

Alergie

Elektrosmog

Záludnosti potravinové alergie

**Strom vyrůstá ze země –
překonání emoce
přemýšlení a starostlivosti**

Číslo, které právě držíte v ruce, jsme se rozhodli věnovat alergiím. Toto téma se možná zdá trochu všední, ale to nic neubírá na jeho závažnosti. Některým typem alergie trpí zhruba každé čtvrté dítě a výskyt tohoto onemocnění stále stoupá. Rychlým tempem se tak blížíme době, kdy bude alergikem každý a být nemocný se tak stane normou. Otázka zní: Co je příčinou tohoto stavu?



Podíváme-li se na to čistě laickým pohledem, nabízí se jako viník civilizace. Řekněte sami: slyšeli jste někdy například o křovákovi, který má sennou rýmu? Možná jsou alergie dani za to, že jsme si zvykli žít naprosto odtrženi od přírody, v prostředí plném hluku, stresu, agrese a nedostatku lásky.

Protože je dobré „znát svého nepřítele“, připravili jsme pro vás na téma alergií několik článků. V nich uvidíte, že ačkoliv různých typů alergických obtíží existuje mnoho a jejich příčiny jsou rozmanité, má metoda řízené a kontrolované detoxikace podle MUDr. Jonáše na tyto problémy elegantní řešení. Doufáme, že vás články zaujmou a že pro vás budou inspirací při práci s klienty.

Když už je řeč o inspiraci: podle mého je nejlepší inspirací vždycky příklad, osobní zkušenost. Těch bychom vám chtěli na stránkách bulletinu poskytovat co možná nejvíce, a tak si dovoluji znovu vás požádat, abyste si ve svém programu našli chvíličku a o svých zkušenostech nám napsali. Nezáleží na tom, jak dlouhý bude váš příspěvek, zda se vám podaří sepsat samostatný článek anebo jen pár řádků k nějakému tématu, jako to udělal třeba pan Ing. Kozušník, jehož reakci na článek z předchozího čísla si můžete přečíst na str. 26. Pomozte nám vytvořit z bulletinu živé médium, jehož prostřednictvím se bude odehrávat vzájemná diskuse o tématech souvisejících s detoxikací.

Lidská společnost je složitá síť vztahů mezi jejími členy. Každý člověk zde má své jedinečné místo, každý člověk je důležitý. Nemějte proto obavy, že váš názor nebo dotaz není zajímavý. Nikdy nevíte, kdo si ho „náhodou“ přečte a komu tím změníte život...

Těším se na vaše e-maily a dopisy.

Petra Kottková
Mgr. Petra Kottková



Analerg 7

Komplex Joalis Analerg patří mezi nejčastěji používané preparáty. MUDr. Jonáš ve svém článku podrobně rozebírá jeho jednotlivé složky a vysvětluje principy, jakými tento preparát pomáhá organismu zbavit se alergických obtíží.



20

Záludnosti potravinové alergie

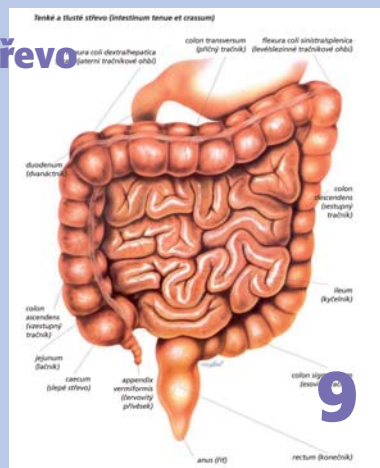


Alergie na kravské mléko, hyperaktivita, celiakie jako intolerance rostlinných bílkovin, intolerance cukru bez diabetu – všechny tyto problémy mají společného jmenovatele, a tím je potravinová alergie. MUDr. Vlachová vysvětluje tuto problematiku, popisuje

nejčastější typy potravinové alergie a dokládá je příklady ze své praxe.

Tenké střevo

Tenké střevo patří mezi orgány srdečního okruhu, jehož aktivita je nejvyšší právě nyní, v měsících květen a červen. Přiblížíme vám, jak probíhá proces vstřebávání živin v tenkém střevě a jak pomocí detoxikace zachovat správnou funkci tohoto orgánu.



Elektrosmog

V souvislosti se stále se zvyšujícím počtem elektrických přístrojů, které používáme, se často objevují diskuse na téma „Elektrosmog“. Připravili jsme pro vás dvoudílný článek (druhou část si budete moci přečíst v příštím čísle), v němž nastíníme, co pojem elektrosmog znamená a jak můžeme jeho působení omezit.

12



úvodník	2
téma měsíce	
Alergie	4
galerie preparátů	
Analerg	7
psychika & detoxikace	
Toxičtí lidé XVI	8
orgány čínského pentagramu	
Tenké střevo	9
životní prostředí & ekologie	
Elektrosmog I	12
lidské emoce a pentagram	
Strom vyrůstá ze země – překonání emoce přemýšlení a starostlivosti	14
zachyceno v síti	
Jsme národ nemocných	17
co vás zajímá	
Laboratorní hodnoty IV	18
novinky z Joalis s. r. o.	
Odchod generální manažerky	19
napsali jste nám	
Detoxikace a numerologie	19
z deníku terapeuta	
Záludnosti potravinové alergie	20
portrét	
MUDr. Zdenka Vlachová	24
MUDr. Jonáš radí	
Sluneční alergie	24
napsali jste nám	
Reakce na článek Balená voda versus voda z kohoutku	26
zachyceno v síti	
Je Actimel opravdu prospěšný?	26
za zdravím na zahrádce	
Mrkev obecná, jahodník obecný	27
zdravě & chutně	
Mrkvový dort, zelenina v těstíčku	28
zachyceno v síti	
Unie povolila upravené brambory	28
kalendář akcí	
Připravované akce	29



**Bulletin
informační a celostní
medicíny**

květen–červen 2010

•

Redakční rada

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

•

Redakční zpracování

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

•

Grafická úprava

Martina Hovorková

•

Vydavatel

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

•

Tisk

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

•

Distribuce v ČR

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

•

Evidován pod č. MK ČR E 14928

•

Foto na titulní straně

www.samphotostock.cz

•

Foto na str. 32

www.samphotostock.cz



Alergie

Téma alergií se zdá být v detoxikační medicíně obehnanou písničkou. Faktem však je, že kolem nás alergií neustále přibývá a nikdo progresivitu tohoto onemocnění zatím nedokázal zastavit. Založil jsem občanské sdružení Stop dětské alergii a doufal jsem, že vzbudí pozornost a získá peníze na výzkum. Nepodařilo se, ale přesto toto občanské sdružení v letošním roce financuje výzkumný projekt prováděný Masarykovou univerzitou v Brně na téma Astma a alergie. Výsledky uvidíme přibližně za rok a doufám, že v té době budeme vědět o alergiích o něco více než dnes.

Přes obehnanost tohoto tématu mohu prohlásit, že jsem ve výzkumu alergií v rámci detoxikační medicíny pokročil a dnes se při detoxikaci alergií nebojím žádného neúspěchu.

Alergenem se může stát cokoliv: prach, ořišky, lepek, roztoči, pyl, zvířata, spermie, latex, zkrátka vše, na co si vzpomenete. U lidí, kteří mají alergii od dětství, se výskytu dalšího alergenu nedivíme; u těch, u kterých dojde k alergii poprvé v životě,

je problém psychicky daleko náročnější. Pylových alergiků je asi třicet až čtyřicet procent z celkového počtu alergiků a neustále jich přibývá, stejně jako ostatních typů alergií. Před dvaceti lety se odhadoval výskyt alergií u dětí na patnáct procent, nyní je to 25–30 procent. Ke zvládnutí alergií používá současná medicína vakcíny vyrobené z alergenů a především antihistaminika, kterých se ročně spotřebují tuny. Výrobci těchto léků mají o bu-

doucnost postaráno. Z potravinových alergenů je na prvním místě mléko, ale na výsluní se derou ořechy: v České republice jsou to lískové a vlašské ořechy, v Americe podzemnice olejná neboli buráky. Historicky o tom, že alergik zkolaboval poté, co se dotkl nože nebo nějaké potraviny, která předtím měla kontakt např. s ořechy, jsou dokonce oblíbeným filmovým motivem. Častým alergenem jsou také ryby a mořské plody, jablka, hrušky, kiwi, špenát, rajčata, kořenová zelenina, celer aj. Nejběžnějším projevem alergie je rýma, ale řadíme sem také astma a atopický ekzém.

Proč alergiků přibývá, nikdo neví. V současné době je nejpopulárnější teorie přílišná čistota, tedy malý kontakt kojenců s nečistotami neboli nadměrná sterilita našeho života. Pochopitelně jako u všeho, čemu nerozumíme, jsou obviňovány také geny. Nikdo se nepozastavuje nad tím, že zatímco alergiků pronikavě přibývá, vyskyt genetiky podmíněných chorob se udržuje po staletí stále na stejné úrovni. Tím však neříkám, že alergie, která propukne u některého z rodičů, se geneticky nekóduje a nepředává se do další generace. Dědičnost je poměrně velká. U alergiků, jejichž matky také trpí alergií, je asi sedmdesátiprocentní. Detoxikační medicína si-

ce dokáže cesty alergií sledovat, ale ani ona neumí vysvětlit, proč jejich počet stále stoupá. Pokud bych měl vyjádřit nějakou teorii, obvinil bych psychiku člověka, protože alergie, stejně tak jako jiné reakce imunitního systému, jsou obrazem lidské psychiky. Jiná je psychika člověka s autoimunitní poruchou, jiná člověka s alergií a ještě jiná člověka s oslabenou imunitou. Dokonce i protinádorová imunita má své psychické atributy. Stejně jako klesá protinádorová imunita u lidí (což má za následek vzestup počtu nádorů), vyskytují se stále častěji autoimunitní choroby, a tak můžeme sledovat vzrůstající počet autoimunitních onemocnění štítné žlázy, nervových onemocnění a mnohých dalších. Zároveň narůstá počet alergiků, protože i pro ně je typické, že jsou obětmi složité doby.

Dnes víme o alergiích mnoho, a tak by bylo skutečně složité skládat detoxikační kúru z jednotlivých preparátů, protože bychom jich potřebovali pěknou řádku. Proto doporučuji preparát Analerg, který je také předmětem již zmíněné studie. U dalších onemocnění přímo souvisejících s alergií doporučuji Astmex a Ekzemex. Komplexnost těchto preparátů nám dává naději na úspěch a zároveň se nemusíme cítit limitováni finančními možnostmi klienta.

V první řadě je důležité, že hlavním toxikem je mikrobiální ložisko v určité části mozku, konkrétně v telencefalu. Není pod-

statné uvádět přesnou lokalizaci tohoto ložiska, ačkoliv jeho souřadnice není těžké vytvořit. Víme, že se ložisko vytváří v místech, které podléhá některé z emocionálních poruch, tedy některému psychickému toxinu. Zmíněné kritické místo v mozku se nachází v té části, která je ovládána játry. Játra však takzvaně „mají na vybranou“, protože jejich psychický obraz ovládá všechny druhy poruch imunity, tedy i autoimunitní problematiku nebo protinádorovou imunitu. Proč je u určitých lidí ovlivňována právě ta část, která odpovídá za tu kterou imunitní poruchu, zůstává nevysvětlitelným jevem.

Základní osu protialergické detoxikace tvoří preparáty Cranium a LiverDren, které obsahují emocionální složku. Tato složka rozbíjí ten druh emocí, který je zodpovědný za lokalizaci zmíněného mikrobiálního ložiska. Hovořím opět značně neurčitě; možná bych uspokojil vkus některých, kdybych fantazíroval, o jaké emoce jde. Principem detoxikace emocí je však to, že respektujeme pouze určité typické rysy, určitou oblast, a nezabýváme se tím, jakým slovem bychom emoci pojmenovali. Dopouštěli bychom se totiž zkresení a chyb. Proto nevím, o jaké typy emočních poruch jde.

Obdobně budeme odstraňovat také mikrobiální ložiska z cílových orgánů, v nichž se alergický proces projevuje (jednou tedy můžeme využít RespiDren, podruhé Cuti-

Dren, potřetí ColiDren, počtvrté OkulaDren atd.). Rovněž v případě těchto ložisek hraje hlavní úlohu emocionální složka preparátu a samozřejmě i klíče, což je pojem, který sice mnoho detoxikačních terapeutů již zapomnělo, ale podle mého názoru celkem není potřebné se k němu vracet a vysvětlovat ho.

Další velmi častou složkou alergií mohou být i jiné toxiny, které se v místě ložiska vyskytují. Jejich přítomnost však nebývá pravidlem (se stoprocentní jistotou je přítomno pouze mikrobiální ložisko). Jde především o těžké kovy, které bych rád označil za důležitou příčinu alergií, ale narušuje mi to má zkušenost, že zdaleka ne u všech alergiků musím v mozku těžké kovy nalézt. Přesto pokud těžké kovy v mozku odhalíme, odstraníme je velmi bravurně díky kombinaci MindDren a Antimetall (oba tyto preparáty jsou pochopitelně obsaženy v komplexu Analerg).

Daleko důležitější je však jiný toxin, a to gliadin. V případě, že u klienta existuje gliadinová zátěž v mozku, můžeme si být jisti, že bez odstranění tohoto problému klientovi nepomůžeme. Pozor, na lepek může existovat alergie, která je poměrně častá; v tomto případě však nehovoříme o alergii, nýbrž o glutenové enteropatii – při ní se do mozku dostávají molekuly bílkovin, které ho poškozují (zde odkazují na svou přednášku o intoleranci lepku).



Název občanského sdružení:

Společnost – Stop dětské alergie

Zapsaná u Ministerstva vnitra, č. j. VS/1-1/57750/04-R
DIČ: CZ26668793, Sídlo: Na Florenci 19, 110 00 Praha 1

Číslo účtu 68335050/2700

**Zdvořile vás žádáme o zvážení
možnosti finanční podpory.**

Společnost Stop dětské alergie vznikla za účelem výzkumu dětských alergií a možností jejich léčby. Jejím cílem je systémové řešení problematiky alergií, astmatických a ekzematických onemocnění dětí. Vaše případné finanční dary budou použity na zpracování klinických studií nutných k ověření účinnosti preparátů.

Pro občanské sdružení Stop dětské alergie
jsou závazné tyto zákony:
Zákony daňové • Zákony účetní

V preparátu Analerg je obsažen celý anti-glutenový program. Tento program je dosti rozsáhlý – potřebovali bychom na něj čtyři preparáty. Tím bychom ovšem nemohli dát klientovi další preparáty a detoxikace alergika by se pak neúměrně táhla a byla by neúměrně drahá. Intolerance lepku kopíruje alergie, což se týká také vzestupu jejich výskytu, který se datuje od šedesátých a sedmdesátých let 20. století. Možná mají něco společného: tato úvaha určitě bude do budoucna předmětem mého zájmu.

Ačkoliv intolerance gliadinu není metabolickou poruchou, umožňuje emocionální preparát NoDegen uvolnění gliadinu z kontaminovaných tkání, stejně jako uvolnění kaseinu, jednoho z nejčastějších alergenů (kasein se rovněž nachází v preparátu Analerg). Od tohoto zjištění jsme jen krůček k tomu, abychom pochopili, že ve tkáních zůstávají některé alergenů – pravděpodobně ty z prvních, se kterými se alergik setkal. Jsou to pyly nebo zbytky živočišné srsti, prach, peří, ale právě například i kasein a pravděpodobně také alergická složka dalších alergenů. Setkání s pylovými alergenů nebo s mléčnou bílkovinou se datuje do raného dětství, a to může být rozhodující pro zabudování těchto alergenů do tkání. Tvoří pak jakousi pohotovostní složku, která se při setkání s alergenem aktivuje. Tato složka pravděpodobně udržuje v pohotovosti látkové faktory zánětu tkáně, mezi něž patří především histamin. Chceme-li se zbavit alergie, musíme umožnit imunitnímu systému, aby tyto „zachycené“ alergenů odstranil. K tomu pomůže kombinace NoDegen – Metabex (kasein) anebo MindDren – Non-Grata. Se všemi těmito složkami je v Analergu počítáno.

Vidíte, že počet nutných preparátů je poměrně velký. U každého zdravotního problému počítám ještě s tzv. černou skříňkou, tedy s nějakými faktory, které nedokážeme rozpoznat, nedokážeme je zachytit, náš výzkum k nim ještě nedošel nebo k nim vůbec nikdy nedojde apod. Při dnešních znalostech o vztahu mezi emocionální detoxikací a toxiny však takovou černou skříňku ukrýváme do preparátů Emoce a Streson. Tyto dva preparáty nejsou součástí Analergu, a proto doporučuji při detoxikaci alergií je podávat. Celý systém má logickou souvislost a jeho úspěšnost vidím především v pochopení psychosomatické teorie hromadění toxinů a následných zdravotních poruch.

Součástí výcviku v psychoanalytické terapii podle Sigmunda Freuda bylo i to, že budoucí terapeut musel sám prodělat psychoanalýzu. Bez této zkušenosti, která trvala obvykle tři roky, nebylo možné certifikát terapeuta psychoanalytika získat. Myslím, že v detoxikaci je stav podobný. Jen člověk, který je sám zbaven příslušných toxinů, je vůči pochopení detoxikační medicíny otevřený, je citlivý pro diagnózu Sal-



víí a již jeho intuice ho vede tím správným směrem. Je-li někdo zavilý odpůrce, který odmítá o něčem takovém přemýšlet, nehovoří za něj inteligence nebo jiné vlastnosti, ale hovoří za něj právě toxiny.

Doufám, že se jednoho dne dostaneme k tomu, že význam detoxikace u alergií bude správně pochopen. Zbavil bych se tím velkého smutku, který mám při pohledu na velká kvanta alergiků, na komplikace alergií jako astma či ekzém, když vím, že existuje možnost velmi snadné a účinné pomoci. V takovém okamžiku se vždy musím začíst do knih antických filozofů a se stoickým klidem pokývat hlavou nad nedostatkem otevřenosti lidské spo-

lečnosti anebo alespoň té její složky, která se nazývá vědou.

