především ale zjistily přítomnost jedovatých polychlorovaných bifenylů (PCB), které podle odborníků mohou pro lidi žijící na kontaminovaném pozemku znamenat větší riziko rakoviny nebo vývojových poruch.

Otázkou, jak se do Trnové dostala kontaminovaná zemina, se teď zabývá ČIŽP i policie. Jisté je podle reportéra Nováka to, že odpovědnost za situaci odmítá jak společnost Domy Trnová a její majitel Šefrna, tak i jím najatá stavební firma HSMN nebo také přepravní společnosti, které přepravu materiálu obstaraly.

Další šetření ze strany České inspekce životního prostředí bude zřejmě klíčové i pro otázku, co s kontaminovanou zemínou v Trnové bude dál. Samotná obec se mezitím snaží vše-

možnými právními prostředky – které podle Daniela Nováka působí mnohdy „bezzubým dojmem“ – dosáhnout alespoň toho, aby se v místě developerského projektu skutečně zastavily veškeré práce. To se totiž ještě ani na konci února nestalo.

Seznam.zpravy.cz

Ekologie na prvním místě?

Veřejnost má podle mého názoru tak trochu pocit, že se toho pro ekologii přece už dělá dost a dost a že tedy životní prostředí je a bude více vyčištěné od toxinů.

Na druhé straně se dozvídáme, že chronických civilizačních chorob přibývá a jsou daleko četnější, než tomu bylo před dvaceti lety. Například v současné době je již každý druhý občan v Evropě na něco alergický. Za dvacet až třicet let však zřejmě bude alergikem už skoro každý. To není pouze můj názor, to je názor celé řady alergologů.

Dále třeba výskyt bazaliomu (kožního nádoru) se během posledních patnácti let zdvojnásobil... a nikdo (jako) neví proč?

Takže něco tady nehraje. Někdo tady podvádí a s ekologií to nemyslí až tak vážně, přestože se tak může tvářit.

Naštěstí pro nás existuje Joalis, to říkám se vši odpovědností a úctou k účinkům přípravků.

Jednotlivé unikátní přípravky Joalis na toxiny z životního prostředí od těchto toxinů nejen postupně detoxikují, ale zároveň učí člověka přizpůsobit se evolučně toxickému prostředí, kterým jsme v současné době ovlivněni lokálně i globálně úplně všichni.

