

# RAK TO NIE WYROK



**1** ODZYSKAJ KONTROLĘ NAD SWOIM ZDROWIEM

# Spis treści

Wstęp /9

Zmiana stanowiska szpitala Johnsa Hopkinsa w leczeniu nowotworów /13

Polityka i uwarunkowania w medycynie /18

Co to jest medycyna naturalna i czym różni się od medycyny konwencjonalnej? /33

1. Świadome macierzyństwo, zdrowa matka /40

Matka /40

Toksyny u matki i noworodka /43

Zawartość minerałów i witamin w żywności i ziemi /52

Szkodliwość sztucznych witamin /53

Karmienie piersią /55

Ojciec /58

Ciąża /59

Dwa słowa na temat płci /60

Wpływ promieniowania na płód /62

Co może dziać się podczas ciąży? /62

Plamy ciążowe /62

Poranne mdłości /63

Czy można wyleczyć zespół Downa? /63

Jak ciąża może zabezpieczyć przed rakiem? /64

Uwaga na leki przyjmowane w czasie ciąży! /65

Szczupłe, dużo jedzące dzieci /65

Dokładność i wiarygodność badań laboratoryjnych /66

Jak przygotować się do ciąży? /67

2. Układ nerwowy /70

3. Układ hormonalny /76

Bariera krew-mózg a zdrowie /82

4. Szczepionki – co jest faktem, a co mitem? /89

Liczba szczepionek /95

Rtęć /95

|                                                                                                    |      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Aluminium                                                                                          | /98  |
| HPV                                                                                                | /101 |
| WZW                                                                                                | /103 |
| Grypa                                                                                              | /104 |
| Polio                                                                                              | /107 |
| Inne szczepionki                                                                                   | /108 |
| Szczepionki GMO                                                                                    | /109 |
| Uszkodzenia układu nerwowego                                                                       | /110 |
| Czy szczepienia w czasie ciąży są bezpieczne, skoro ich bezpieczeństwo nie było testowane?         | /111 |
| Nagła śmierć niemowląt po szczepionce                                                              | /113 |
| Jak rozpoznać, czy szczepionki spowodowały uszkodzenia mózgu?                                      | /119 |
| Tabele przedstawiające dane na temat wpływu szczepień na zdrowie                                   | /122 |
| Nieznane opinie lekarzy na temat szczepień                                                         | /126 |
| Szczepionki a inteligencja                                                                         | /131 |
| Szczepienia źródłem infekcji, chorób i epidemii?                                                   | /132 |
| Czy dzieci nieszczepione są zdrowsze?                                                              | /133 |
| Szczepienia – jak zarabiać krocie, nie ponosząc odpowiedzialności, czyli prawdziwe oblicze biznesu | /136 |
| Sposób na eliminację ludności i kolosalne zyski poprzez promowanie chorób                          | /142 |
| Podsumowanie                                                                                       | /146 |
| Najlepsza szczepionka na świecie                                                                   | /151 |
| Petycja                                                                                            | /152 |
| Jak zabezpieczyć się prawnie?                                                                      | /152 |
| 5. PSI ( <i>Psychoanalyse Structural Intuitive</i> )                                               | /154 |
| Odpinanie                                                                                          | /170 |
| Emocjonalne blizny i negatywne myślenie                                                            | /171 |
| Skuteczność antydepresantów                                                                        | /172 |
| Stres prowadzi do depresji i innych chorób psychicznych                                            | /172 |
| Leczenie                                                                                           | /175 |
| 6. Zrogowaciały naskórek, odciski, blizny                                                          | /183 |
| 7. Toksyny środowiskowe i ich wpływ na zdrowie                                                     | /185 |
| 7.1. Toksyny w żywności                                                                            | /188 |
| Herbicydy – nawozy sztuczne a zdrowie i środowisko                                                 | /188 |
| Nawozy                                                                                             | /190 |
| Herbicydy                                                                                          | /196 |
| Miód i cynamon                                                                                     | /207 |
| Dodatki do żywności                                                                                | /209 |