V každé detektivce, kde není vrahem zahradník, se na konci objeví zločinec. Já však nechám naši detektivce konec otevřený a položím otázku: Pokuste se sami najít, jaká emoce bude příčinou alergie. Jaký má alergie emoční náboj? Je to úzkost, strach, beznaděj, agrese nebo něco jiného? Jedním si buďte jisti: alergie jako onemocnění, které zanedlouho postihne celou společnost, je stejný problém jako emoce, která naši společnost sužuje v téže rozsahu.

MUDr. Josef Jonáš

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

Analerg

Preparát Analerg je první skutečný komplex, kterým se v Galerii preparátů zabýváme. Slovo komplex znamená, že preparát je složen z celé řady dílčích preparátů, resp. dílčích informačních komplexů, které jsou zaměřeny na jednotlivé orgány nebo jednotlivé poruchy, jež ve svém celku způsobují určitý zdravotní problém, v tomto případě alergii.



známé pod názvem **LiverDren**. Jak víme, nejde o žádnou konkrétní poruchu jater, ale o existenci specifického emocionálního komplexu, který k játrům přiřazujeme. Tento emocionální komplex způsobuje vytváření mikrobiálního ložiska v játrech a je také přesunován do jiných (periferních) orgánů. U jedinců genově disponovaných pro alergii se přesouvá do již zmíněné části mozku, která rozhoduje o imunitní odpovědi na cizorodou bílkovinu.

Další součástí Analergu je **RespiDren**. Alergické reakce se obvykle týkají dýchacího traktu, kde dochází k poruše produkce mediátoru nazývaného histamin. U alergií je typická jeho nadprodukce, na níž se podílí jak pokyn z mozku, tak přímo tkáň dýchacího traktu narušená mikrobiálním toxinem.

Víme, že dýchací cesty nejsou jediným orgánem, kde se může vyskytovat alergická reakce; obecně lze říci, že alergická reakce se bude týkat toho orgánu, v němž se nachází mikrobiální ložisko. V preparátu Analerg je kromě dýchacích cest místo ještě pro oko, konkrétně spojivku, která alergicky reaguje zánětem. Rovněž v tomto případě je zákonitě předpokládat, že se ve spojivce oka nachází ložisko – odstraníme jej **OkulaDrenem**.


Alergické reakce se mohou nacházet i v mozku (tuto složku máme ošetřenou preparátem **Cranium**) anebo ve střevě – proto je součástí Analergu i **ColiDren**, který jednak odstraní ložiska z oblasti tlustého střeva, kde se alergická reakce nejčastěji projevuje, jednak ošetří také tenké střevo (důvody objasním vzápětí).

K uvolnění řady toxinů, např. těžkých kovů či alergenů, z tkání je zapotřebí také emocionální složky, která je obsažena v preparátu **MindDren**. Preparát **Non-Grata** zase sdružuje různé typy alergenů rostlinného, živočišného či mikrobiálního charakteru. Proto jsou v preparátu Analerg tyto složky kombinovány. Jsou-li tkáň zatížena blokováním emocionálním konfliktem (**MindDren**), usazují se v nich alergeny, kterých se organismus nedokáže zbavit. Trvalé dráždění vede k chronickému

zánětu tkáně a taková tkáň se podílí i na akutním alergickém zánětu.

Psychocysty, obsažené v **NoDegenu**, blokují očistu tkání od metabolických toxinů. Proto je NoDegen obsažen v Analergu, neboť v řadě případů je součástí alergií také intolerance lepku. Intolerance lepku (glutenu) není stoprocentní příčinou alergií. Je však přítomna ve vysokém procentu případů, a pokud tomu tak je, nepodaří se nám alergii zlikvidovat. Z toho důvodu dáváme složku zabývající se intolerancí glutenu i do preparátu Analerg. Kromě emocionálního preparátu NoDegen jsou proto součástí Analergu také preparáty **Gli-Glu**, **Metabol** a **ColiDren**. Při intoleranci glutenu dochází k rozvolnění buněk tenkého střeva a průniku cizorodých bílkovin do organismu. Takový organismus může být bílkoviny alergizován. Kromě toho tyto bílkoviny poškozují mozek, a hrají tedy stejnou úlohu jako ložiska v centrální nervové soustavě. Proto je třeba průniku těchto cizorodých bílkovin zamezit a dát možnost mozku, aby se „opravil“, což by bez preparátu NoDegen nešlo. Ze stejného důvodu je NoDegen zapotřebí, chceme-li odstranit z tkáně kasein, tedy bílkovinu mléka, která je rovněž poměrně častou příčinou alergií. Nejedná se sice o velké procento případů, ale (obdobně jako při intoleranci lepku) pokud je kasein ve tkáni přítomen, nepodaří se nám alergii zlikvidovat.

Komplexní preparát Analerg má široké spektrum účinků. Jistě se vám vlastní úvahou podaří přijít na to, při jakých dalších poruchách je možné ho ještě použít. Měl by být součástí téměř každé kúry u chronických zdravotních poruch, aniž bychom chtěli řešit výhradně alergii. To je v detoxikaci běžný jev, protože nemáme žádné specifické preparáty, jaké známe z farmakologie, používané moderní medicínou.

Detoxikační medicína je vědou celostní. Celostní je nejen ve smyslu propojení psychiky a fyziky, ale také v tom, že hledáme takové informace, které jsou nejbližší společnému jmenovateli všech zdravotních poruch. Protože jsme se k tomuto společnému jmenovateli ještě nedostali, musíme pracovat přibližně s padesáti preparáty, s padesáti komplexními informacemi. Avšak proti počtu léků a počtu diagnóz, které jdou do tisíců, je takové množství skutečně nepatrné. Můžeme říci, že se již blíží oné pomyslné univerzální celostnosti. 

MUDr. Josef Jonáš

V ýznam slova alergie je notoricky znám, nemá tedy smysl jej vysvětlovat. Analerg představuje komplex takového rozsahu, že jen tento jediný preparát sám stačí ke zvládnutí alergie. Je ho však možné použít také k jiným účelům. Analerg obsahuje jen jednu složku, která je specifická právě pro alergii: najdeme ji v preparátu s názvem **Non-Grata**.

Proberme si nyní jednotlivé složky preparátu Analerg.

Součástí každé alergie jsou mikrobiální ložiska v určité části mozku, která ovládá odpověď imunitního systému na daný typ cizorodé bílkoviny. Ložiska v této konkrétní části mozku vznikají v důsledku alergické dispozice, která je genově přenosná a která způsobuje oslabení této lokality v mozku. Mikrobiální ložisko se obvykle vytváří již v průběhu nitroděložního vývoje nebo v prvních letech po narození, v pozdějších letech, resp. v dospělosti, jen výjimečně. Specifikovat, o kterou část mozku jde, není důležité – tuto informaci si ponechám jako výrobní tajemství. O ložiska v mozku se postará složka, kterou známe jako preparát **Cranium**.

Část mozku, o které jsem nyní hovořil, patří do okruhu jater. Další součástí komplexu Analerg jsou proto informace



Provokátér

Málokdy opakuje drb v té podobě, v jaké ho původně slyšel. Malé zlo ho neuspokojí, musí vymyslet ještě něco horšího. Je nápadně nediskrétní.

Provokátér do všeho strká nos. Je vládychtivý, sabotující, sadistický, pesimistický, zlostný a nepříjemný. Rád pomlouvá druhé za jejich zády, osočuje a slídí. Je malicherný, závistivý, agresivní, nedůvěryhodný, zrádný, ulhaný, parazitující, pohrdlivý, konfliktní. Všechno zkritizuje, stále dělá potíže.

Provokátéři jsou vlezlí lidé, kteří s oblibou způsobují svému okolí problémy. Vmanévrují druhého člověka do obtížné situace a baví se tím. Provokátéři se na rozdíl od všeteček neangažují víc, než je nutné. Prostě někoho navádějí a přitom většinou dobře vědí, že je to špatně.

Jejich vlastní život je zřejmě tak nudný a chudý, že pořádné vzrušení mohou zažít jen v případě, že se jim podaří vyvolat zmatek v životě někoho jiného. Proto často, jen tak mimochodem, trusí poznámky jako: „Tvůj muž je ti podle mě určitě věrný, i když včerejší odpoledne strávil se svou hm... sekretářkou.“ – nebo: „Nechci tě rušit, ale neměl by Robert pracovat výhradně pro tebe? Viděl jsem ho, jak dělal něco pro další tři lidi z kanceláře.“ Provokátéři se neshodnou s nikým, jen se sebou, a nedbají o nic, jen o své rozptýlení. S chutí rozsévají paniku, vyvolávají konflikty a dělají z komára velblouda.

Můj kadeřník Sirvone mi jednou vykládal historku a smál se při tom, div nepukl. Podařilo se mu vyvolat hádku mezi jednou klientkou a její dcerou. Znepokojeným hlasem té paní řekl, aby dávala na dcerku pozor. Slyšel, že v té škole může děvče – když se na ně nedá pozor – snadno skončit u drog nebo v jiném stavu. „Kdyby to byla moje dcera,“ řekl nakonec, „nedovolil bych jí ani vyjít z domu.“

Zákaznice úplně ztratila nervy, vstala z křesla, zavolala dceři a zakázala jí večírek u přátel. Mezi matkou a dcerou se rozpou-


tala obrovská hádka. Sirvone, když mi to vyprávěl, nadsakoval samou radostí a já jsem si uvědomila, jak je nebezpečný a toxický. Byl u vytržení nad žertem, který jeho klientku úplně vyvedl z míry.

Pro tyto typy lidí je provokace prostředkem k získání nadvlády nad ostatními a také náplní jejich jinak prázdného života. Díky manipulacím s lidským chováním se cítí silní. Kalí vodu a předstávají toxický typ, který lidi nejvíc obtěžuje. Překrucují fakta, ponoukají lidi k činům, jakých by se normálně nikdy nedopustili. Rozdmýchávají plameny, aby mohli pozorovat zář požáru.

Provokátéři mají také sklony k pletichám a roznášejí drby o druhých lidech jen proto, aby jim způsobili trampoty. Neumějí udržet nic v tajnosti stejně jako pleticháři, ale na rozdíl od nich obvykle proto, aby mohli s dotyčným manipulovat. Dá se říci, že jejich životní náplní je dělat lidem problémy. Jsou to v podstatě ďáblové, zrozenci pekla, kteří se snaží každou zlou situaci ještě zhoršit.

Poznali jste mezi toxickými typy někoho známého? Setkali jste se s někým z nich v práci, doma, u přátel? Možná některý z těch typů je jako váš muž nebo žena. Anebo dokonce rozpoznáte v některém typu své vlastnosti.

Jak jste jistě postřehli, řada toxických typů má některé vlastnosti společné, ačkoliv každý z nich je odlišný a má svou vlastní, neopakovatelnou charakteristiku. Stává se, že konkrétní toxický člověk v sobě zahrnuje víc než jeden toxický typ, například kombinaci pleticháře a kontrolního maniaka.

Po přečtení charakteristik třiceti toxických typů si můžete přesně uvědomit, proč ve společnosti některých lidí zažíváte negativní pocity. Společnost toxické osoby je stejně příjemná jako lžička kyseliny z akumulátoru. A takové kyseliny je třeba se buď vyhnout, nebo ji neutralizovat, aby neškodila... 

Zdroj: Lillian Glass: Toksyční ľudzie

Foto: www.samphotostock.cz

Konec seriálu

Tenké střevo

O kruh orgánů srdce je spojen s emocí radosti, spokojenosti. Radost člověk prožívá při dosažení vítězství nebo nějakého úspěchu, při nabytí něčeho hmotného, při získání nějakého materiálního nebo citového prospěchu (náklonnosti druhé osoby). Z tohoto pohledu se lze na tenké střevo podívat jako na vstupní bránu hmotných částic (části potravy, molekul), základních stavebních kamenů metabolismu, ze kterých se potom dále vytvářejí a regenerují tkáně, nebo se z nich syntetizuje „palivo“ pro energetickou spotřebu organismu.

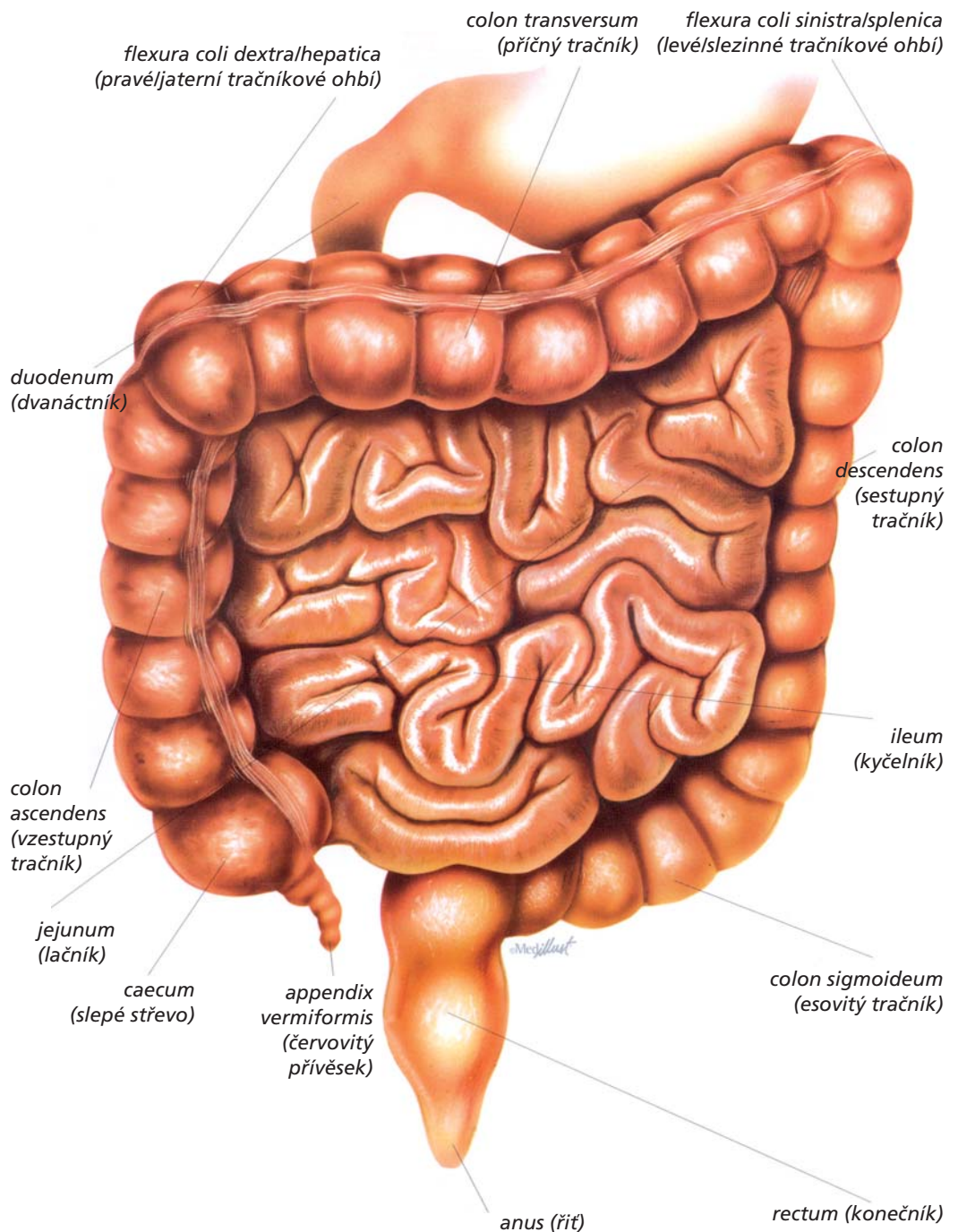
Sliznice tenkého střeva je speciální, velmi inteligentní „síto“, které do organismu propustí jenom to, co tam patří a co je prospěšné. Tenké střevo je tedy oním orgánem, kterým se získává hmotný prospěch pro organismus. S trochou nadsázky můžeme říci, že láska neprochází jenom žaludkem, ale také tenkým střevem a jeho sliznicí. :-)

Tenké střevo je část trávicí trubice dlouhá tři až sedm metrů, zprohýbaná do kliček tak, aby se vměstnala do břišní dutiny. Sestává ze tří částí: dvanáctníku (duodena), lačnicku (jejuna) a kyčelníku (ilea). Průměr tenkého střeva je okolo tří centimetrů.

Stěna tenkého střeva je pokryta výchlípkami (klky), což jsou základní absorpční jednotky tenkého střeva. Jsou protkány bohatou sítí arteriál a lymfatických mizních cév, do kterých se vstřebávají natrávené molekuly potravy. Do arteriál, a tedy do krve se

Tenké střevo patří do takzvaného okruhu orgánů srdce. Pod pojmem okruh orgánů máme na mysli soubor orgánů, které spolu vnitřně určitým logickým způsobem souvisejí.

Tenké a tlusté střevo (intestinum tenue et crassum)



vstřebávají spíše ty, které jsou rozpustné ve vodě, zatímco mizní cévy jsou významným místem vstřebávání tuků a látek rozpustných v tucích (tedy například i vitaminů). Prostřednictvím mizních cév tenkého střeva umístěných v klcích se vstřebá až 60 % všech tuků.