Ing. Vladimír Jelínek



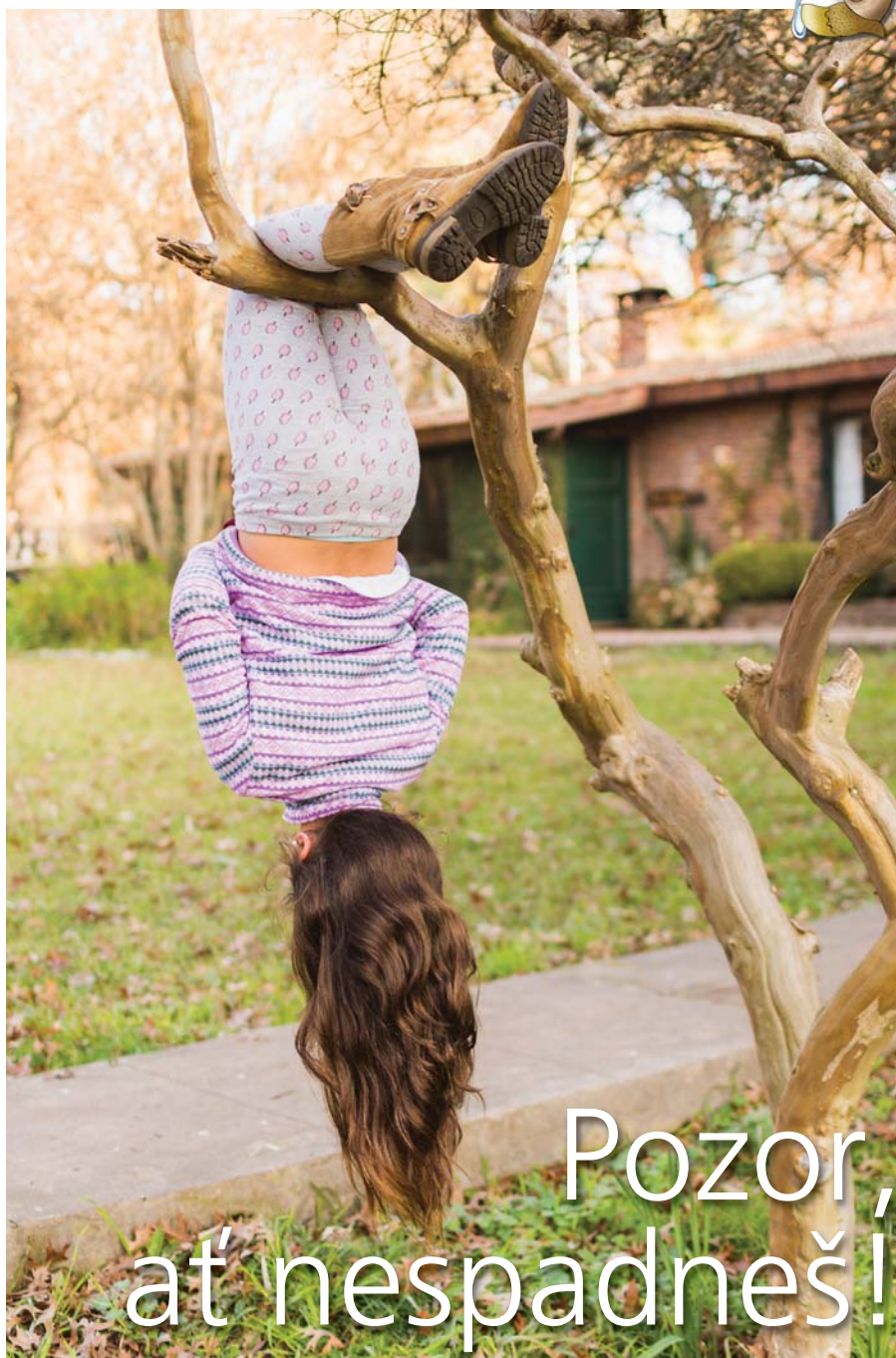


Nelez na ten kámen,
nenamoč se, pozor,
ať nespadneš, zlomíš si vaz,
uklouzne ti to! Také slýcháte
podobné nesourodé pokyny,
kdykoliv jste v kolektivu,
kde se vyskytnou rodiče
s dětmi? Nějak si nedovedu
představit, že by mé dětství
bylo takto obklíčené a pod
dozorem. Díky bohu – nikdy
nikdo z dospělých neviděl,
co vše se odehrávalo
v českolipských lesích
a na tamních lukách
a mohla jsem tak
nepozorovaně rozvíjet
všechny možné dovednosti –
ať už na fyzické úrovni,
nebo na té duchovní.

Každý víkend jsem byla vypuštěna do
volné přírody (bez mobilu) a jedinou
starostí bylo stihnout oběd (jinak by
byl průšvih) – k tomu mi naštěstí pomáhaly
kostelní zvony – a stihnout večeri. Co se dělo
v časových pásmech mezi tím, to bylo všem
jedno. Rodiče rekonstruovali chalupu a já
měla božský klid. Když dnes vidím, jak je po-
hyb kluků a holek nakumulovaný jen do pár
hodin kroužků týdně a tento přirozený pro-
zkoumávací čas dětem (zejména městským)
chybí nebo jim je dokonce nesmyslnými zá-
kazy odepírán, je mi z toho smutno.

Hlavně opatrně

Obavy o potomky jsou zcela přirozený jev,
ale jak se má dítě v čemkoliv zdokonalit, když
nemůže danou aktivitu ani zkusit? Z každé
strany slýchávám lamentace nad alarmujícím
stavem fyzicky dnešních dětí, ale není se če-
mu divit. Už i malé děti na plastových odrá-
žedlech bývají doslova obalené chrániči, aby
se jim náhodou něco nestalo. Ze svého okolí
znám i případ, kdy se s příchodem dítěte
prakticky celá domácnost obalila bublinko-
vou fólií, aby se malá dcerka nezranila. Jak se
má v takto „upravených“ podmínkách stát dí-
tě zdatným a naučit se běžným aktivitám?