|                                                                                                    |      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Koloranty                                                                                          | /212 |
| Sztuczne substancje smakowe                                                                        | /213 |
| Konserwanty                                                                                        | /213 |
| Organizmy modyfikowane genetycznie (GMO)                                                           | /215 |
| Zdrowa żywność                                                                                     | /232 |
| 7.2. Plastiki, BPA                                                                                 | /233 |
| PVC                                                                                                | /235 |
| Ftalany                                                                                            | /237 |
| Niebezpieczne PFC                                                                                  | /238 |
| Niespodziewane źródła toksyn                                                                       | /239 |
| Chemiczne środki rakotwórcze                                                                       | /240 |
| 7.3. Sztuczne estrogeny, układ hormonalny                                                          | /241 |
| Ksenoestrogeny                                                                                     | /241 |
| Metaloesrogeny                                                                                     | /245 |
| Nanocząsteczki                                                                                     | /245 |
| 7.4. Toksyny w kosmetykach i środkach czystości                                                    | /248 |
| Kosmetyki                                                                                          | /248 |
| Środki czystości                                                                                   | /259 |
| Podsumowanie                                                                                       | /264 |
| Kremy przeciwsłoneczne, okulary                                                                    | /266 |
| 7.5. Czy leki chemiczne i terapie medyczne, jak chemio-, radioterapia czy chirurgia, są szkodliwe? | /276 |
| Leki chemiczne a układ hormonalny i zdrowie                                                        | /277 |
| Znieczulenie ogólne                                                                                | /281 |
| Beta-blokery                                                                                       | /282 |
| NSAID                                                                                              | /283 |
| Biznes farmaceutyczny                                                                              | /285 |
| Zęby a zdrowie                                                                                     | /286 |
| Efektywne usuwanie toksyn za pomocą oleju                                                          | /295 |
| 7.6. Metale ciężkie                                                                                | /296 |
| Cynk                                                                                               | /298 |
| Rtęć                                                                                               | /298 |
| Ołów                                                                                               | /305 |
| Aluminium                                                                                          | /306 |
| Kadm                                                                                               | /311 |
| Nikiel                                                                                             | /312 |
| Kobalt                                                                                             | /313 |
| Arsen                                                                                              | /314 |
| Bibliografia                                                                                       | /317 |

go. On stanowi klucz do zachowania zdrowia w każdym okresie życia i godnego starzenia się, a jego wpływ staje się najbardziej widoczny po 40. roku życia. Estrogen, progesteron, testosteron, kortyzol, DHEA, hormon wzrostu, tarczycy, insulina są głównymi hormonami odpowiadającymi za zdrowie, nastrój, popęd seksualny, energię, apetyt czy metabolizm. Ich poziom zmienia się znacząco wraz z upływem lat lub w zależności od czynników zewnętrznych i po nim można określić, jak długo będziesz żyć. Cała chemia mózgu jest uzależniona od właściwej równowagi hormonalnej – jej brak prowadzi do depresji, niepokoju, bezsensowności czy zaniku funkcji poznawczych. Może też spowodować dramatyczne zmiany w metabolizmie, prowadzące do przyspieszonego starzenia oraz chronicznych, a nawet zagrażających życiu chorób. DHEA to w zasadzie prohormon, z którego wytwarzane są inne hormony; jest zwany fontanną młodości i zabezpiecza mózg przed utratą pamięci. Poważne zmiany hormonalne zachodzą w organizmie w wieku około 40–50 lat, gdy zaczynasz odczuwać zmęczenie, zaczyna ci brakować celu w życiu i sił do dążenia do niego, spada sprawność seksualna i coraz szybciej odkłada się tłuszcz. Wiedz, że możesz znacząco te objawy wyeliminować i odzyskać chęć życia.