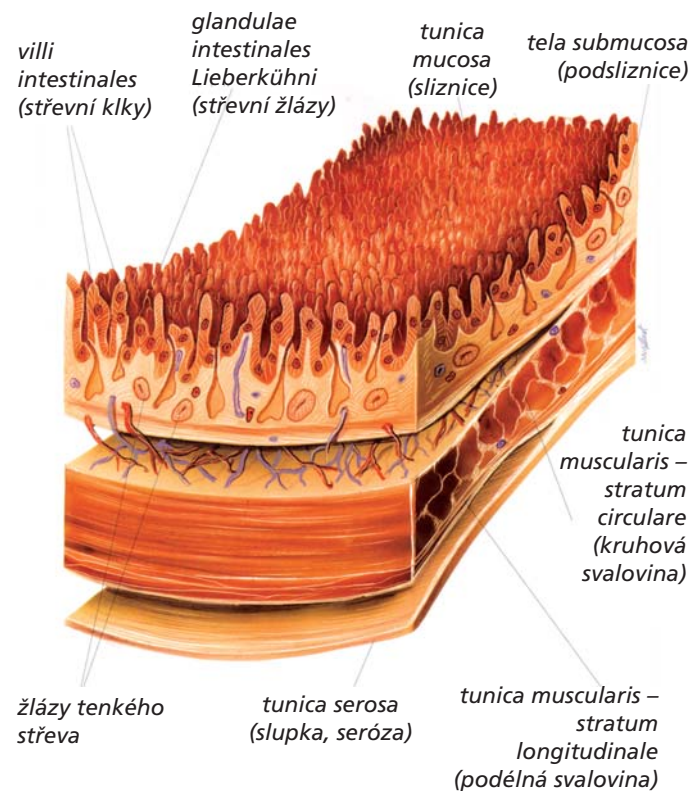
Při vstřebávání látek mají velký význam pohyby klků, jejichž hladká svalovina se

epitel se vymění přibližně za pět dní, na jeho obnovu se podílejí kmenové buňky (tj. původní buňky přítomné již při narození člověka, z kterých se kopíruje obsah do buněk nově vzniklých tak, aby se co nejméně vyloučily chyby přepisu – mutace, a tím i snížilo riziko například rakovinného bujení). Na zlepšení „olupování“ starých částí epitelu a jeho následné regenerace má velký vliv

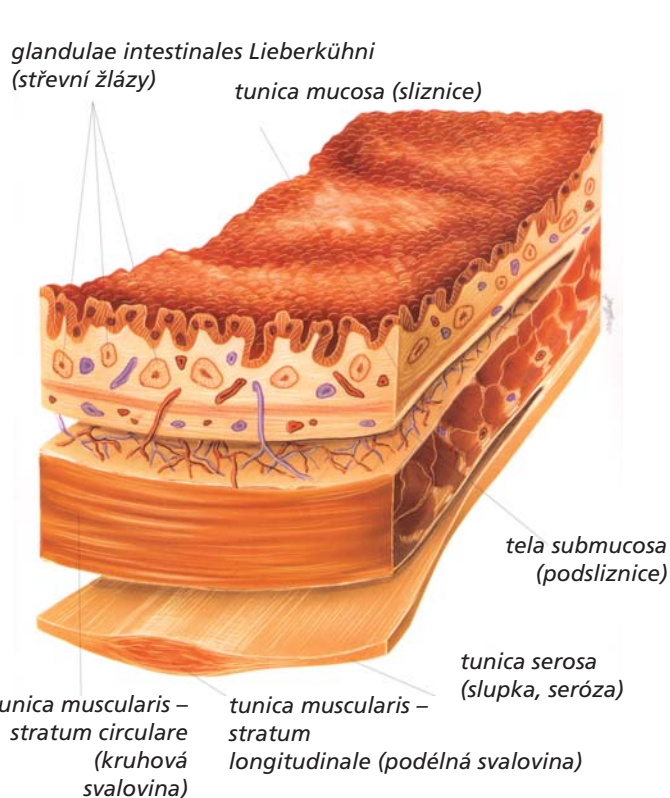
látky prošly přes sliznici tenkého střeva a **lipázy** slouží pro štěpení složitých a velkých molekul tuků na jednodušší.

O úloze žluči jsme již pojednávali v minulém čísle bulletinu. Zopakujme tedy jen to, že její hlavní metabolický význam je emulgovat tuk za účelem oddálení jednotlivých splených molekul tuků tak, aby se k nim pohodlně dostaly

Stavba stěny tenkého střeva



Stavba stěny tlustého střeva



stahuje, a tím klky doslova vymačkávají krev i lymfu se vstřebanými živinami do odvodných cév.

Klky podstatným způsobem zvětšují povrch sliznice za účelem vstřebávání látek. Celková plocha tenkého střeva je tak srovnatelná s rozměry tenisového kurtu, což je zhruba 250 m². To je přibližně stokrát více než velikost povrchu těla. Velikost plochy tenkého střeva a zvláště zdravá sliznice bez zánětlivých procesů mají nesmírný význam pro účinnost vstřebávání látek z potravy, a tím i pro celkové zdraví organismu.

Sliznice tenkého střeva je chráněna před chemickými vlivy souvisejícími s trávením potravy (například před kyselým pH tráveniny jdoucí ze žaludku). Její povrch tvoří cylindrický epitel, který v sobě obsahuje mnoho buněk produkujících hlen (mucin), což je geneticky vázaný protein. Obměna povrchu sliznice je velice rychlá a má značný význam pro udržení jejího bezvadného stavu. Celý

konzumace vlákniny, která mechanicky působí na sliznici.

Na úspěšnosti a účinnosti vstřebávání a trávení se podílejí dva důležité orgány břišní dutiny: slinivka břišní a játra. Vývody slinivky břišní a jaterních žlučovodů ústí vedle sebe do dvanácterníku (duodena). Obrazně řečeno je slinivka břišní manufaktura na výrobu nářadí (nůžek, pilek, dlát, šroubováků, ...), které rozebírá velké molekuly přijaté potravou. Tyto nástroje nazýváme enzymy, v tomto případě jsou to štěpicí (katalytické) enzymy.

Enzymy slinivky břišní můžeme rozdělit do tří hlavních skupin: **amylázy** rozřezávají složité cukry (polysacharidy, škroby) na cukry jednoduché (monosacharidy), **proteázy** rozstříhávají řetězce bílkovin na jednotlivé aminokyseliny, které pak v organismu slouží pro syntézu dalších bílkovin (rozstříhání bílkovin na jemnější části – aminokyseliny je nutné proto, aby tyto

do kontaktu štěpicí enzymy a oddělily od sebe potřebné části za účelem rozkladu na molekuly menší.

Trávená potrava se v tenkém střevě zdrží obvykle dvě až čtyři hodiny. Na cestě tenkým střevem je jeho mechanickými pohyby rozměňována, promíchávána a posunována směrem ke střevu tlustému.

Základní pohyby tenkého střeva se dělí do tří skupin:

- fragmentační
- mísicí
- peristaltické

První skupina pohybů má za úkol dále rozmělnit potravu na menší části a dokončit to, co již bylo započato rozžvýkáním potravy v ústech a působením kyselého prostředí v žaludku.

Mísicí pohyby mají za úkol promíchat jednotlivé složky tráveniny tak, aby se

enzymy dostaly v co největším počtu na správná místa molekul a došlo tak k nejučinnějšímu štěpení na nejjednodušší možné látky.

A konečně stahy peristaltické, které zajišťuje cirkulární svalovina, mají charakter postupných vln a slouží k posouvání obsahu střeva. Uvádí se, že za jednu minutu proběhne až deset peristaltických stahů. Zrychlenou peristaltiku označujeme jako průjem. Často se jedná o inteligentní obrannou reakci organismu, která signalizuje, že „se do prostoru tenkého střeva dostalo něco nežádoucího, co nemá být natráveno“. Stane se to například, když člověk omylem spolkne kapku rtuti. Připomeňme jen pro doplnění, že trávící trubici se rtuť nevstřebává, člověk „pouze dostane průjem“. (Rtuť se daleko účinněji vstřebává dýchacími cestami v podobě rtuťových výparů.) Opak průjmu je zácpa. Při jejím odstraňování pomocí detoxikace myslíme v první řadě na nervový systém střeva: zácpa je

svázána se „slezinovými“ emocemi (nekonečná přemýšlivost, sklony k šetřivosti a sběratelství atd.), které s autonomním nervovým systémem souvisejí.

Všechny výše uvedené typy kontrakcí tenkého střeva jsou ovlivňovány jak hormonálně, tak již zmíněným vegetativním nervovým systémem, ale také nezávislým nervovým systémem gastrointestinálního traktu (GIT), který nazýváme enterální nervový systém.

Vegetativní nervový systém má své dva opačné póly působení: parasympatikus se uplatňuje při uvolnění, uklidnění, spokojenosti, zatímco sympatikus se uplatní při akci, mobilizaci, stresu. Parasympatikus dráždí nervových struktur zvyšuje, to znamená, že ve stavu spokojenosti a uvolnění se dávají střeva do pohybu a potrava je trávena, zatímco sympatikus činnost střev snižuje, organismus se připravuje na akci.

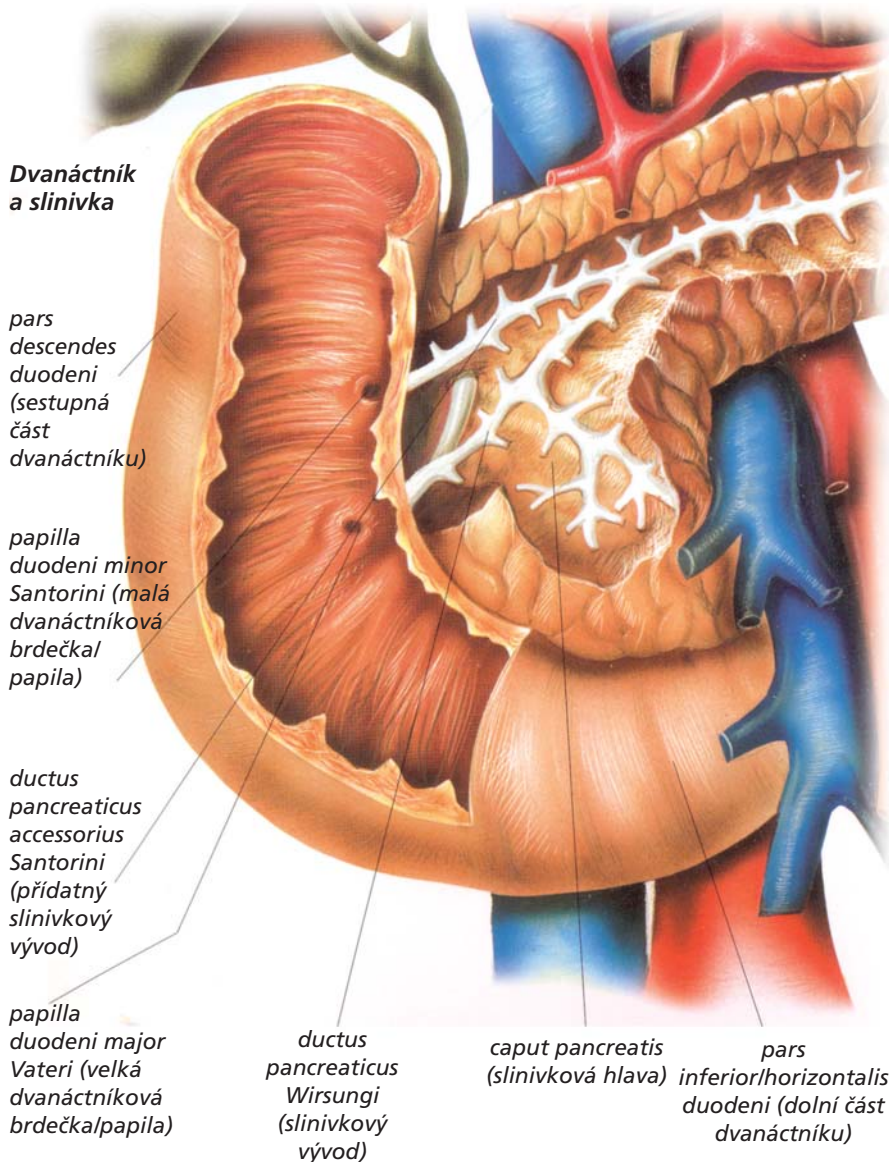
Perioda lačnění tenkého střeva není periodou nečinnosti jeho nervových a svalových struktur, ale je to perioda úplného čištění tenkého střeva a kompletního přesunu zbytků tráveniny do oblasti slepého střeva a následně pak do střeva tlustého. Jednodenní občasně půsty u zdravého člověka proto působí blahodárně na očistu sliznice tenkého střeva a její lepší regeneraci.

Na detoxikaci tenkého střeva použijeme zejména preparáty, které jsou na střevo (tenké i tlusté) přímo cílené: Joalis ColiHelp, Joalis ColiDren. Nadřazený orgán tenkého střeva je srdce, myslíme tedy také na preparáty Joalis CorHelp, Joalis CorDren. Nervový systém tenkého střeva, a tím i jeho trávící pohyby, je řízen vegetativním nervovým systémem (nervový systém, který běžný člověk vůlí neovlivní); k jeho očistě nám poslouží přípravky Joalis Vegetat a také Joalis Enternal, který je určen na detoxikaci zvláštního nervového systému břišní oblasti, tzv. enterálního nervového systému. Téměř vždy je nutná také detoxikace mozku, protože jeho prostřednictvím jsou řízeny tělesné procesy v lidském organismu včetně podávání impulzů k trávícím procesům v tenkém střevu; zmiňme tedy preparáty Joalis MindHelp, Joalis MindDren, Joalis Cranium, Joalis NeuroDren, Joalis Antimetal, Joalis EmoDren, Joalis Hypotal.

Velmi důležité jsou psychické modely a komplexy, které ovlivňují člověka v každodenní činnosti a mají přes vegetativní nervový systém bezprostřední vliv na správné či chybné fungování vnitřních orgánů. Preparáty Joalis Emoce, Joalis NoDegen, Joalis Streson, Joalis StressHelp umožní rozbití patologických modelů lidské psychiky a vytvoření jiných životních postojů. Vzpomeňme též preparát Joalis Gli-Glu, který se týká zejména sliznice tenkého střeva, neboť tím, že se do prostoru tenkého střeva dostávají vysokomolekulární proteiny gliadin a gluten, které jsou obsaženy v pšeničné stravě, zde mohou vznikat autoimunní záněty a tvořit se zde protilátky. Ty jsou pak rozváděny krevním řečištěm, a mohou tedy škodit i ve vzdálenějších tkáních vlastního organismu. Při intoleranci glutenu je vhodné přistoupit též k úpravě jídelníčku.

Mnoho zdraví a štěstí při detoxikaci tenkého střeva přeje

Ing. Vladimír Jelínek



Elektrosmog & ochrana před ním

Elektrická a magnetická pole nejsou výdobytkem moderní techniky – byla součástí životního prostředí již od vzniku naší planety. Nejznámější z nich je elektromagnetické pole Země. V našich zeměpisných šířkách má elektromagnetické pole Země intenzitu asi 50 μT , což je hodnota, jaké dosahují elektromagnetická pole obvyklých elektrospotřebičů v našich domácnostech. Přírodní pole jsou obvykle statická a svůj směr nemění (alespoň ne v lidském časovém měřítku), zatímco pole vznikající lidskou (technickou) činností jsou téměř vždy střídavá. Přírodní elektromagnetická pole jsou na základě současných poznatků pro člověka neškodná.

Umělá elektromagnetická pole lze rozdělit do tří pásem:

- **Nízká frekvence:** Toto pásmo zahrnuje hodnoty do 30 000 hertzů. Do této hranice jsou elektrická a magnetická pole vázána na kovový vodič a působí odděleně. Patří sem např. většina domácích spotřebičů, vedení vysokého napětí a trafostanice.
- **Vysoká frekvence:** V pásmu třicet tisíc až tři sta miliard hertzů se elektromagnetické vlny šíří volně v prostoru. Patří sem vysílače, mobilní sítě a mikrovlny.

• **Frekvence nad 300 mld. hertzů** zahrnují infračervené záření, viditelné světlo, ultrafialové záření a rentgenové záření. Pokud jde o elektrosmog, neberou se v potaz, protože jejich účinek je dobře známý a protože podléhají jiným zákonům než nízkofrekvenční a vysokofrekvenční pole.

Počet a intenzita umělých polí neustále stoupá. Vedle nikdy nekončícího „vyzbrojování“ domácností přispěl do elektromagnetické míchanice v éteru v posledních dvou desetiletích podstatnou měrou mobilní telefon. Nelze však říci, že již tento samotný nárůst způsobuje onemocnění, jak to tvrdí mnozí elektrobiologové. Zda a nakolik tato pole ovlivňují naše zdraví, to záleží v podstatě na pěti faktorech:

- druh pole (elektrické, magnetické),
- intenzita pole,
- vzdálenost od zdroje,
- časový průběh (frekvence),
- délka působení.

Určité faktory se vymykají spolehlivému měření, dobře prozkoumané je dnes vlastně jen působení velmi silného elektromagnetického pole na člověka. S poli, která mají okamžitý viditelný účinek, se však člověk v běžném životě prakticky neseťká.