Pozor, ať nespadneš!

Bezpečnost na prvním místě

Nárůst počtu úzkostných rodičů má podle
mého na svědomí také neustálý apel na zvy-
šování bezpečnosti. Neříkám, že je nutné ha-
zardovat, ale osobně mě vždy nejvíce posu-
nuly vlastní zkušenosti. Tu odřené koleno, tu
pád do kopřiv, setkání s bodláky či pád ze
stromu. Nebyla to varování a upozorňování
dospělých, ale osobní zkušenost. Kolik je
dnes pomůcek na ochranu dětí přes chráni-
če kolínek batolat, krytky na rohy stolů, zá-
brany na schody, malé helmičky, aby se dítě,

co pase koníčky, nebouchlo do hlavy, vodící
kšíry, aby dítě nespadlo, až po sofistikované
GPS náramky a další lokátory, aby měli rodi-
če přesný přehled, kde se dítě v průběhu ce-
lého dne nachází.

Svoboda a samostatnost

Může se zdát, že tyto dva pojmy spolu nesou-
visejí, ale není tomu tak. Jak má být dítě, po-
tažmo následně mladý jedinec samostatný,
když v rámci ochrany nemůže sám nic vyko-
nat? Samostatnost dětí se i podle studií po-

sunula díky strachu rodičů o několik let – to, co jsme my dělali v šesti, sedmi letech, to dělají dnešní děti o cca pět let později, pokud tedy vůbec. Řeč je například o samostatné cestě do školy a ze školy, pobíhání venku s partou kamarádů, nákup něčeho malého po škole, a tak podobně.

Přitom touto „ochranou“ děti ztrácejí spoustu svobody a o hodně přicházejí. Volná neorganizovaná zábava venku má pro děti celou řadu pozitiv – jak po stránce samostatnosti a zodpovědnosti, tak i po té sociální a samozřejmě fyzické.

Pod kontrolou

Samostatná hra dětí podle vlastní fantazie někde venku je pro děti mnohem cennější než organizované kroužky, kde jsou jasně dané role a dítě jen plní to, co se po něm chce. Chybí volnost, možnost zapojovat fantazii a kreativitu. Sama se setkávám s malými dět-

Strach v hlavní roli

Strach sám o sobě je užitečnou emocí, která nás má chránit, upozorňovat na hrozící nebezpečí. Není tedy vůbec vhodné se ho zbavovat. Pokud se však bojíme často a strach je náš každodenní nášeptávač, něco je špatně. Strach o děti je přirozená emoce, kterou zná každý rodič. Nesmí to však přejít do extrému. Dnes se často setkáváme s úzkostnými rodiči, kteří logicky většinou vychovávají úzkostné děti. A ta-

Dnes se často setkáváme s úzkostnými rodiči, kteří logicky většinou vychovávají úzkostné děti.

ké děti nesamostatné a nezodpovědné. Pokud chce dítě vylézt na prolézačku na hřišti, mělo by si tam prostě zkusit vylézt. Nesmyslné jižštění nebo dokonce zákaz (ano, slyšela jsem i zákaz hraní si s pískem na pískovišti z důvo-

těti dá volnost a všechny motorické aktivity si natrénuje přirozeným způsobem (ke kterému opravdu patří i drobné pády), bude vědět, co ho čeká. Pokud je dítě držené v ohradkách a nesmí například nikdy ani chodit ze schodů, pak když se nám jednou vytrhne, opravdu poběží tak rychle, že může spadnout. A také pravděpodobně opravdu spadne. Protože to prostě nezná. U nás doma máme poměrně příkré dřevěné schody a nikdy jsem je ničím nechránila. Syn prostě párkrát

z nějakého schodu spadl a pak se naučil velmi opatrně speciálním stylem lézt jak nahoru, tak dolů.