## Bariera krew–mózg a zdrowie

W zasadzie ten podrozdział powinien być umieszczony w ramach rozdziału o układzie nerwowym, ale skoro piszę tu też o systemie hormonalnym, to umieściłem go w rozdziale dotyczącym hormonów. Wiesz już, jak ważne są układy nerwowy i hormonalny, chociaż na ich temat wiele w tej książce nie napisałem. Jeżeli chcesz być zdrowy, niemądrze zakładać, że z nimi jest wszystko w porządku lub że mają niewielki wpływ na zdrowie czy też że nie można ich w żaden sposób wyregulować. Praca tych układów może łatwo ulec zakłóceniu, jeżeli w organizmie jest więcej toksyn, niż nasz układ wydalniczy jest w stanie zneutralizować i wydalić. Najważniejszą częścią naszego organizmu jest ośrodkowy układ nerwowy, a zwłaszcza mózg, do którego dostępu broni specjalna przeszkoda nazwana barierą krew–mózg, odkryta w 1985 roku przez dr. Paula Ehrlicha. Ma ona specjalne zadanie nie przepuszczać do mózgu substancji, które mogłyby go uszkodzić. W rzeczywistości przy nieuszkodzonej barierze tylko kilkanaście substancji jest do niego przepuszczanych, w tym glukoza, cholina, amino-

kwasy. Przysadka mózgowa czy podwzgórze nie są objęte tą barierą. Podwzgórze kontroluje układ hormonalny i jednocześnie znajduje się w układzie nerwowym, gdzie blisko współpracuje z korą mózgową czy hipokampem. Jakikolwiek przedostające się do niego toksyny mogą w łatwy sposób wpłynąć na wydawanie przez niego błędnych poleceń zarówno dla układu hormonalnego, jak i nerwowego. W konsekwencji może to w prosty sposób zakłócić równowagę i być przyczyną poważnych schorzeń.

Uszkodzony przez toksyny układ hormonalny przyczynia się do otyłości, cukrzycy, raka, chorób reumatycznych itd. Skoro aż takie zakłócenia mogą wywołać toksyny w podwzgórzu czy przysadce mózgowej, to jest pewne, że jeszcze większe uszkodzenia zdrowotne mogą być powodowane przez toksyny, które przedostaną się do mózgu niechronionego barierą krew–mózg. A przedostaną się wtedy, gdy z jakichś powodów ta bariera przestanie być tak szczelna, jak być powinna. Jeśli kobieta podczas ciąży miała w organizmie pełno toksyn, w czasie rozwoju płodu i jego mózgu, który jest bardzo wrażliwy na czynniki zewnętrzne, zwłaszcza w fazie rozwoju i wtedy, gdy bariera krew–mózg nie jest kompletnie wykształcona, to w przyszłości ta bariera siłą rzeczy musi być mniej szczelna. Jako mniej szczelna tym bardziej będzie podatna na przepuszczanie do mózgu uszkadzających go toksycznych substancji<sup>6-9</sup>.

Musimy więc poznać, jakie przyczyny osłabiają tę barierę, bo idzie tu o dużą stawkę, którą jest nasze zdrowie psychiczne, fizyczne, chęć do życia, motywacja do osiągnięcia celów, bo chyba nikt nie chce przeżywać swojego życia jako chroniczny pesymista, zdenerwowany tym, że rano ma wstać z łóżka. Wiadomo, że bariera krew–mózg wykształca się około 6. miesiąca życia, chociaż niektórzy twierdzą, że jej kompletne wykształcenie następuje około 4. roku życia. Przyjmijmy, że jest ona wykształcona już w 6. miesiącu. Teraz dodajmy wiedzę, że aluminium znajduje się prawie w każdej szczepionce i uszkadza barierę krew–mózg, podwyższając jej przepuszczalność poprzez podwyższanie dyfuzji transmembranowej<sup>10-12</sup>. Odpowiedz sobie na pytanie, czy jeśli szczepionki miałyby służyć polepszaniu zdrowia, to czy powinny być stosowane przed 6. miesiącem życia dziecka? Okazało się, że aluminium nawet w formie adiuwantu aluminium (forma najczęściej stosowana w szczepionkach) może znaleźć drogę do mózgu<sup>13</sup>. Dodatkowo, podobnie jak rtęć, aluminium może wywołać autoagresję organizmu,