Účinek silných polí

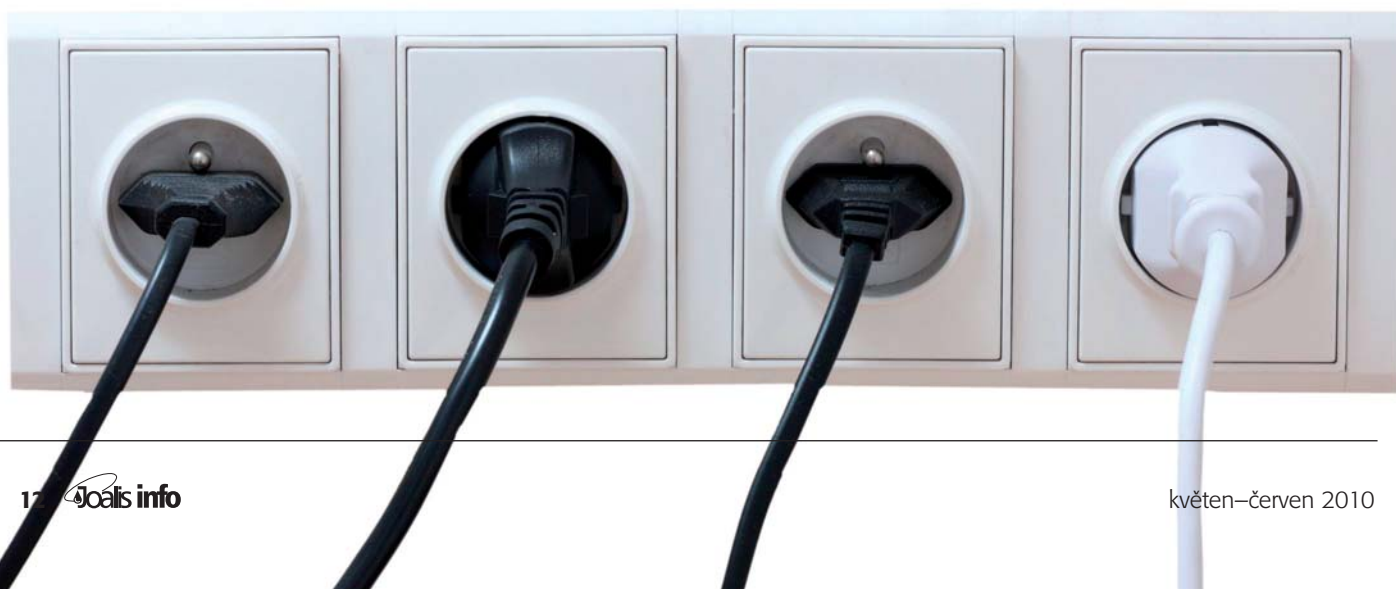
Z mnoha kamínek, které vědci při svých výzkumech získávají, se snaží sestavit kom-

pletní obraz. Dosud se však nepodařilo propojit příčiny a účinky na podkladě fyzikálních a biologických procesů. Chybí důkaz, že poškození zdraví souvisí se zvyšující se záteží elektrosmogem. Vědci se ale domnívají, že elektromagnetická pole mohou v součinnosti s dalšími faktory podpořit vznik rakoviny, ačkoliv ji přímo nevyvolávají. Svou roli tu hrají také hormony: vlivem působení slabého elektrického a hlavně magnetického pole klesá jejich produkce v šišince. Šišinka vyrábí během spánku ve velkém množství hormon melatonin, který omezuje únavu, poruchy spánku, malátnost, deprese a pravděpodobně zabraňuje vzniku rakoviny. Vědci se proto domnívají, že při malé produkci melatoninu je organismus proti rakovině hůř chráněn. Potenciální nedostatek melatoninu je tedy podle nich dostatečným důvodem pro to, aby se v blízkosti hlavy během spánku nacházelo co nejméně zdrojů elektromagnetického pole.

Bezpečný a pohodlný život s elektrickým proudem

První krok k omezení elektrosmogu v domácnosti je změna myšlení. Začněte dávat pozor na to, které přístroje používáte, jak dlouho a jestli je vůbec potřebujete. Šetrný přístup zredukuje nejen elektromagnetické pole, ale i spotřebu proudu.

Abyste získali přehled o tom, nakolik je vaše obydlí zatíženo elektrosmogem, je třeba



ba pečlivě projít každou místnost a vyhledat všechny spotřebiče. Nakreslete si plán bytu a zanepte do něj všechny elektrické přístroje, včetně skříně s pojistkami, vypínačů, zásuvek a elektrického vedení. Nezapomeňte na velké kovové předměty a vodivé plochy (např. kovové rošty v postelích nebo tepelné izolační fólie za topnými tělesy) – tyto předměty se totiž mohou za nepříznivých podmínek napojit na vnější elektromagnetická pole jako antény a pak samy vyzařovat vlastní pole. Takto vytvořený plán by měl sloužit především k tomu, abyste získali přehled o největších „hnízdech“ elektrosmogů a dokázali je co nejnadhěji odstranit.

Jestliže máte doma pouze běžné elektrospotřebiče, můžete zatížení elektrosmogem určit odhadem. K tomu vám poslouží tabulka, kde jsou uvedeny hodnoty magnetických polí nejdůležitějších elektrospotřebičů. Uvedené hodnoty platí vždy pro typickou vzdálenost, při níž je spotřebič používán (například elektrický holicí strojek nebo elektrická dečka se používají těsně u povrchu těla, zatímco na televizor se obvykle díváme ze vzdálenosti několika metrů).

Intenzita magnetického pole u nejběžnějších elektrospotřebičů

(hodnoty v T při vzdálenosti 30 cm, pokud není uvedeno jinak)

sušák na vlasy	2500 (0 cm)
větrák	40
elektrická dečka	30 (5 cm)
vyšavač	20
mikrovlnná trouba	16
ruční mixér	10
fén	7
stereo věž	5
myčka na nádobí	4
budík (napájený ze sítě)	2,25
digestoř	2
sušička na prádlo	2
malé trafo	1
opékač topinek	1
žárovka	0,5
lednička	0,3
elektrický holicí strojek	1500 (0 cm)
otvírač na konzervy	30
elektrický sporák	20
vrtáčka	16
el. topení v podlaze	12
televizor	4
akumulační kamna	2,5 (50 cm)
pračka	2
halogenová lampa	1
rádio s budíkem	1
úsporná žárovka 9 W	0,7
žehlička	0,4
pájka	0,3
kávovar	0,15
varná konvice	0,08

Pokud po sestavení plánu získáte pocit, že určité části vašeho obydlí jsou zvláště silně zatíženy elektrosmogem, je třeba určit přesné hodnoty polí. K tomu je nejlepší pozvat si odborníka, který má příslušné vybavení.

První pomoc při elektrosmogů

Vzhledem k tomu, že intenzita elektromagnetického pole velmi rychle klesá se vzdáleností od zdroje, můžete zátěž celkem jednoduše omezit. Pravidlo zní: dvojnásobná vzdálenost, čtvrtinová intenzita pole. Nemusíte se určitým elektrospotřebičům vyhýbat obloukem, ale měli byste je umístit tak, abyste nekřížili jejich pole.

Člověk myslí elektrickým polem

Spousta lidí to neví: i člověk vyvíjí slabé elektrické a magnetické pole. Citlivé měřicí přístroje prokazují, že náš mozek využívá střídavý proud, jehož frekvence se mění v závislosti na aktivitě. V bdělém stavu „myslíme“ na frekvenci 13–30 Hz, v uvolněném stavu je to 8–13 Hz. Ve spánku klesá frekvence na 4–7 Hz a v hlubokém spánku nebo v hypnóze až na 1–3 Hz. Vědci se domnívají, že přírodní pole v atmosféře, která se vyskytují na podobných frekvencích, ovlivňují mozek a následně i psychiku.

Transformátory a klubka kabelů a prodlužovaček neumísťujte přímo pod postel nebo hned vedle ní. Kabely pokládejte rovně podél stěn a postel o několik centimetrů odsuňte.

Nesedějte si příliš blízko televizoru. Vzdálenost by měla činit minimálně dva metry, u velkých obrazovek i víc.

Jestliže je elektrický spotřebič zapojen do sítě, nachází se v jeho kabelu síťové napětí 230 V, i když přístroj sám je vypnutý. Jeho kabel tedy vyzařuje elektrické pole. Pokud přístroj spustíme, proud začne kabelem protékat a vytvoří se navíc i magnetické pole. Na první pohled banální, ale velmi účinné opatření k omezení elektrosmogů tedy zní: všechny nepoužívané spotřebiče vypněte, případně vytáhněte ze zásuvky – odstraníte tak i elektrické pole.

Televizory, rádia a přehrávače nikdy nenechávejte zapnuté v režimu stand-by. Zaprvé se tak spotřebuje určité množství elektrické energie, zadruhé se zbytečně tvoří magnetické pole. Přístroje vypněte a případně vytáhněte ze zásuvky, tak aby na nich nesvítlo žádné světlo.

Pořídte si prodlužovačky s vypínačem nebo nástavce do síťových zásuvek s vypínačem. Jedním pohybem pak můžete vypojit ze sítě několik přístrojů. Přístroj vždycky nejprve vypněte a pak teprve odpojte od sítě. Jinak by mohlo dojít k poškození elektroniky.

Řadu malých elektrospotřebičů lze napájet jak ze sítě, tak z baterie. Baterie mají tu výhodu, že dodávají již přímo stejnosměrný proud. Proud tedy nemusí procházet přes transformátor a usměrňovač proudů. Vzhledem k tomu, že napětí a proud jsou

v takovém případě malé, nevytvářejí přístroje napájené baterií prakticky žádné elektromagnetické pole. Kupujte raději dobíjecí baterie, šetří životní prostředí. Vložte-li do spotřebiče baterii, nezapomeňte ho odpojit od sítě – teprve pak spotřebič běží na baterii a nevytváří žádné elektrické pole.

Jestliže se jednou vytvoří v prostoru magnetická pole, prakticky se nedají odstínit. Je

třeba zastavit průtok proudů (vypnout spotřebič, vytáhnout ze zásuvky) nebo uložit kabely tak, aby se magnetická pole vzájemně vrušila. Obecně platí: čím blíže u sebe jsou v kabelu vodiče, tím slabší je výsledné pole. Ještě lepší je, jsou-li vodiče vzájemně propletené. Pokud musíte vést několik kabelů vedle sebe, je dobré kabely k sobě těsně přiložit, trochu zkroutit a spoutat. Takový svazek kabelů vydává slabší magnetické pole než kabely jednotlivě uložené v prostoru. Zvláště důležité je to u spotřebičů, jimiž protéká víc proudů – klasický příklad je halogenové stropní osvětlení na kolejnicích.

Shrnutí – jak se co nejlépe vyhnout elektrosmogů

- Do ložnice a dětského pokoje umístěte co nejméně elektrospotřebičů.
- Nepoužívané přístroje úplně vypněte a odpojte od sítě.
- Kabely nedávejte pod postel, vedte je podél stěn.
- Kabely spoutejte do svazků a mírně je zkrutěte.
- Pokud je to možné, dávejte přednost spotřebičům napájeným bateriemi.

Pokračování příště

Zdroj: Müller, Bernd: *Wirksamer Schutz vor Elektrosmog, Gräfe und Unzer, München, 1997*

Foto: www.samphotostock.cz



Preparáty Geosmog a MindDren představují základní kombinaci pro odstranění následků působení elektromagnetického pole. Více informací o této problematice připravujeme do některého z příštích čísel bulletinu.

Strom vyrůstá

ze země

Úvodem si připomeňme, jaký přínos pro nás může mít zvládnutí techniky **UMĚNÍ EMOCÍ**. Každý čtenář jistě mnohokrát zažil nepříjemné pocity (emoce). Může se jednat o okamžité pocity zažívané v konkrétní okamžik na konkrétním místě s konkrétními osobami; tyto pocity se potom překlápějí do dlouhodobých, řekněme životních pocitů. Tento konkrétní člověk je pak v životě například stále vnitřně napjatý, smutný nebo neustále o něčem přemýšlí. Technika **UMĚNÍ EMOCÍ** se hodí pro toho, kdo se rozhodne, že tyto pocity nechce mít, dokáže se sám na sebe kriticky podívat, uvědomit si, že jeho pocity vyrůstají z jeho vlastního mozku, a přestane za ně vinit své okolí. Je sice pravda, že druzí lidé se často rádi „trefují“ do slabých míst člověka. Příčina tohoto problému však není v okolí, ale právě v existenci určitých oslabení (daných výchovou, povahou, traumaty, toxickým zatížením atd.) v mozku tohoto člověka, která jim to umožňují.



Mgr. Yveta Hánlová – ŽENA A MUŽ, kresba, papír, 42 x 29,7 cm

UMĚNÍ EMOCÍ spočívá v tom, že když se přistihneme v reálném okamžiku, že danou pojmenovanou emoci (například smutek) prožíváme (připomeňme, že příčina smutku je zde nepodstatná!), řekneme si: „Já nechci tento pocit prožívat. Chci ho změnit, chci tuto emoci zrušit. Chci prožívat emoci jinou a chci se tohoto pocitu zbavit, protože mi otravuje život.“ A dále si uvědomíme, že je to náš vlastní pocit,

nikoliv pocit, jak všichni často říkáme, „který mi dělají ostatní“.

Tento postup si můžeme ukázat na emoci, které se bude dnešní článek věnovat, tj. na emoci nekonečného přemýšlení. Prožívám-li tuto emoci, znamená to, že se příliš a dlouho zabývám nějakou křivdou nebo něčím, co mě zamrzelo na konkrétního člověka, a chci tento pocit změnit. Tato emoce většinou bývá spojena

s konkrétní osobou: představuji si, co mi tato osoba způsobila, a donekonečna to rozebírám. Pokud si řeknu: „Ne, já nechci prožívat tuto emoci, protože mi to otravuje život, k ničemu to nevede a mohl bych myslet na něco příjemnějšího,“ je dobré mít okamžitě připravený přepínač v podobě obrazu.

si tedy tento obraz vybavíme během dne třeba dvacetkrát. První týdny a měsíce to bude složitější, protože tato emoce nás bude pořád pronásledovat, ale v horizontu měsíců si najednou uvědomíme, že od nás postupně odchází. Pak už budeme v zastavování této emoce trénovanější a za půl roku třeba zjistíme,

svoje pocity a obrazy, které je překonávají, neboť pokud se začneme zabývat jenom jednou emoci, pak se může stát, že se jiná nezládnutá emoce pentagramu zvýrazní. Jedná se o obrazy: země určuje břehy řece, která teče (proti úzkosti), voda hasí oheň, aby se nerozhořel příliš (proti pýše a přílišné

– překonání emoce přemýšlení a starostlivosti

Emoci přemýšlení vypíná neboli překonává obraz STROMU, který vysává svými kořeny ZEMI. Země je archetyp pro starost/přemýšlení. Můžeme si tedy představit bujně kořeny, které jsou pevně zakotveny v zemi. Jedná se převážně o obraz dynamický: kořen využívá ze země živiny, tím sílí a s ním sílí i celý strom. Touto cestou kořen STROMU ničí/překonává ZEMI. Tento obraz bychom si měli být schopni podržet v mozku silně a barvitě po dobu alespoň několika sekund, ideálně asi po deset sekund. Pokud tímto obrazem správně vystihneme emoci přemýšlení/starostlivosti (podmínkou je, aby se skutečně jednalo o tuto emoci a aby byla správně pojmenovaná), pak tento – často nezvladatelný – pocit následně během několika dalších sekund jakoby zázrakem zmizí. Pokud je vše provedeno správně, pak zastavení dlouhotrvajícího pocitu má být spontánně provázeno zřetelnou úlevou v podobě nádechu, oddechnutí, k němuž vychází impuls z emocionálního mozku za pomoci autonomního nervového systému. V afektech totiž člověk přestává správně dýchat; UMĚNÍ EMOCÍ vede k osvobození právě v oblasti dýchání. Pokud člověk zvládne svoje afekty, pak pravidelně podvědomě dýchá patřičně zhluboka, a to v každé (byť pro jiného člověka složitě) emocionální situaci.



Je třeba podotknout, že pokud se rozhodneme vyzkoušet techniku UMĚNÍ EMOCÍ, ze začátku nám to nepůjde. Zjistíme, že život otravující emoce přemýšlení nás bude napadat mnohokrát denně (třeba dvacetkrát), takže zprvu budeme tuto emoci překonávat velmi často. Pro zastavení této emoce je dobré mít připravený nějaký konkrétní obraz stromu, ale pokud se budeme pohybovat někde v přírodě a uvidíme konkrétní strom, můžeme upoutat svoji pozornost přímo na tento strom a představit si jeho kořeny v zemi. Zrušení emoce je tedy pouze záležitost představy příslušného obrazu. Jako začátečníci v UMĚNÍ EMOCÍ

že od nás tato emoce jakoby odstoupila, že obraz stromu v zemi nemusíme již tak často používat a že jsme schopni emoci starosti zachytit v samém začátku prožívání. Takže když se po půl roce opět přistihneme, že v nás někdo vyvolal přílišnou starost o druhého člověka (opakuji přílišnou, protože přiměřená starostlivost o druhého je základem rovnocenných partnerských a mezilidských vztahů, podle citátu „miluj bližního svého jako sebe sama“), pak si opět vybavíme obraz stromu.

Je nutné vzpomenout, že bychom se měli v rychlé době naučit ovládat všechny

euforii), oheň roztaví ve výhni špičku meče (proti smutku) a dřevorubec pilou uřezává větve stromu (proti vzteku, závisti a vnitřnímu neklidu). Všechny tyto obrazy až na jeden byly již probrány v minulých číslech bulletinu.

Připomeňme si nyní, které emoce odpovídají emoci starosti/přemýšlivosti:

- Příliš vnitřně hovořím sám se sebou a rozebírám životní situace.
- Stále se zabývám starými životními situacemi a křivdami.
- Často si mimoděk pobrukuji jednu melodii třeba celé dopoledne.

- Když jdu po kuchyni a vidím nějakou sladkost, bezmyšlenkovitě ji беру do rukou a do úst.
- Neustále myslím na jídlo, mám svůj jídelníček pečlivě rozmyšlený.
- Mám přehnané starosti o druhé a o jejich životní situaci.
- Dávám přednost potřebám druhých lidí před svými vlastními.
- Příliš o všem přemýšlím, příliš kalkuluji a všechno počítám.
- Často se zamyslím, zůstanu stát a přestanu vnímat realitu.
- Rád a často s druhými lidmi rozebírám dlouhosáhle osudy druhých lidí a analyzuji je, vždyť druzí lidé jsou vděčným námětem k rozhovorům.