Volnost léčí obě strany

Volnost léčí. A to platí nejen pro nás rodiče. I dětem prospívá, když se dokážou uvolnit a být bezprostřední, což je pro ně přirozené. Dopřejme svým dětem trochu volnosti bez neustálých prognóz, strašení či vyděšených výjevů. Ač to zní zvláštně, tak z dlouhodobého hlediska je uvolněnější přístup k dětem i výrazně bezpečnější. Za prvé své děti nebudeme schopni hlídat věčně a za druhé – když budou zvyklé přebírat za sebe a své činy zodpovědnost (ano, to se formuje už v raném dětství rozhodnutím, zda mám či nemám sílu vylézt na vysoký strom), tak trénují své schopnosti a detailněji se poznávají. Jsou si pak více jisté ve svých rozhodnutích a nejsou tak snadno manipulovatelné a nedají se tak snadno vyhecovat.

Příliš přísná a přepečlivělá výchova pak také může vést k tomu, že jakmile se dítě od rodičů na chvíli odkloní, začne být doslova jak utržené ze řetězu a chce si vše „zakázané“ užít, dokud může. To platí nejen pro nevinné dětské lumpačení, ale i pro pubertální aktivity či seznamování se s alkoholem.



Linda Maletínská



mi, které se při procházce lesem nudí. Není tam daný program, chybí ona instantní zábava, a jak nejsou zvyklé samy si ji najít a hrát si, prostě se nudí. Když si představím, že les byl mým hlavním „hřištěm“, kinem a místem zásadních okamžiků skoro až do dospívání, žasnu, že pro malého kluka předškolního věku toto prostředí plné úchvatných podnětů může být nudné...

du nízké hygieny) z dětí sebevědomé jedince skutečně nevytvoří. Přebírání zodpovědnosti a až přehnaná kontrola nad každým krokem neprospívá ani rodičům, natož dětem.

Spadneš!

Zajímavé je, že řada reálných hrozeb vzniká právě z našich strachů. Pokud se malému dí-



Náš tip:

Pokud cítíte, že se vám podařilo do módu obav a strachu „vytrénovat“ i vašeho potomka, doporučujeme pro vyladění emocionality sirupový komplex **Bambiharmoni 2**. Zátěž ledvin často souvisí s pocity strachu, úzkosti, ale i s neobratností, častými drobnými úrazy, ovlivňuje také nervový systém. To se může projevovat jako různé poruchy vývoje, např. ADHD, ale i různé „dys“ poruchy či lehké formy poruchy autistického spektra.

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>
22. 5. 2024	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Praha	350 Kč
18. 6. 2024	9.30–15.30	S4	Mgr. Marie Vilánková	Praha	1.000 Kč
17. 9. 2024	9.30–15.30	Z1	Vladka Málová	Praha	1.000 Kč
1. 10. 2024	9.30–15.30	Z2	Vladka Málová	Praha	1.000 Kč
15. 10. 2024	9.30–15.30	Z3	Vladka Málová	Praha	1.000 Kč
23. 10. 2024	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 Kč
29. 10. 2024	9.30–15.30	S1	Vladka Málová	Praha	1.000 Kč
30. 10. 2024	9.30–15.30	Z1	Ing. Radka Krejčová	Praha	1.000 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>
15. 5. 2024	9.00–15.30	S2	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	1.000 Kč
5. 6. 2024	9.00–15.30	S3	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	1.000 Kč
14. 6. 2024	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Brno	350 Kč
14. 6. 2024	13.00–15.00	Zkouška 2. stupně		Brno	350 Kč
19. 6. 2024	10.00–15.45	S4	Mgr. Marie Vilánková	Brno	1.000 Kč
11. 9. 2024	9.00–15.30	Z1	Mgr. Antonín Kunický	Brno	1.000 Kč
25. 9. 2024	9.00–15.30	Z2	Mgr. Antonín Kunický	Brno	1.000 Kč
9. 10. 2024	9.00–15.30	Z3	Mgr. Antonín Kunický	Brno	1.000 Kč
16. 10. 2024	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		online	0 Kč
23. 10. 2024	9.00–15.30	S1	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	1.000 Kč

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

Přednášky v Olomouci

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
11. 5. 2024	9.00–19.00	S3	Eva Dvořáková	Olomouc	1.000 Kč
7. 6. 2024	16.00–18.00	Zkouška 2. stupně		Olomouc	350 Kč

Další termíny základních a středních seminářů budou vypsány od ledna 2025.