co jest przyczyną wszystkich chorób autoimmunologicznych<sup>14</sup>. Tak, dobrze przeczytałeś: AUTOAGRESJĘ!

Teraz już wiesz, skąd bierze się taka plaga wszelkiego rodzaju chorób autoimmunologicznych, w tym nowotworów! Praktycznie każdy został ileś razy zaszczepiony, więc w słabszych organizmach rozwinął się atak organizmu na jego własne komórki dzięki szczepionkom z zawartością aluminium i rtęci!

Bazując na badaniach naukowych, zobaczysz, jak różne substancje chemiczne, w tym te znajdujące się w szczepionkach, uszkadzają nasz układ hormonalny oraz tę niezwykle ważną barierę chroniącą nasz „centralny komputer”. Potwierdziła to analiza 6 zmarłych w 48 godzin po zaszczepieniu dzieci w wieku 4–17 miesięcy! Wszystkie stosowane szczepionki zawierały aluminium, a u dzieci znaleziono uszkodzenia systemu nerwowego, bariery krew–mózg, mikroglej w hipokampie, naciek na oponie miękkiej spowodowany przez makrofagi i limfocyty<sup>15</sup>.

Uszkodzenie bariery powoduje, że bakterie i wirusy, tak jak wspomniane toksyny typu rtęć, aluminium oraz inne, które nigdy nie powinny się znaleźć w mózgu, przedostają się do niego i go uszkadzają. Towarzyszące im wirusy czy bakterie, mając obfitość pożywienia w postaci glukozy, gdyż tylko na niej pracuje mózg, rozwijają się i uszkadzają system nerwowy. Najbardziej znane to krętki boreliozy i kiły. Uszkodzenie systemu nerwowego owocuje świetnym podłożem do rozwoju wszelkich chorób, w tym najbardziej znanych, jak choroba Alzheimera, stwardnienie rozsiane (łac. *sclerosis multiplex* – SM) czy choroba Parkinsona. Niedowłady kończyn, paraliże wynikają często z wylewu krwi i przyblokowania danego nerwu.

W takiej sytuacji skutecznie pomóc może jedynie klawiterapia. Bariera mózgowa jest zbudowana z ciągłej warstwy komórek śródbłonna o wysokim oporze elektrycznym, gdzie m.in. potencjał elektryczny działa jak filtr. Oczywiście dziury w barierze powodują, że powstają też dziury w polu elektrycznym i dzięki temu obce substancje mogą się do niego przedostawać. Brak jodu, cynku, kwasów tłuszczowych, witamin powoduje niedorozwój tej bariery. Wzrost zachorowań na nowotwory mózgu świadczy dobitnie, że fale elektromagnetyczne wpływają destrukcyjnie na opór elektryczny tej bariery, powodując wzrost jej przepuszczalności. Lekarze doskonale o tym wiedzą, gdyż podając niektóre leki, stosują ultradźwięki, aby umożliwić ich przejście do mózgu.



Jak zbadano – wszelkiego rodzaju promieniowanie, już o mocy 0,0001 W, powoduje przepuszczalność tej bariery. Dzieje się tak pewnie dlatego, że w mózgu znajduje się magnetyt, który jest czuły na pole magnetyczne. W związku z tym tłumaczenie i przekonywanie, że wpływ wież przekaźników telefonii komórkowej czy nagminne używanie telefonów komórkowych, mikrofalówek czy sieci Wi-Fi jest bezpieczne, to bzdura wyssana z „portfela zysków”, a nie informacja oparta na jakichkolwiek sensownych badaniach czy racjonalnych obserwacjach. Wystarczy dodać, że moc 0,0001 W jest o wiele mniejsza niż ta, którą wytwarza telefon komórkowy podczas rozmowy, więc o czym tutaj mówić?