S emocí přemýšlení/starostlivosti jsou spojeny zejména tyto snové obrazy – archetypy:

- země, hlína, písek
- had
- žaludek
- peníze, jídlo
- žena, Matka Země

Emoci sleziny tedy překoná/přemůže emoce jater – emoce akce, síly, dynamiky. Snové archetypy pro tuto emoci jsou následující:

- bujný strom
- keř
- kořeny stromu



Pohádky, které uzdravují emoci starosti/přemýšlení

Obraťme se, stejně jako v minulém čísle, ke klasické pohádce **Tři zlaté vlasy děda Vševěda (Karel Jaromír Erben)** neboli k pohádce o Plaváčkovi. I zde najdeme v podobě obrazu návod, jak překonat emoci přemýšlení/starostlivosti. Plaváček měl při svém emocionálním dozrávání za úkol překonat několik pocitů. Jeden pocit jsme probírali v minulém bulletinu: rozuzlení Plaváčkovy životní úzkosti bylo nalezeno v podobě převozníka na černém moři.

Ztotožníme-li se jako dítě/posluchač pohádky s pocity Plaváčka, zjistíme toto: Plaváček řešil/rozebíral tuto svou situaci a byl i po této stránce emocionálně nedospělý. Když byl tedy králem přinucen vydat se na pouť za dědem Vševědem, dostal se do situace, která konečně uzdravovala jeho životní pocit.

Potom přišel k nějakému městu, ale bylo sešlé a smutné. Před městem potkal stařečka, měl v ruce hůl a sotva lezl.

„Pozdrav pánbůh, šedivý stařečku!“

„Dejž to pánbůh, pěkný mládenečku! Kam tudy cestou?“

„K dědu Vševědu pro tři zlaté vlasy.“

„Aj, aj, na takového posla tu dávno čekáme. To tě hned musím dovést k našemu panu králi.“

Když tam přišli, řekl král: „Slyším, že jdeš s poselstvím k dědu Vševědu. Měli jsme tu jabloň a ta nesla mladici jablka. Když někdo jedno snědl, třeba nad hrobem, omládl zas a byl jako jinoch. Ale dvacet let nenese jabloň ovoce žádného. Slíbíš-li mi, že se děda Vševěda zeptáš, je-li nám jaká pomoc, odměním se ti královsky.“

*Plaváček slíbil a král ho milostivě propustil.**

Odpovědi se Plaváčkovi dostane prostřednictvím matky děda Vševěda, která je v příběhu zároveň Plaváčkovou sudičkou. Plaváčkovi slíbí, že se děda Vševěda na uzdravení jabloně zeptá.

Když stařeček (děd Vševěd, pozn. aut.) usnul, vytrhla mu babička (Plaváčkova sudička a matka Vševěda, pozn. aut.) druhý zlatý vlas a hodila ho na zem.

„Což zase máš, matko?“

„Nic, synáčku, nic! Zdálo se mi o jednom městě, měli tam jabloň, nesla mladici jablka; když někdo zestárnul a jedno snědl, omládl zas. Ale teď dvacet let nenese jabloň ovoce žádného. Je-li jaká pomoc?“

*„Snadná pomoc,“ řekl děd Vševěd. „Pod jabloní leží had, užij rá jí síly. Ať hada zabijí a jabloň přesadí. Ponese zas ovoce jako prve.“**

Plaváček se vydal na zpáteční cestu.

Když přišel do toho druhého města, ptal se ho zase král, jakou jim nese novinu.

„Dobrou,“ řekl Plaváček. „Dejte jabloň vykopat a hada, co najdete pod kořeny, zabijte. Potom jabloň zase vsadte a ponese vám ovoce jako dřív.“

*Král to dal hned udělat a jabloň za noc oděla se květem, jako by ji růžemi obsypal. Král měl velkou radost a daroval Plaváčkovi dvanáct koní vraných jako havrani a na ně tolik bohatství, co mohli unést.**

- tráva
- dřevo

Následující obrazy spojují archetypy a tím je emoce starosti/přemýšlivosti zrušena:

- strom roste ze země a využívá ji
- tráva se pevně zakoření v hlíně a živí se z ní
- had šplhá vzhůru po kmeni a větvích do koruny stromu
- a další

Preparáty vhodné k detoxikaci organismu v souvislosti s emocemi, které jsou spojeny se starostlivostí a přemýšlivostí:

Joalis VelienDren
Joalis VelienHelp
Joalis NeuroDren
Joalis MindDren
Joalis MindHelp
Joalis Cranium
Joalis EmoDren
Joalis VerteDren
Joalis Emoce
Joalis NoDegen
Joalis Streson
Joalis StressHelp
Joalis Vegeton
Joalis Hypotal

Mnoho štěstí při zvládnutí vlastní stále přemýšlející mysli přeje

Ing. Vladimír Jelínek
Foto: autor

Mgr. Yvetta Hánlová – KOŘENY,
kresba, 42 x 29,7 cm

Zabití hada (symbol Země – přemýšlení/starostlivosti) znamená vystoupení z věčného a šířajícího rozebírání životních situací. Znovuzasazení jabloně představuje uzdravující obraz této emoce, květy jabloně a bohatství, které Plaváček dostal, představují štěstí, kterého se Plaváčkovi dostalo, když našel východisko ze svého dětského pocitu.

Obraz zdravého stromu, který je pevně usazen v zemi, je obrazem STROMU ŽIVOTA. Je v něm ukryto tajemství spojení ženského (jinového) a mužského (jangového) prvku. Levá strana, kde jsou uloženy hlavní orgány okruhu sleziny, představuje ženu, matku, Matku Zemi, která se stará, která živí a ze které se tvoří nový život. Pravá strana, kde jsou uloženy hlavní orgány okruhu jater, představuje otce, Otce Nebes, který rozhoduje, dobývá, je akční, tvořivý. Spojením těchto dvou stran vzniká nový život, tedy je to spojení prvku Země alias sleziny a Dřeva alias jater.

Jak již bylo řečeno, s prvkem Země je spojen důležitý symbol hada, který je předurčen k tomu, aby se plazil po zemi, aby ji neopustil. Avšak každý člověk, který touží po větším poznání sebe sama i okolního světa, by měl hada vzdvihnout, to znamená nechat ho, aby vylezl po kmeni do koruny stromů. A přesně to má v indické tradici za pomoci různých cvičení udělat jogín, když má probudit svoji kundalíní. Tato síla „sedí“ u kořene páteře někde v oblasti hráze a pomyslný had je zde podle tradice stočen do tří a půl otoček. Znamená to, že se má tento had probudit a má vystoupit páteří až do hlavy a temenem hlavy ven. Zatímco do oblasti hráze (v indické tradici první čakry) je zasazen prvek ženy (Země), do oblasti nad temeno hlavy (v indické tradici sedmé čakry) je zasazen prvek muže (Nebe, koruna, koruna stromu). Spojení těchto dvou pólů vede k tomu, že člověk dosáhne životní spokojenosti a poznává svoji pravou životní cestu, věci se mu daří daleko lépe a dosahuje též nesrovnatelně lepších výsledků v duševní práci. Ne nadarmo se ve světě pohádek uvádí, že „sníš-li kousek hada, porozumíš řeči ptáků“. Převáděno do praktického života to znamená, že kdo překoná svoje přemýšlení a pouhé zapojování rozumu/ratia v životě, bude se například nesrovnatelně lépe učit cizí jazyky...

* K. J. Erben: Zlatá kniha pohádek. Fragment, Praha 2009

Jsme národ nemocných

V rámci celoevropského výzkumu zdravotního stavu obyvatelstva získal Ústav zdravotnických informací a statistiky data, z nichž vyplývá, že některou z vážných chronických chorob u nás trpí 72 procent lidí starších patnácti let. 53 procent v posledním roce užívalo kvůli své chronické nemoci léky a každý druhý z uvedených 72 procent je svou nemocí v běžném životě omezován. Velkou část chronických nemocí tvoří problémy s bederní a krční páteří. Přitom právě těmto potížím se dá účinně předcházet cvičením. Krom toho se často za řadou problémů s páteří skrývá problém psychický. Tomu by odpovídaly i další údaje – deprese či jiné duševní choroby přiznalo jen šest procent lidí, avšak podle statistik návštěvnosti psychiatrů bude skutečné číslo mnohonásobně vyšší. Podle lékaře Tomáše Karhana jsou výsledky výzkumu mj. důkazem, že systém zdravotnictví je špatně nastaven a nepřistupuje k člověku jako k celku.



nemoc	počet nemocných
problémy s bederní páteří	26,8 %
vysoký krevní tlak	24,4 %
problémy s krční páteří	21,0 %
alergie	17,9 %
gynekologické potíže	11,1 %
revmatoidní artritida	8,5 %
cukrovka	6,7 %
porucha štítné žlázy	6,3 %
astma	5,6 %
žlučové kameny	5,5 %
deprese	5,1 %
ledvinové kameny	4,7 %
bronchitida, rozedma plic	4,0 %
osteoporóza	3,9 %
rakovina	3,0 %
mrtvice a její následky	2,5 %

Zdroj: MF DNES, 18. 9. 2009
Foto: www.samphotostock.cz

Laboratorní hodnoty IV

6. Srdce a krevní oběh

Srdce, plíce a cévní systém jsou základem pro výměnu a transport látek v našem těle. Nemoci a poruchy funkce srdce se většinou diagnostikují pomocí fyzikálních metod (měření tepu a krevního tlaku, EKG, ultrazvuk), pomocí laboratorních vyšetření krve a moče málokdy.

a) Informace o srdeční funkci

Při poškození srdečního svalu se dostávají zvýšenou měrou do krve některé látky. Jsou to zejména srdeční enzymy (LDH, GOT, GPT, CK) a kardiální troponiny (cTnT, cTnI). Hodnoty těchto látek přispívají v případech srdečních obtíží ke stanovení diagnózy. Sleduje se také hladina draslíku, jehož koncentrace má vliv na dráždivost (mj.) srdečního svalu.

b) Analýza krevních plynů

Krevními plyny se rozumí zejm. kyslík (O₂), oxid uhličitý (CO₂) a dusík (N₂). Vyšetření poskytuje informace o výměně plynů v plicích a v acidobazickém hospodaření, o poruchách látkové přeměny nebo poruchách funkce ledvin.

7. Ledviny a močový měchýř

a) Vyšetření moče

Složení moče může poskytnout důležité informace o některých poruchách látkové přeměny i o chorobách ledvin a močových cest. Pro hrubou orientaci se používá vyšetření pomocí testovacích proužků, posuzuje se také barva a koncentrace.

Normální hodnoty moče

cukr (glukóza)	≤ 15 mg/dl
bílkoviny	0–10 mg/dl
erytrocyty	≤ 5 buněk/μl
leukocyty	≤ 10 buněk/μl
nitrid	negativní
bilirubin	10–20 mg/dl
hodnota pH	4,5–8
specifická váha	0,001–1,035
močový sediment:	
epitelové buňky	negativní, příp. ojedinělé
cylindrurie	negativní, příp. ojedinělé
krystaly	ojedinělé

Cukr v moči

Jestliže stoupne hladina krevního cukru nad 180 mg/dl, dá se glukóza v moči prokázat (glykosurie); je to důkaz pro diabetes mellitus.

Bílkoviny v moči

Přítomnost nadměrného množství bílkovin v moči (proteinurie) může signalizovat zánětlivé změny nebo poškození ledvin.

Červené a bílé krvinky

Velké množství krvinek v moči (hematurie) může znamenat záněty, nádorová onemocnění nebo mechanická poranění ledvin a močových cest. Příliš mnoho bílých krvinek (leukocyturie) poukazuje na zánět ledvin nebo močových cest.

Nitrid v moči

Pozitivní výsledek ukazuje na bakteriální infekci močových cest.

Bilirubin v moči

↑ Zvýšená koncentrace bilirubinu může být raným příznakem poškození jater nebo upozorněním, že žlučové cesty jsou vlivem kamenů nebo nádoru uzavřené.

Močový sediment

Cylindry jsou upozorněním na onemocnění ledvin. Množství epitelů se výrazně zvyšuje při zánětech. Krystalické formy svědčí o možné tvorbě kamenů.

Hodnota pH

Hodnota pH závisí především na přijaté potravě.

Bakteriologické vyšetření

Za normální se považuje nález do 10 000 choroboplodných zárodků na mililitr. Pokud je toto číslo vyšší, je zpravidla zapotřebí léčit infekci močových cest.

b) Vyšetření funkce ledvin

K posouzení (mj.) funkce ledvin slouží tyto hodnoty:

- barva a koncentrace moče
- celkové množství bílkovin, albumin v moči, příp. v séru
- močovina v moči, příp. v séru
- kreatin v séru, příp. v moči a stanovení kreatininu
- minerální látky: draslík, vápník, fosfor v séru

Normální hodnoty kreatininu a stanovení kreatininu

	muži	ženy
kreatinin v séru	0,8–1,2 mg/dl, příp. 74–110 μmol/l	
kreatinin v moči	1,2–2,1 g/24 hod.	0,8–1,2 g/24 hod.
kreatininová clearance	75–110 ml/min.	

Kreatinin

Kreatinin je vylučován ledvinami, a proto poskytuje informace o jejich filtrační a vylučovací schopnosti.

↑ Zvýšené hodnoty kreatininu v séru signalizují poruchu funkce ledvin.

↓ Snížený obsah kreatininu v séru se vyskytuje v těhotenství, při úbytku svalové hmoty, při chorobách spojených s atrofií svalů nebo při diabetu typu 1.

Kreatininová clearance

Pro toto vyšetření se musí sbírat veškerá moč po dobu 24 hodin. Z hodnot kreatininu v séru a v moči se vypočítává tzv. clearance. Udává množství plazmy, které se během jedné minuty zbaví kreatininu. Čím je hodnota vyšší, tím je funkce ledvin lepší.

↓ poškozená funkce ledvin

Zdroj: Dietlinde Burkhardtová: *Laboratorní hodnoty*. NOXI, Bratislava 2007

Foto: www.samphotostock.cz

Odchod generální manažerky

Vážení čtenáři, kolegové, oznamujeme vám, že ke dni 28. 2. 2010 ukončila své působení ve firmě Joalis generální manažerka slečna Eva Dostálová. Do doby, než nastoupí nový pracovník, který převezme její povinnosti, se můžete ve věcech obchodu obracet na další zaměstnance firmy Joalis.

MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek

napsali jste nám

Detoxikace a numerologie

Jako detoxikační poradce vím, že tento obor vychází z čínské medicíny a základním prvkem, s nímž pracujeme, je pět orgánů, které spolupracují. Tedy pentagram.



Má žena se zabývá již sedmáct let numerologií. Napsala o této své profesi již dvě knihy, třetí je u nakladatele a mimo to, že jako jediná z numerologů v České republice, a snad i na světě určí karmu (dluhy z minulých životů) z data narození, docela brilantně a s poměrně vysokou přesností diagnostikuje některá onemocnění pouze z data narození klienta.

Zprvu jsem tuto diagnostiku moc nevnímal, spíše jsem to pokládal za součást práce své ženy, ale vzhledem k tomu, že jsme začali úzce spolupracovat a přednášíme na téma „Očista duše a očista těla“, zabředl jsem do této problematiky díky své vrozené analytičnosti takřka po uši.

Uvědomil jsem si, že diagnostika některých chorob, zvláště genetických, dle data narození je velice přesná.

Hannah, má žena, každému klientovi při osobní konzultaci vyhotoví dle data jeho narození numerogram, jehož součástí je také informace o tom, jaká onemocnění jsou již v rodině ze strany rodičů, jakými genetickými zátěžemi může v budoucnu ten který klient trpět a jaká ze oblast v jeho těle zasluhuje pozornost (játra, slinivka, žaludek, srdce a podobně).

Dle práva volby každického jedince se následně mnozí její klienti objeví u mě s tím, že chtějí se svým zdravotním stavem preventivně něco málo dělat a já jsem opravdu překvapen, jak je diagnostika Hannah přesná, neboť to, co je napsáno v numerogramu jako onemocnění stávající, budoucí či genetické, to mi klient buď potvrdí, či později tuto oblast naměřím. A nejenom to – logicky si to také odůvodním.

Například vícečetné čtyřky v datu narození měly mnohé dámy ve věznici, kterou Hannah navštívila a přednášela tam. Obvykle tyto dámy byly umístěny do vý-

konu trestu za spáchání násilného trestného činu spojeného s ublížením na zdraví, v některých případech to byly vražedkyně. A čtverka je dle mé ženy spojena s onemocněním diabetes mellitus. Analyticky a logicky jsem dospěl k závěru, že cukr, který se u nich nachází, vyvolává, jak nás učí MUDr. Jonáš, ve spojitosti s kyslíkem zvýšenou agresivitu a nutkání takto neadekvátně reagovat.

Dále jsem se od své ženy dozvěděl, že lidé, kteří mají v datu narození číslici 5, jsou zdravější a mají jakési blíže nespecifikovatelné samouzdravovací schopnosti. Ihned jsem si tuto informaci spojil s pentagramem základních orgánů a musel jsem souhlasit.