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 Ostravě

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
2. 5. 2024	9.30–15.30	S3	Jana Nenadlová	Ostrava	1.000 Kč
20. 5. 2024	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně		Ostrava	350 Kč
12. 9. 2024	9.30–15.30	Z1	Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
3. 10. 2024	9.30–15.30	Z2	Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
24. 10. 2024	9.30–15.30	Z3	Michaela Kantorová	Ostrava	1.000 Kč
30. 10. 2024	16.00–19.00	Zkouška 1. stupně		on-line	0 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.

Mimořádně konané semináře (tematické semináře – V*)

Praha

29. 5. 2024	9.30–15.30	Ing. Vladimír Jelínek: Praktické rady z terapeutické praxe, efektivní systém skládání kúr	750 Kč
-------------	------------	---	--------

Brno

13. 6. 2024	9.00–15.30	Pavel Jakeš: Detoxikační taktika – Pět kroků v detoxikaci	750 Kč
-------------	------------	---	--------

Ostrava

23. 5. 2024	9.30–15.30	Ing. Vladimír Jelínek: Praktické rady z terapeutické praxe, efektivní systém skládání kúr	750 Kč
7. 6. 2024	9.30–15.30	Pavel Jakeš: Detoxikační taktika – Pět kroků v detoxikaci	750 Kč

Celoroční praktický kurz pro terapeutů (V1)

24. 9. / 22.10. / 19. 11. / 10. 12. 2024 / 14. 1. 2025	Vladka Málová	Praha	3.500 Kč
25.9. / 23.10. / 20.11. / 18.12. 2024 / 15.1. 2025	Ing. Radka Krejčová	Praha	3.500 Kč
19.9. / 17.10. / 14. 11. / 12. 12. 2024 / 16. 1. 2025	Eva Dvořáková	Ostrava	3.500 Kč
21.9. / 19.10. / 16.11. / 7.12. 2024 / 11.1. 2025	Eva Dvořáková	Olomouc	3.500 Kč
6.–7. 9. / 18.–19.10. / 22.–23.11. 2024	Pavel Jakeš	Prštice u Brna	3.500 Kč

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

Pokročilý praktický kurz (V2)

Je určen pro poradce, kteří již prošli CPK a jsou pokročilými poradci informační metody se svojí klientelou.

26. 3. a 21. 5. 2024	Vladka Málová	Praha	1.400 Kč
8. 10. a 3. 12. 2024	Vladka Málová	Praha	1.400 Kč

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

Refresh semináře

Určeno pouze pro absolventy vzdělávání Joalis dané úrovně.

14. 10. 2024	9.30–15.30	základní úroveň	Vladka Málová	Praha	zdarma
11. 11. 2024	9.30–15.30	střední úroveň	Vladka Málová	Praha	zdarma

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

Letní škola 2024 s Mgr. Marií Vilánkovou a Ing. Vladimírem Jelínkem

Tradiční vzdělávací akce proběhne ve dnech **21.–26. 7. 2024**,
LH Parkhotel****Hluboká nad Vltavou

Podzimní Kongresové dny informační medicíny

5. října 2024 Kongresový den Brno

Orea Congress Hotel Brno

16. listopadu 2024 Kongresový den Praha

Hotel Krystal Praha

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

DO PŘÍRODY BEZ OBAV!

Jakmile se trochu oteplí, tito malí roztoči rádi opět v plné síle a obtěžují jak nás, tak i naše čtyřnohé kamarády. Dospělá klíšťata se nejčastěji vyskytují ve vysoké trávě, keřích, kde uchycena za zadní nohy číhají na procházejícího člověka či zvíře. Zajímavostí je, že klíště dokáže hladovět i déle než jeden rok.



Náš tip:

ArtiDren® + Spirobor® + Imun – kúra podporující správnou funkci imunitního systému a normální stav kloubů.

Propojení síly informací s účinky bylin

💧 **ArtiDren®** s obsahem lopuchu většího, který přispívá k normálnímu stavu kloubů a chrupavek.

💧 **Spirobor®** obsahuje jitrocel kopinatý, který podporuje správnou funkci imunitního systému a přispívá k normálnímu stavu kloubů. Zároveň působí jako antioxidant. Obsažený vitamin B1 přispívá k normální činnosti nervové soustavy.

💧 **Imun** s vitaminy B6 a B12 přispívá k normální funkci imunitního systému.