Další číslice, které souvisejí s genetikou a specifickými chorobami, bych prezentoval asi tímto způsobem, ale velice, velice obecně:

- 1** – číslo ovlivňující osobnostní jednání, a to buď agresivitu, či precitlivělost
- 2** – dvojky nám dávají náhled do oblasti stresu a duševních poruch
- 3** – oblast žaludku, slinivky a sleziny
- 4** – problematické číslo; souvisí především s ženskými pohlavními orgány (prsy nevyjímaje), dále pak prostata, žlučník, střeva, kosti, klouby (artritida), bederní páteř a diabetes
- 5** – samoléčící, ovšem pokud je v datu narození pětka více, jsou to náhlé choroby srdeční a mozkové; náhlé sepse
- 6** – cévy, vlny, varixy, varikózní uzly, proudění krve, cirkulace; embolie
- 7** – skryté srdeční nedostatečnosti – kardiomyopatie, tachykardie
- 8** – jednoznačně srdce a kardiovaskulární systém; lidé jsou potivější, trpí únavou, neb se srdce hodně namáhá při oxyličování – systola a diastola
- 9** – mozek; náznak mozkových příhod, úrazů hlavy, migrén, sclerosis multiplex;

tito lidé špatně spí, neboť mají hodně myšlenek v hlavě

Pokud bychom posuzovali jednotlivá riziková čísla dne narození, pak bych zmínil asi tyto dny:

7., 8., 16., 25., 17., 26. jako rizikové a srdeční

14. den – diabetes mellitus

17. den – hlasivky, hrtan, mnohdy alkoholismus

18. den – uši, nos, nosohltan

22. den – alkoholická genetická zátěž; v rodině takového jedince je zcela jistě alkoholik

27. den – sebelikvidační datum; sebezníčení, sebepoškození, léky, alkohol

29. den – je to den, který je označován za číslo nejtěžší karmy a dle toho mají nositelé tohoto dne narození problémy mnohdy nejtěžšího rázu, nečekaně a silně působící

Já osobně této „pseudodiagnostice“ z data narození věřím, neb jsem si v mnoha případech ověřil funkčnost tohoto systému, a tedy než začnu lehkou konverzací s právě příchozím klientem tvořit anamnézu, neopomenu se jej zeptat na datum narození. Věřte, že se mi to vyplácí a potvrzuje, že co číslo, to jiné vibrace a frekvence energií, které zasahují s pravidelnou přesností stejné orgány. Měřením se poté utvrdím v tom, že datum narození je nejenom zrcadlem osobnosti, jejího růstu, cesty, vývoje, proher a výher, ale také docela přesným diagnostickým pomocníkem a zrcadlí se nám všem v tomto čísle obraz našeho těla vnitřního, čili zdraví.

Zbyněk Nesvadba
(redakčně upraveno)

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

Záludnosti potravinové alergie

Chtěla bych vás seznámit se složitějšími případy, u kterých umíme dosáhnout našimi postupy dobrých výsledků, ačkoliv jejich diagnostikování a stanovení postupu léčby je složitější a náročnější. Je to proto, že důsledky potravinové intolerance tvoří vzájemně propletený systém v návaznosti na jiné symptomy různých orgánů a funkcí lidského organismu. Musím konstatovat, že počet složitých případů potravinové intolerance a alergie v poslední době stále roste.

Nejprve uvedu některé základní informace o potravinové intoleranci všeobecně a podrobněji se budu zabývat nejtýpějšími případy potravinové alergie (alergií na kravské mléko, hyperaktivitou, celiakií jako intolerancí rostlinných bílkovin a intolerancí cukru bez diabetu) a každý z těchto typů doložím příkladem ze své praxe.

Potravinová alergie je jednou z kontroverzních oblastí dnešní medicíny. Rozpory nacházíme:

- ve výskytu a v povědomí o její existenci
- v klinické manifestaci a v diagnostických postupech
- v prognóze dalšího vývoje

Tabulka ukazuje nejčastější projevy potravinové alergie podle americké studie z roku 1999:

chronické nachlazení	25–29 %
atopický ekzém	33–60 %
bronchiální astma	2–43 %
kopřivka	11–55 %
bolesti hlavy (migréna)	20–67 %
poruchy soustředění (syndrom neklidného dítěte – ADHD)	
a ostatní afekce CNS	2–73 %
zánět středního ucha	
se sekrecí	25–78 %

Nežádoucí reakce spojené s příjmem potravy můžeme rozdělit **do dvou skupin**:

1. První skupina je **podmíněná imunologickými mechanismy**. Jde o alergie u už-

ším slova smyslu. Alergie je lépe prostudovaná, rozpoznatelná a léčitelná. Může být zprostředkována protilátkami typu IgE, ale i imunokompetentními buňkami.

2. Druhá skupina je méně objasněná a rozvíjí se **bez účasti imunitního systému**. Do této druhé skupiny patří toxické reakce zprostředkované neimunologickými mechanismy, farmakologicky podmíněné reakce, metabolické poruchy a reakce nejasné etiologie. Tyto reakce zařazujeme pod pojem intolerance, v našem případě potravinová intolerance.

Diagnostika této druhé skupiny je značně problematická, protože ani pozitivní nález protilátek není jednoznačným důsledkem alergie. Velmi důležitá a nenahraditelná je anamnéza. Musí být zmínka o přidružených okolnostech, jimiž může být i fyzická zátěž, stres, virové onemocnění, podání léku anebo jen podaný nápoj či obyčejná potravina. Jako potravinové alergen se mohou uplatnit skoro všechny složky potravy. Obvykle jsou to proteoglykany rozpustné ve vodě. Některé jsou velmi přesně definované, jako například antigeny vajec, kravského mléka, sóji nebo ryb.

Seskupení aminokyselin obsažených v určitém potravinovém alergenu nemusí být v přírodě jedinečné. Podobnou skladbu mohou mít buď příbuzné, nebo úplně odlišné potraviny anebo součásti okolního prostředí, například pylová směs. Z toho



vyplývá, že vytvořené protilátky proti takovému seskupení budou reagovat s podobnou, někdy i shodnou skupinou aminokyselin obsaženou kdekoli jinde. Tento proces se označuje jako **zkřížená alergie**. Nejčastěji se s ní setkáváme u pacientů s alergií na pyl břízy. Až sedmdesát procent takových pacientů je současně přecitlivělých na ořechy, jablko, kiwi, kořenovou zeleninu, peckovité ovoce.

Nesmíme zapomenout, že existuje i zkřížená alergie mezi jednotlivými potravinami navzájem, např. kravské mléko – hovězí maso, kravské mléko – kozí mléko, mezi jednotlivými druhy ryb, mezi pšenicí a ji-



nými obilninami, mezi mlékem a banánem. U dětí je až 93 procent potravinových alergií způsobeno těmito osmi alergeny: kravské mléko, vaječný bílek, obilné zrna, arašidy, stromové ořechy, sója, ryby a mořské plody. U dospělých převládá alergie na ovoce, zeleninu, mléko, obilí, chemické látky.

Nejčastější typy potravinové alergie

1. Alergie na kravské mléko

Historie potravinové alergie je dlouhá. První údaje o nežádoucích účincích potra-

vin se objevily už před dvěma tisíci lety. Už v roce 370 před n. l. Hippokrates jako první popsal nežádoucí reakci na potraviny. Uváděl, že kravské mléko může být příčinou gastritidy a kopřivky. O pět set let později Galén popsal případ gastrointestinální a kožní reakce po požití kravského mléka. Tak bych mohla pokračovat až do současnosti. Od roku 1950 více prací uvádělo intoleranci mléčné bílkoviny, která úměrně stoupala s poklesem kojení a nahrazováním mateřského mléka náhradními přípravky.

Příznaky alergie na bílkoviny kravského mléka jsou pestré. Příznaky ze strany zažívacího traktu nejčastěji doplňují příznaky kožního systému a asi u třetiny pacientů příznaky dýchacího systému. Nejčastěji se alergie začíná vyvíjet v prvním až třetím roce života, kdy může mít tyto příznaky až osm procent dětí. Jako příčina se předpokládá nezralost imunitního systému, stejně jako zvýšená propustnost střevní stěny pro makromolekuly.

Příznaky ze strany gastrointestinálního traktu: zvracení, průjem, břišní kolika, neprospívání, nechutenství, obstrukce, zejména u starších dětí.

Kožní příznaky: U alergických pacientů může požití i malého množství kravského mléka způsobit rychlý nástup kožních symptomů nebo zhoršit chronické projevy jako atopická dermatitida, kopřivka. Kožní změny jsou nejčastěji lokalizované na lících, v loketních a kolenních jamkách.

Příznaky respiračního traktu: Až 20–30 % se může manifestovat jako nachlazení, zánež středního ucha, přetrvávající kašel, pískání. Tyto příznaky se mohou vyskytovat samostatně nebo se mohou kombinovat. Často se setkáváme i s chudokrevností, která nereaguje na farmakologickou léčbu. Z vlastní zkušenosti mohu říci, že v mnohých případech je příčinou obtíží nejen bílkovina kravského mléka, ale i laktóza a mléčný tuk.

Příklad z mé praxe

Šestiletý pacient, dítě z druhé gravidity, křížený nebyl, kojený 22 měsíců. Alergie na léky a potraviny nezjištěná. Léky neuzívá. Současný stav: Asi šest měsíců přetrvává zduření krčních lymfatických uzlin, chrápání, nachlazení, kašel. Pacienta přivedla matka.

Při EAV vyšetření byla zjištěna infekční ložiska v plicích, v lymfatické tkáni a uzlinách, kasein, metabolická porucha – laktóza a živočišné bílkoviny, dále virová infekce a virový toxin (CMV). Pacient a jeho matka byli poučeni o dietě, byly nasazeny preparáty Bambi Imun, Bambi Angin, Abelia Metabolis.

Kontrola za půl roku: Chlapec nemocný nebyl, nachlazení nemá, nekašle, ale zase začal v noci chrápat. Přetrvává porucha metabolismu živočišných bílkovin a zkrížená reakce – vaječný bílek, kořenová zelenina, luštěniny, špenát. Byly nasazeny

preparáty Bambi Imun, Lymfatex, Bambi Sinus*.

A zase se potvrdila nedůslednost v dodržování rad. Po roce se ozval otec pacienta (který zpočátku našemu vyšetření EAV nevěřil), že má dojem, že stanovený postup je správný, protože po zařazení mléčných výrobků do stravy se celkový stav dítěte zhoršil. 17. 3. 2008 přišli tedy na vyšetření oba. U dítěte přetrvává porucha metabolismu živočišných bílkovin, z dalších zátěží mléčný tuk, ořechy, ovoce, kořenová zelenina, paraziti (*Enterobius vermicularis*). Doporučené preparáty: Imun, Lymfatex, Sinus*.

2. Hyperaktivita, autismus

Lehká mozková dysfunkce, nověji ADHD, není problém, který by měl jedinou příčinu anebo jediný příznak. Jde o soubor příznaků, které se mohou vyskytovat společně i jednotlivě, avšak mají společného jmenovatele – oslabené funkce CNS. Jde o drobná poškození mozku různého původu – např. odchylky v jednotlivých částech mozku, ve stavbě neuronových spojení, snížený průtok krve, odchylky v elektrické aktivitě mozku, nízká hladina neurotransmiterů dopaminu, serotoninu. Příčinou ADHD ale může být také velmi diskrétní poškození plodu v průběhu nitroděložního života anebo v průběhu porodu, kdy nejsou mozkové struktury dostatečně zralé, zejména v čelních lalocích. Tato oslabení doprovází více příznaků jako porucha pozornosti, problémy se soustředěním a pamětí, poruchy učení, poruchy pohybové koordinace, vývojové poruchy řeči a poruchy chování. Uvedené obtíže nemají vliv na intelekt dítěte, a proto je k nim třeba přistupovat komplexně jako lékař, rodič, pedagog, psycholog. Na základě vyšetření, která jsem provedla, konstatuji, že jednou z častých příčin tohoto onemocnění je i porucha metabolismu.

Příklad z mé praxe

Pětiletý chlapec z první rizikové gravidity, porod překotný pro komplikaci matky, křížený, uložený v inkubátoru. Pro hyperreflexii, zvýšené svalové napětí, byl rehabilitovaný Vojtovou metodou. Kvůli celkovému neprospívání málo přibíral, byl a je sledovaný neurologem. Vzhledem k výraznému nepokoji, nesoustředěnosti a opožděnému vývoji řeči byl odeslán k psychologovi a ten poslal dítě ke mně. Dítě přišlo v doprovodu otce, a tak vyšetření mohlo proběhnout jen zkráceně, ale i tak byla zjištěna porucha metabolismu živočišných a rostlinných bílkovin a lehká dětská encefalopatie. Doporučila jsem stravu s vyloučením mléka, mléčných výrobků, lepku a přípravky Gli-Glu, Abelia Metabolis.

Kontrola v doprovodu matky za dva měsíce: Stav se výrazně zlepšil, chlapec lépe spolupracuje, začíná opakovat jednoduchá slova, začal si hrát, chvíli vydrží při jed-

noduché činnosti. Při vyšetření EAV byla zjištěna zátěž očkovacími látkami, zejména DTP a Trimovax (spalničky, rubeola a parotitida). Matka doplnila anamnézu v tom smyslu, že dítě mělo dvakrát herpes na rtu a drobné herpetické bradavice na horních končetinách. Na cílenou otázku matka reagovala, že po porodu se jí vytvořily virové bradavice a molusky, které jí odstranili kryoterapií. U dítěte byla zjištěna metabolická porucha aminokyselin, jednoduchých cukrů a živočišných bílkovin. Doporučená terapie: Deimun Aktiv, Gli-Glu, Metabol. Pevně doufám, že o dalším zlepšování zdravotního stavu Filipka vás budu moci někdy v budoucnosti informovat.

3. Intolerance rostlinných bílkovin – celiakie

Celiakie je glutenová intolerance, permanentní nesnášenlivost sliznice tenkého střeva vůči glutenu, charakterizovaná různými klinickými příznaky a různým stupněm malabsorpce u geneticky predisponovaných jedinců. Onemocnění je charakterizované abnormálním histologickým nálezem na sliznici tenkého střeva, kde dochází k atrofii (snížení) slizničních klků.

Malabsorpční syndrom je celý soubor příznaků, které svědčí pro poruchu resorpční (vstřebávací) funkce tenkého střeva. Předpokládá se enzymatický defekt, který blokuje rozštěpení polypeptidu – glutenu (lepku) a bílkovinné peptidázy v epitelu sliznice. Důsledkem slizničních změn je porucha resorpce, tedy vstřebávání uhlovodanů, bílkovin, tuků, minerálů a vitaminů.

Celiakie se může projevat v různých obdobích života. Co vede k tomu, že u některých jedinců se spouští mechanismus intolerance a vzniká hypersenzibilita organismu vůči glutenu, není přesně známo. Histologické vyšetření po biopsii tenkého střeva má rozhodující význam pro stanovení diagnózy v klasické alopatické medicíně, pro niž je stanovení klinického obrazu a diagnostiky složité, náročné, dlouhotrvající a drahé. Nepotvrzení celiakie nebere do úvahy poruchu metabolismu rostlinných bílkovin, tedy jejich intoleranci, a ani ji neřeší.

Příznaky onemocnění mohou být:

- gastrointestinální příznaky
- nutriční deficit – zástava růstu, svalová hypotonie, velké břicho, bolest břicha, nechutenství, rachitida, kožní projevy
- poruchy chování – hyperaktivita, mrzutost, negativismus

U dospělých jsou kromě klasického plně vyvinutého obrazu onemocnění i formy s mnohopočetnými a různými projevy onemocnění jiných systémů.

Protože metabolická porucha vytváří celou řadu obtíží, které jsou individuální, musí být i náš přístup k pacientům přísně individuální. Všichni pacienti však mají



společný základ – dietu, tj. kategorické vyloučení potravin s obsahem lepku ze stravy. Druhým základem je individualita pacienta podle cíleného vyšetření a obtíží, kde rozhodujeme nejen o dietě, ale také o posloupnosti doporučených preparátů, aby výsledný efekt byl pozorovatelný a pacient si uvědomil svůj zlepšující se zdravotní stav.

Vždy záleží na tom, jaký přístup k pacientovi zvolíme, jak se nám podaří přesvědčit ho o nutnosti spolupráce. To znamená, že výsledek našeho společného úsilí více závisí na něm a na tom, jak důsledně bude dodržovat dietu a naše další doporučení při používání jednotlivých přípravků.

Příklad z mé praxe

Žák čtvrté třídy, velmi dobře se učí, nebývá nemocný. Chlapec je spíše obézní než podvyživený, stolice pravidelná, bolesti břicha jen občas. Na vyšetření se dostavili pro časté, až migrenózní bolesti hlavy s negativním neurologickým nálezem. Rodinná anamnéza – matka má též migrenózní bolesti hlavy. Pro dítě odmítá léky proti bolesti, protože podle vlastní zkušenosti ví, že problém neřeší. Proto vyhledali pomoc alternativní medicínou.

Vyšetření EAV: potravinová alergie, choroby trávicího ústrojí, infekční ložiska v hy-

potalamu, mozkových sinech, mandlí, plicích, tenkém střevě, paraziti a parazitární toxin, streptokokové toxiny, porucha metabolismu rostlinných tuků. Doporučila jsem preparáty Metabex, NoBacter, Pulmo a dietu s omezením tuků.

Kontrola po třech měsících: Chlapec překonal neštovice a od té doby je opakovaně nemocný. Hodně kašle (převážně suchý dráždivý kašel). Bolesti hlavy jsou méně často, ale podle jeho slov o hodně silnější.

Měření EAV: infekční ložiska v plicích, v paranazálních dutinách, v mandlích a v tenkém střevě, gluten, bakteriální infekce, *Chlamydia pneumoniae*, *Mycoplasma pneumoniae*, imunitní slabost, infekční ložisko v lymfatických uzlinách a plicích, metabolická porucha – porucha metabolismu rostlinných bílkovin a rostlinných tuků, dále snížená protibakteriální imunita, protichlamydiová imunita, zátěž jaterní buňky.

Doporučeny byly preparáty Pulmo, RespiDren, Metabex, Imun a dieta s vyloučením mouky a vybraných potravin, olej jen Carotino (červený palmový olej).

Kontrola po dalších třech měsících: Cítí se dobře, zhubl šest kilogramů, vyrostl pět centimetrů, učí se dobře, hlava ho nebolí. Byla zjištěna autoimunita, celiakie, genetická vada, epigenetické změny, porucha

metabolismu rostlinných bílkovin a rostlinných tuků. Doporučila jsem pokračovat v dietě a užívat preparáty Epigen, Gli-Glu, Metabex, Cranium.

Kontrola po půl roce: Přetrvává porucha metabolismu rostlinných bílkovin a přidala se porucha metabolismu jednoduchých i složitých cukrů. Infekční ložisko v pankreatu, karence vitamínů, kasein, lipidy, otrava metabolity, snížená protivirová imunita. Pacientovi byla doporučena přísná dieta s vyloučením cukrů, mouky a mléka a preparáty PankreaDren, Metabol, Infovit, Virtox.

Kontrola za další tři měsíce: Chlapec zhubl, vyrostl. Ani jednou neměl migrenózní bolesti hlavy, cítí se velmi dobře a dodržuje dietu.

V tomto případě chci připomenout, že matce jsem též zjistila celiakii, nyní se úspěšně léčí.

4. Porucha metabolismu uhlohydrátů

Uhlohydráty (škroby) jsou po chemické stránce složeny z molekul cukru. Ty, které se skládají z jedné molekuly cukru, nazýváme jednoduché cukry (monosacharidy); mezi ně patří glukóza (hroznový cukr) a fruktóza (ovocný cukr). Uhlohydráty skládající se ze dvou nebo více molekul cukru se nazývají složité cukry (polysacharidy); mezi ně patří např. řepný a třtinový cukr (sacharóza), mléčný cukr (laktóza) a sladový cukr (maltóza).

Jednoduché cukry se nemusí štěpit, lehce se dostávají do krevního řečiště a jsou zdrojem energetické pohotovosti pro organismus. Složité cukry jsou rozkládané ve střevě na jednotlivé molekuly cukru a až potom se vstřebávají do krve.

Poruchy metabolismu cukrů jsou všeobecně známé, označujeme je jako cukrovka (diabetes). Při této nemoci dochází k defektu tvorby inzulínu, který štěpí jednoduché cukry. Existují však i poruchy, které nejsou závislé na inzulínu, to je tzv. diabetes druhého typu.

My se setkáváme právě s touto poruchou metabolismu jednoduchých i složitých cukrů, která se projevuje netypickými příznaky, jako je nevolnost, podrážděnost, pocit točení hlavy, únava anebo poruchy spánku. O této poruše se prakticky neuvazuje, protože uhlohydráty představují podstatnou část naší stravy (brambory, mouka, zelenina a ovoce). Tyto potraviny se konzumují ve velkém a konzumuje se jich mnohem více, než organismus potřebuje. Nevyužitý cukr si organismus ukládá do zásob v podobě tuku okolo orgánů i ve formě podkožního tuku. To je pro tělo dobré jen v jednom směru – jako zásoba, kterou může přeměnit (když to potřebuje) opět na cukr. Ovšem přebytečné

cukry nejen vážou více vody, ale jsou také živnou půdou pro množící se plísně.

Příklad z mé praxe

Děvče z třetí gravidity, kojená šest týdnů, potom náhradní mléka. Neprosívávala, často zvracela. Pro podezření na intoleranci kravského mléka dostávala sójové mléko. Psychomotorický vývoj v normě, ale asi v pátém měsíci matka vyslovila podezření, že dítě neslyší, nereaguje na oslovení. Dívka byla hospitalizovaná na ORL oddělení, kde jí kvůli poruše sluchu doporučili naslouchací aparát – po osmi měsících nošení se nálezy upravily. Pacientka nebyvala často nemocná, dobře prospívala, ale stále si stěžovala na občasně bolesti břicha. Na obvodě byla opakovaně přeléčena Vermoxem pro parazitární nákazu (*Enterobia vermicularis*). Obtíže se po nástupu do školy stupňovaly. Dietu nedodržovali, proto byla dívka hospitalizována na dětském oddělení fakultní nemocnice s diagnózou alergie na laktózu a s doporučením, že může kysané mléčné výrobky. Stav se upravil jen přechodně, a proto vyhledali moji pomoc.

Vyšetření EAV: potravinová alergie, alergie na zvířata (kočka, křeček, morče, exotické ptactvo), *Helicobacter* a jeho toxin (měla ho i matka), kasein, mucin, porucha metabolismu aminokyselin, jednoduchých cukrů, živočišných bílkovin, živočišných tuků, snížená protivirová imunita. Bylo doporučeno užívat Metabex, VelienDren, *Helicob.*

Kontrola po roce: Pokud dodržovali dietu, dívka se měla dobře a rodiče si mysleli, že to už stačí. Přetrvává a zhoršuje se únava, časté bolesti břicha a hlavy, průjem nemá. Výrazná chuť na sladké. Přibrála. Byla zjištěna infekční ložiska v hypotalamu, mozkových sinech, tenkém střevě, v pankreatu, dále intolerance glutenu, kaseinu, porucha metabolismu živočišných bílkovin, rostlinných bílkovin, jednoduchých a složitých cukrů. Doporučila jsem dietu s omezením cukrů, škrobů, mléka a mléčných výrobků a preparáty Metabol, PankreaDren, VelienDren, MindDren.

Kontrola po třech měsících: Pacientka zhubla pět kilogramů, dietu dodržuje, cítí se dobře, občas ještě mívá bolesti hlavy, učí se dobře.

Na závěr chci ještě zdůraznit, abychom si všichni, kdo s řízenou a kontrolovanou detoxikací pracujeme, uvědomili, že máme v rukách skutečně „záračný“ nástroj, který klasická medicína nemá. Je jen na nás, jak se k této metodě a způsobu jejího použití postavíme. Využívejme ji tedy rozumně pro zdraví a spokojenost svých pacientů.

MUDr. Zdenka Vlachová

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

* Tento preparát v současné době není k dispozici.

Neváhejte a pište!

Bulletin Joalis info hledá spolupracovníky z řad terapeutů praktikujících řízenou a kontrolovanou detoxikaci organismu.



Naším cílem je:

publikovat články na odborné úrovni, ale zároveň srozumitelné široké veřejnosti

zařadit více témat zaměřených na detoxikaci

umožnit terapeutům výměnu zkušeností a názorů na stránkách bulletinu

Psaní a publikování článků je pro vás jako autora přínosem:

zhodnotíte své zkušenosti

můžete se profesně realizovat a rozvíjet

prezentujete se před širokým publikem

Finanční odměna

Za uveřejněný článek v rozsahu dvou normostran* nabízíme odměnu ve výši 1000 Kč.

Pište nám také své krátké postřehy, komentáře nebo dotazy – k bulletinu, ke konkrétním tématům, k preparátům i k detoxikaci obecně.

Více informací vám ráda sdělím na číslech 221 732 031, 602 681 495 nebo na e-mailech bulletin2010@seznam.cz, p.kotkova@joalis.eu.

Petra Kotková
Mgr. Petra Kotková

* dvě normostrany = 60 řádků strojopisu

MUDr. Zdenka Vlachová

Paní doktorka Vlachová má obrovský dar vyprávět. Při rozhovoru s ní člověk na chvíli zapomene na čas a nechá se unášet proudem jejích příběhů. Doufám, že se mi podaří zprostředkovat vám alespoň část z tohoto zážitku...



Paní doktorko, vy jste vystudovala klasickou medicínu. Co vás přimělo, že jste začala působit také na poli medicíny alternativní?

Po studiích jsem vykonávala běžnou praxi obvodního pediatra. K alternativní medicíně jsem však vždycky měla blízko. Když se vyskytla první možnost, absolvovala jsem homeopatický kurz rakouské školy. Potom jsem na zkrácený úvazek pracovala v jednom homeopatickém centru, kde jsem dělala poradce jako dětský lékař. Do povědomí lidí se postupně začalo dostávat, že existuje i homeopatická možnost léčby některých onemocnění, a tak se mi škála pacientů začala rozrůstat. Někteří pacienti homeopatii neuznávali, ale jiní ji naopak přímo vyžadovali. A u určitých diagnóz si dovolím tvrdit, že homeopatic-

ká léčba opravdu stačila k tomu, aby se zdravotní stav dítěte zlepšil.

Kdy u vás alternativní medicína zvítězila?

V naší rodině se stala taková menší tragédie s mým manželem. Lékaři konstatovali, že můj manžel zemře, a já jsem se s tím nedovedla smířit. To rozhodlo, že jsem se začala více věnovat tzv. alternativní medicíně. Všechny tyto události mě přesvědčily, že existují věci mezi nebem a zemí a že jsou nemoci, které klasická medicína nedovede řešit. Netvrdím, že není potřeba vůbec, při určitých základních diagnózách má samozřejmě svoje opodstatnění. Potom jsem absolvovala několik přednášek MUDr. Jonáše v Bratislavě. Když jsem se podrobněji seznámila s touto problematikou, oslovilo mě to natolik, že jsem s jeho metodou začala

pracovat. Brzy jsem ale cítila jakousi schizofrenii myšlení, protože jsem léčila jinak dopoledne a jinak odpoledne, a tak jsem svou pediatrickou ambulanci ukončila.

Předpokládám, že jste (alespoň zpočátku) pracovala především s dětmi. Je nějaký rozdíl v průběhu detoxikace u dětí a u dospělých?

Dětem obvykle pomůžete daleko dříve než dospělým, protože ta toxická látka nemá takovou razantnost nebo nepůsobila v organismu takovou dobu, aby mohla způsobit změny. Takže ten úspěch potom vidíte daleko rychleji a častěji a tím si následně přikloníte na svou stranu další děti a jejich rodiče.

MUDr. Jonáš radí

Sluneční alergie

Dobrý den, pane doktore, co byste doporučil na sluneční alergii (silně svědivá vyrážka ze slunečního záření)? Děkuji za odpověď.

Ing. Světlana Librová, Domažlice

Určitá skupina lidí, a není jich právě málo, reaguje na intenzivní sluneční osvit výskytem tzv. exantému, tedy vyrážky, či změnami na kůži, které vyplňují místa vystavená slunci. Obvykle se tyto kožní reakce vyskytují ve výstřihu, na rukách, krku a obličeji. Tento druh kožních problémů bývá nazýván sluneční alergie. Lidé se před těmito problémy chrání tím, že si exponovaná místa zakrývají či se vůbec slunci vyhýbají anebo používají oleje s tzv. vysokým UV filtrem.

Tyto kožní reakce bývají vyvolány právě ultrafialovým (UV) zářením slunečního spektra. Méně intenzivní slunce příznaky sluneční alergie vyvolává jen málokdy, takže tito lidé v našem mírném pásmu nebývají postiženi ani při slunečných dnech. Vyhýbají se ovšem činnosti s názvem opalování.

Příčiny těchto změn jsou obdobné, jako jsou příčiny jiných alergických zánětů vyskytujících se na sliznicích. Sliznice, která

je vystavena kontaktu s cizorodou bílkovinou, musí být očištěna a organismus, resp. jeho mozek, vyšle pokyny k příslušné imunitní reakci vedoucí k odstranění cizorodé bílkoviny. Na místě expozice se shromáždí buňky imunitního systému, které jsou typické pro likvidaci tohoto problému, a tedy i pro vznik zánětu, který takový hojivý proces doprovází. Kromě buněk z řady bílých krvinek se na místě setkání s cizorodou bílkovinou vyskytuje i řada látek, které řadíme do kategorie humorální imunity. Tyto látky jsou produkovány různými buňkami v různých orgánech; mezi tyto buňky patří mastocyty, které volně putují vazivovým systémem. Při sluneční alergii dochází vlivem dráždění ultrafialovou složkou slunečního spektra k uvolnění těchto látek, především histaminu, dochází tedy k nepřiměřené humorální (látkové) reakci.

Jak už víme z detoxikace alergické reakce, je do této nepřiměřené odpovědi zapojen mozek. V tomto případě příslušná část mozku své pokyny nevydává v souladu se závažností situace. Pro kožní alergii je typické větší zapojení nervového systému do problému, než tomu bývá u alergií slizničních. Kožní tkáň je protkána velkým množstvím



V mnoha případech jsem si potom časem uvědomila, že nyní bych dokázala pomoci i těm dětem, kterým jsem jako pediatr pomoci nedokázala. Mám na mysli například bolesti břicha u dětí, které se vždycky svedly na nějakou psychickou poruchu nebo strach ze školy či z rodičů. Možná, že to se strachem nemělo nic společného, třeba to byly problémy s trávením nebo metabolické poruchy. Často pak stačí jenom doporučit změnu stravovacích návyků.

Můžete uvést konkrétní příklad?

Přišla maminka s chlapečkem starým asi tři a půl roku. Opakovaně ležel v nemocnici na kožním, vždycky měl břicha prstů poprasakaná úplně do krve. Pokaždé mu dali nějaké hormonální masti, chvíli ležel v nemocnici se zavázanýma rukama. Zahojilo se to, ale po příchodu domů se totéž za pár týdnů objevilo znovu. Vyšetřením EAV jsem zjistila, že dítě má intoleranci lepku. Mamince jsem tedy řekla, že mu nesmí dávat žádné moučné výrobky, rohlíky, chléb, piškoty apod. Na to mi maminka odpověděla: „Paní doktorko, to snad není možné, vždyť to dítě od malička žádný chleba ani piškoty nechťelo. A já jsem mu to přesto nutila.“ Tehdy jsem si uvědomila, že děti jako kdyby poslouchaly svoje tělo, jako kdyby samy věděly, co je pro ně nejlepší. Děti nejsou na rozdíl od dospělých zatíženy tím, co by měly dělat nebo co se sluší... Když dítě řekne, že něco nechce, obvykle při vyšetření zjistím, že to pro něj opravdu není vhodné.

**V čem vás detoxikace podle doktora Jo-
náše zaujala především?**

Klasická medicína je vlastně exaktní věda, to znamená, že léčí jenom to, co může dokázat. Existuje však mnoho diagnóz, jako např. celiakie, infekce boreliemi, mykoplazmaty či chlamydiemi, při nichž nelze změřit toxiny v těle. Laboratorní technika měří jenom titer protilátek, které si organismus vytvoří, když se setká s nějakým infekčním agens. Tyto protilátky mají různé stupně, např. stupeň IgA signalizuje onemocnění v akutním stadiu, IgG značí to, co si organismus „pamatuje“. Jestliže nenaměříme v organismu tyto protilátky, potom ve své podstatě to onemocnění neexistuje, není na základě čeho pacienta léčit. A přitom tento pacient může mít očividné příznaky například chronické boreliózy.

Metoda detoxikace podle doktora Jonáše dává možnost zjistit, že je boreliový toxin přítomný, a disponuje přípravky, které ho můžou pomoci vyloučit z organismu. Tím lze zastavit proces neurotoxického působení boreliového toxinu na organismus. Boreliový toxin je schopen vyvolat celou řadu příznaků: slabé ruce, slabé nohy, brnění, slabost chůze, poruchy rovnováhy, onemocnění oka, nebo i poruchy srdečního rytmu. A klasická medicína pak jenom zjistí, že pacient má poruchy rytmu. Nedovede zjistit z čeho, pacient dostává betablokátory apod. U nás ale stačí, když mu potom (dle vyměření) nasadíme např. Spirobor a CorDren nebo CorHelp a stav pacienta se výrazně zlepší. V tom tedy vidím velký přínos.


**Hlavním tématem tohoto čísla jsou aler-
gie. Jaké máte zkušenosti s řešením této
problematiky?**

S dětskými alergiemi mám zkušenosti mnoho, přednášela jsem o nich i na konferencích. Málokdo třeba ví, ačkoliv se o tom zmiňuje odborná pediatrická literatura, že existuje tzv. zkřížená reakce určitých potravin. Jako příklad takové zkřížené reakce můžeme uvést laktózu a banán nebo laktózu a kořenovou zeleninu. Nebo alergie vyskytující se brzy na jaře, tj. alergie na lísku nebo na břízu, mají zase zkříženou reakci s celerem a s jablkem.

V čem spočívá princip zkřížené reakce?

Určité organické látky mají podobnou strukturu a liší se třeba jen tím, na kterém místě je na uhlíkovém řetězci napojena skupina OH. Má-li tělo alergickou pohotovost, nedovede v té rychlosti rozlišit tyto malé nuance.

**Paní doktorko, pracujete, studujete uni-
verzitu třetího věku, přednášíte. Zbývá
vám čas ještě na nějaké koníčky?**

Moje práce i studium jsou zároveň mými koníčky. Ale na prvním místě jsou moje děti a vnoučata. Jak říkám, jsem fungující babička, takže léto, každé prázdniny i každou volnou chvíli s nimi trávím. Vždycky říkají: „Babičko, vyprávěj nám, jak to bylo.“ A tak si vyprávíme, vzpomínám i na svou maminku. Myslím si, že to, co rodina jednou má, co zažije, by svým dětem měla předat, aby se to zúročilo. Rodinnou pohodu, v jaké děti vyrůstají, pak předávají zase dál a v tom vidím smysl života. Kvůli tomu jsme tady, to je naše poslání. 

Mgr. Petra Kotková

*Zmiňovanou přednášku MUDr. Vlachové
si můžete přečíst na str. 20.*


nervových struktur, především tzv. nervových zakončení, která přenášejí tepelné, dotykové a polohové vjemy, řídí činnost kožních žláz, reaktivitu kožních cévek i celý kožní systém, který je – jak uvádím v přednášce o kůži – obrovským hormonálním a imunitním systémem. Právě spojením mezi mozkem a těmito kožními nervovými strukturami nefunguje v případě sluneční alergie tak ideálně, jak bychom očekávali.

Z této úvahy pak vyplývá i detoxikace. Toxiny mohou obecně pocházet ze tří skupin: mikrobiální ložiska, anorganické i organické toxiny z našeho okolí a metabolické toxiny. Všechny tři typy toxinů se mohou zúčastnit porušení činnosti jakékoliv tkáně, příčinu sluneční alergie tedy budeme hledat v přítomnosti těchto tří toxinů.

Ložisek v nervovém systému se budeme v případě alergie zbavovat kombinací LiverDrenu a Crania, preparátu odstraňujícího ložiska z mozku. K tomu musíme použít NeuroDren odstraňující ložiska z periferního nervového systému a Vegeton pro očištění autonomního nervového systému.

Takovou kombinaci v Analergu, jakožto komplexním protialergickým preparátu, nemáme, neboť s Analergem se nepočítá pro využití v případě sluneční alergie. Můžeme však tento preparát použít jako dílčí preparát, ke kterému musíme další prostředky přidat. Těmi dalšími preparáty bude NeuroDren, Vegeton a CutiDren.

Může však nastat i situace, která je pak z hlediska detoxikace komplikovanější. Toxin produkovaný vzdálenými orgány může natolik iritovat nervový systém kůže, že ten bude reagovat na intenzivní stimulaci ultrafialovým zářením. Mám na mysli toxin, který je obvykle produkovan ložisky ze střeva, z lymfatického systému i z jiných orgánů. V tom případě bychom museli místo produkce tohoto toxinu vyměřit testováním Salvií a příslušný orgán detoxikovat. Ve většině případů však vystačíme s Analergem a s preparáty, které jsem již jmenoval a které se týkají periferního a autonomního nervového systému. Celou detoxikaci pojistíme CutiDrenem, protože víme, že alergická reakce vzniká jen v tom orgánu, ve kterém se nachází ložisko, jež svými toxiny poškozují fyziologickou funkci příslušné tkáně.

Sluneční alergie patří mezi zdravotní problémy, pro které neexistuje jiné medicínské řešení než detoxikace. Detoxikací však dosáhneme stoprocentního úspěchu a dotyčným postiženému jedinci umožníme rekreovat se bez omezení a nebezpečí kožní reakce na slunce. 

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

Máte i vy nějaký dotaz?

Pište na e-mail p.kotkova@joalis.eu nebo na adresu redakce. Na vybrané příspěvky budeme reagovat.

Reakce na článek Balená voda versus voda z kohoutku



Na základě literatury, kterou cituji dále, ani balená voda, ani voda z kohoutku není zdravá k pití a způsobuje usazování anorganických minerálů v těle člověka, např. v mozku, cévách a tepnách a dalších měkkých tkáních.

Obsáhle o tom pojednává kniha amerických lékařů-biologů Paula C. Bragga a jeho dcery Patricie Braggové „Šokující pravda o vodě“ s podtitulem „Proč umíráme předčasně“, kterou vydala Fontána v Olomouci roku 1998. Kniha samozřejmě dále uvádí, jaká voda je k pití, popř. vaření nejlepší. Nejlepší voda je v syrovém ovoci a zelenině, která obsahuje i využitelné vitamíny a minerály, a dále destilovaná voda.

Manželé Drahomíra a Karel Červení v knize „Encyklopedie léčivých potravin“, kterou vydala a vytiskla Neografia, a. s., v Martině v roce 1994 (v současné době vyšlo asi novelizované vydání v Neografii Bratislava), na straně 180, v odstavci „Nápoje – voda“ uvádějí:

„Tělo však potřebuje čistou vodu (H₂O). Nejlepší je voda, která pochází přímo z čerstvého, syrového, přírodním způsobem vypěstovaného ovoce a zeleniny. Dále zbývá pít vodu získanou parní destilací, která neobsahuje minerální soli, těžké kovy a další nečistoty. Destilovaná voda pomáhá tělu filtrovat přebytečné minerální látky. Tím se odbourávají nanesené nečistoty a zvápněliny.“ V závěru odstavce „Nápoje – voda“ je uvedeno, že k pití je vhodná slabě mineralizovaná voda, destilovaná voda, čerstvě vylisované ovocné a zeleninové šťávy a bylinkové čaje z destilované vody.

Já sám piji destilovanou vodu asi šest let bez újmy na zdraví. Vodu vyrábím v destilačním přístroji AQUA 5. Je-li to možné, prosím o uveřejnění tohoto vyjádření v příštím čísle.

Děkuji

Ing. Ervín Kožuszník
(redakčně upraveno)

Názory uvedené v této rubrice se nemusí shodovat s názory redakce. Redakce nenesе odpovědnost za správnost údajů zde uvedených.



Zaujalo vás také nějaké téma, o kterém jsme psali? Napište nám!

Na vaše příspěvky se budeme těšit na e-mailu p.kotkova@joalis.eu nebo na adrese redakce.

zachyceno v síti



Je Actimel opravdu prospěšný?

Britský úřad ASA, který ve spojeném království dbá na pravdivost reklam, zkoumal, zda je pití jogurtu Actimel opravdu zdraví prospěšné, jak to tvrdily britské reklamy. Došel k závěru, že nápoj žádný podstatný vliv na zdraví nemá.

Úředníci si nechali předložit všech 24 vědeckých studií, které podle firmy Danone dokazují, že je pro školáky pití jogurtu dobré. Mezi nimi byly např. dvě studie provedené v dětských centrech v USA a Rusku. Děti, které pily Actimel (navíc dvojnásobnou dávku, než je doporučena), neměly prokazatelně menší problémy se zažíváním než ty, které výrobek nepily. Stejně nepřesvědčivé byly údajně i studie, které zkoumaly vliv pití Actimelu u dětí s astmatem nebo u těch, jež mají chronickou rýmu či průjmky.

Podle mluvčího britské pobočky Danone prováděli studie lidé, kteří mají bohaté zkušenosti s klinickými testy, s probiotickou pediatrií i imunologií a kteří jsou uznáváni mezinárodní vědeckou veřejností.

Inspektoři z ASA uvedli, že předložené studie nebyly špatné, ale zároveň nebyly tak dobré, aby prokázaly to, co tvrdily. ASA proto vzkazuje: žádné zázraky od Actimelu nečekejte, je to jen jogurt.

Zdroj: MF DNES, 15. 10. 2009
Ilustrační foto: www.actimel.cz

Mrkev obecná

(*Daucus carota*)



V dobách mého dětství pro mě byla mrkev takřka noční můrou. V nepravidelných, leč bohužel krátkých intervalech se objevovala v nepříliš lákavé podobě na talíři ve školní jídelně jako příloha prakticky k čemukoli. Výhrady ohledně chuti odbyvali dospělí poučením, že mrkev je zdravá. Časy se ale mění, takže dneska už vím, že a) z mrkve se dají vytvořit opravdu chutné pokrmy a b) dospělí měli pravdu.

Čerstvý kořen (*Radix dauci*) obsahuje vitaminy (zejm. A, B a C), cukr, karoten a důležité zásadité nerostné látky. S úspěchem se proto používá při stavech vyčerpání, v rekonvalescenci, k úpravě trávicích poruch a při podvýživě. Podává se také (vzhledem k velkému obsahu karotenu) při jaterních chorobách a střevních zánětech.

K terapeutickým účelům se používá i plod (*Fructus dauci*), který se osvědčil při srdečních chorobách a hypertenzi. Sklízí se krátce před dozráním, okolíky se seřezou, vymlátí a semeno se dosuší. Nálev z plodů (jedna čajová lžička na šálek vody) je vhodný při zánětech dolních cest močových a zadržování vody v organismu.

Kde můžete mrkev najít, asi není třeba nijak zvlášť rozebírat: od nížin po podhorské oblasti, na lukách, mezích, u cest a rovněž na zahrádkách. A samozřejmě – v supermarketech. :-)

Náš tip

Na důkaz, že z mrkve se dají připravit lahodné pokrmy, jsme této zelenině věnovali i dnešní rubriku Zdravě & chutně.

Zdroj: J. Korbelař, Z. Endris, J. Krejča: Naše rostliny v lékařství. Avicenum, Praha 1973

Jahodník obecný

(*Fragaria vesca*)

Používání jahodníku jako léčivé rostliny je známo již od starověku. Pro tyto účely se užívá list (*Folium fragariae*) volně rostoucích druhů. Listy se sbírají v době květu (od května do září) a suší se ve stínu nebo při umělé teplotě do 40 °C. Obsahují tříslovinu, značné množství minerálních látek, kyselinu jablečnou a acetylsalicylovou, vitamin C a další látky.

Droga příznivě působí při zánětech střevní sliznice spojených s průjmami, při chorobách ledvin a ledvinových kamencích (mírně se svaří tři gramy listů na dva šálky vody). Zevně se používá k obkladům při krvácivých hemoroidech a mokvavých ranách a ke kloktání při zánětech dutiny ústní. Jahodníkové listy se také s oblibou používají do čajových směsí.

Jahodník roste hojně na pasekách, lesních křovinatých stráních či v příkopech, od nížin až po horské pásmo. V lidových tradicích byl často spojován se skřítky, přírodními duchy a dalšími nadpřirozenými bytostmi. Pro snazší kontakt s těmito bytostmi bylo zvykem pít o letním slunovratu jahodové víno nebo čaj. Lístek jahodníku u sebe lidé nosili pro štěstí a jahody podávali jako pokrm lásky.

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

Ilustrace: J. Korbelař, Z. Endris, J. Krejča: Naše rostliny v lékařství. Avicenum, Praha 1973



Dnes s Mgr. Evou Jonášovou

Mrkvový dort

250 ml zastudena lisovaného slunečnicového oleje, 230 g hnědého přírodního cukru, 3 vejce v bio kvalitě, 230 g pohankové mouky, polovina kypřícího prášku bez fosfátů, špetka soli, 1 lžička perníkového koření, 250 g hrubě nastrouhané karotky, 100 g sekaných mandlí a ořechů, sójový jogurt

V míse rozšleháme olej s cukrem a vejci. Opatrně přimícháme mouku, kypřící prášek, karotku a ořechy s mandlemi. Směs vlijeme do vymazané formy a třicet až čtyřicet minut pečeme v hodně předehřáté troubě na 180 °C. Vychladlý dort ozdobíme sójovým jogurtem, ovocem a ořechy.



Zelenina v těstíčku

Žampiony, mrkev, pórek, Hraška (směs s hrachem na obalování), Tamari (přírodní sójová omáčka), olivový olej, sůl

Mrkev a pórek nakrájíme na kolečka a spolu se žampiony podusíme na páře. Hrašku smícháme s vodou na řídké těstíčko a osolíme. Jednotlivé kousky zeleniny namáčíme v těstíčku a smažíme v olivovém oleji. Namáčíme v mističce se sójovou omáčkou Tamari.

zachyceno v síti

Unie povolila upravené brambory

Evropská komise po sedmiletém schvalování povolila pěstování geneticky upravených brambor z laboratoří německé firmy BASF. Jde o bramboru Amflora, která je teprve druhá povolená upravená rostlina. Bude se používat pro průmyslové podniky a krmení zvířat.

Zdroj: MF DNES



Společnost Joalis s. r. o. hledá obchodního ředitele.

Požadujeme znalost dvou světových jazyků, kreativní obchodní zdatnost, loajálnost k firmě a ochotu k intenzivní práci. Nabízíme zajímavou práci s perspektivou osobního růstu a motivační platové ohodnocení.

Přihlášky do výběrového řízení spolu se stručným životopisem posílejte na e-mailovou adresu p.kotkova@joalis.eu.

kalendář akcí

NOVÝ SYSTÉM VZDĚLÁVÁNÍ

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
4. 5. 2010	12.00–17.00	Seminář III A	Mgr. Marie Vilánková, Vladimíra Málová	www.joalis.eu	650 Kč
6. 5. 2010	17.00–18.00	Zkouška 1. stupně		e-mail	0 Kč
12. 5. 2010	9.30–15.30	Seminář III B	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	1000 Kč
12. 5. 2010	13.00–16.00	Seminář IV „Plíce“	MUDr. Josef Jonáš	www.joalis.eu	499 Kč
19. 5. 2010	18.30–20.30	Videokonference	MUDr. Josef Jonáš	www.joalis.eu	249 Kč
20. 5. 2010	9.00–11.00 13.00–15.00	Zkouška 2. stupně		ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	299 Kč
26. 5. 2010	15.00–17.00	Seminář V „Deprese“	MUDr. Josef Jonáš	www.joalis.eu	499 Kč
27. 5. 2010	10.00–12.00	Zkouška 2. stupně v Brně		Body Centrum, Cejl 7, Brno, poradna č. 2	299 Kč*
2. 6. 2010	15.00–17.00	Seminář V „Borelióza“	Mgr. Marie Vilánková	www.joalis.eu	499 Kč

Informace: ECC Praha, tel./fax 274 781 415, e-mail: eccpraha@joalis.cz

Přihlášky na Seminář III B v Brně a Zkoušku 2. stupně v Brně: Body Centrum, Cejl 7, 602 00 Brno, tel. 545 241 303

Číslo účtu pro kongresové dny a on-line systém vzdělávání: 205 511 314/0300

Více informací naleznete na www.joalis.eu.

*Platba na místě. Vstupenku na ostatní semináře zakoupíte v e-shopu.

Připravujeme:
LETNÍ ŠKOLA I VE FRYMBURKU
 22. 7. – 25. 7. 2010
LETNÍ ŠKOLA II VE FRYMBURKU
 25. 7. – 30. 7. 2010

REGIONÁLNÍ PŘEDNÁŠKY

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

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
18. 5. 2010	17.00–18.00	Meridiány lidského těla	Alena Svobodová	1. regionální centrum, Na Florenci 19 A, Praha	0 Kč
2. 6. 2010	17.00–18.00	Psychika ženy a její detoxikace	Vladimíra Málová	1. regionální centrum, Na Florenci 19 A, Praha	0 Kč

Frýdek-Místek, Městská knihovna Frýdek-Místek, Hlavní 111 (Modrý salonek)

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>	<i>cena</i>
20. 5. 2010	17.00–19.00	Vznik (nejen) chronických zdravotních problémů a jejich řešení metodou detoxikace	Jana Frnková	Městská knihovna, Hlavní 111, Frýdek-Místek	0 Kč

Informace: www.joalis.cz

Nutno přihlásit se předem:

1. regionální centrum řízené a kontrolované detoxikace, Na Florenci 19 A, 110 00 Praha 1, tel.: 221 732 220, e-mail: regionálnicentrum@joalis.cz

Frýdek-Místek, Hlavní 111, Jana Frnková, tel.: 775 312 766, e-mail: jane.f@volny.cz

PŘEDNÁŠKY V RÁMCI SVĚTOVÉHO TÝDNE RESPEKTU K PORODU

<i>datum</i>	<i>čas</i>	<i>název akce</i>	<i>lektor</i>	<i>místo konání</i>
17. 5. 2010	14.00–15.00	Život nezačíná porodem	Alena Svobodová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
17. 5. 2010	15.00–16.00	Potraviny vhodné pro Tebe a Tvé dítě – možnosti a výhody diagnostiky EAM při testování metabolismu a potravin	Ing. Radka Krejčová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
21. 5. 2010	14.00–15.00	Řízená a kontrolovaná detoxikace podle MUDr. Josefa Jonáše	Alena Svobodová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
21. 5. 2010	15.00–16.00	Detoxikace před početím	Vladimíra Málová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
23. 5. 2010	10.00–11.00	Detoxikace před početím	Vladimíra Málová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu
23. 5. 2010	11.00–12.00	Potraviny vhodné pro Tebe a Tvé dítě – možnosti a výhody diagnostiky EAM při testování metabolismu a potravin	Ing. Radka Krejčová	Kino Perštýn, Praha, Světový týden respektu k porodu

LETNÍ ŠKOLY VE FRYMBURKU

22. 7. – 25. 7. a 25. 7. – 30. 7. 2010

- Salvie, teorie měření a program EAM set
- Detoxikační medicína a čínský pentagram
- Informace a holografie
- Obsah nebezpečných kovů v potravinách a jejich toxické působení na náš organismus
- Imunita a základy mikrobiologie
- Psychosomatický koncept detoxikační medicíny
- Nervová soustava
- Pět základních emocí jako základní modely způsobu fungování vegetativního nervového systému. Spojení emocí a snových archetypů. Způsob ovládnání emocí pomocí vlastní mysli.
- Okruh jater, ekzém
- Toxické kovy a radioaktivní látky. Důvody, proč se v organismu usazují toxiny.
- Únava
- Gluten – hlavní zdravotní problémy spojené s glutenem
- Plísňe
- Diskuse na téma „Lymfatické cesty z pohledu detoxikační medicíny“
- Emoce a archetypy – promítání jihokorejského filmu s přírodními motivy o příčině a následku s následným výkladem.
- Způsoby manipulace lidské psychiky pomocí emocí aneb jak se nenechat energeticky využívat. Praktické ukázky. Souvislost detoxikace a dosažení spokojené mysli.
- Souhrn nejdůležitějších toxinů z praktického pohledu očima toxikologa aneb 10 let historie nalézání, opouštění a znovunalézání detoxikačních přístupů s Joalisem.
- Diskusní odpoledne. Zkušenosti z detoxikační praxe.
- Holografie a informace
- Mykobakterie
- Metabolismus bílkovin a tuků
- Diskuse na téma „Ženská problematika“
- Člověk v pohybu. Detoxikace svalové soustavy a její souvislost s meridiány čínské medicíny. Vztah stavu šlach a stavu jater.
- Deprese
- Migréna, bolesti hlavy
- Mikrobiální toxiny a infekční ložiska
- Bolesti páteře



Joalis Analerg

Alergie je zdravotní porucha, která může mít celou řadu různých příčin. Mezi ně patří např. mikrobiální ložiska v mozku, v játrech, v dýchacím systému či ve střevě, intolerance lepku anebo oslabení tkáně vlivem blokování emocionálního konfliktu.

Komplexní preparát Analerg je složen z mnoha dílčích informačních komplexů, které jsou zaměřeny na jednotlivé orgány nebo jednotlivé poruchy, jež ve svém celku způsobují alergickou reakci. Rozsah komplexu Analerg je velký, takže ke zvládnutí alergie obvykle stačí jen tento jediný preparát.

Různými typy alergií trpí stále více lidí. Zmírnění či úplné vymizení alergických obtíží jim pomůže výrazně zlepšit kvalitu jejich života. Preparát Analerg proto zaujímá přední místo v sortimentu firmy Joalis.

Náš tip

Vzhledem k širokému spektru jeho účinků doporučujeme užívat preparát Joalis Analerg téměř v každé kúře zaměřené na chronické zdravotní poruchy.



Více informací najdete v rubrice Galerie preparátů.

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