Bariera mózgowa może być też uszkodzona przez nadmierny stres, podczas którego podwzgórze uwalnia hormon kortykoliberynę, który z kolei uwalnia kortykotropinę, a ta zwiększa przepuszczalność bariery krew–mózg. Leki chemiczne, narkotyki, alkohol, utrzymujący się stan zapalny, nadmierne gorąco i zimno to kolejne czynniki osłabiające tę barierę. Traumatyczne uszkodzenia mózgu powodują najczęściej zwiększenie produkcji histaminy, która występuje przy alergiach, a wyraźne uszkodzenia tego narządu mają wpływ na podwyższenie wrażliwości na dany pokarm. Substancje takie jak glutaminian sodu (ang. *monosodium glutamate* – MSG) oraz inne dodatki w kiepskiej jakości żywności, używane w celu polepszenia jej smaku, również uszkadzają tę barierę i mózg. Wydaje się, że neurotransmitery, jak serotonina czy GABA (kwas gamma-aminomasłowy), pozytywnie oddziałują na jej przepuszczalność, gdyż podawanie GABA w przypadku tzw. dziurawego jelita często sprawia, że są eliminowane alergie pokarmowe – główny powód tej choroby. Wiążąc to z histaminą i biorąc pod uwagę, że podczas alergii występuje ona w zwiększonym stopniu, a alergia może występować przy uszkodzeniach mózgu i neurotransmitery mogą tę alergię wyeliminować, możemy stwierdzić z dużą pewnością, że są to relacje silnie powiązane i brak jednego elementu nie pozostaje bez wpływu na drugi. Jak więc można w beztróski sposób „leczyć” np. zapalenie migdałków, skoro wiadomo, że to zapalenie jest powodowane wirusem mononukleozy, który źle leczony może – i coraz częściej tak się dzieje – prowadzić do pojawienia się nowotworu w późniejszym okresie życia! Jak można się łudzić, że leczy się alergię, gdy nie bierze się zupełnie tych rozpoznanych powiązań pod uwagę?



# RAK TO NIE WYROK



2 ODZYSKAJ KONTROLĘ NAD SWOIM ZDROWIEM

# Spis treści

Wstęp /9

- 7.7. Powietrze – jego wpływ na długość i jakość życia /10
  - Zanieczyszczenia powietrza /16
  - Skóra – jej rola i zadania /20
- 7.8. Woda – jej jakość i mało znana rola w funkcjach życiowych /25
  - Chlor /33
  - Brom /36
- 7.9. Chemioterapia – co jest faktem, a co mitem? /38
  - W jaki sposób onkolodzy czerpią spore zyski z chemioterapii? /45
  - Podsumowanie /46
- 7.9.1. Promieniowanie, naświetlanie i ich wpływ na zdrowie /53
  - Naświetlania /55
  - Promieniowanie elektromagnetyczne i jego wpływ na zdrowie /74
  - Promieniowanie geopatyczne, żyły wodne /89
- 8. Sen – jego rola i znaczenie dla zdrowia /94
  - Bezsennność /99
  - Chrapanie /100
- 9. Dlaczego właściwe pH organizmu jest tak niezwykle ważne dla zdrowia? /102
  - Tabela wpływu niskiego pH na organizm /109
  - Żywność zakwaszająca /110
  - Tabela pH żywności /114
  - Czy niskie pH organizmu sprzyja rozwojowi raka? /116
  - Bezpieczny i skuteczny sposób naprawy mechanizmu kontrolującego nasze pH oraz inne sposoby alkalizacji, czyli podnoszenia pH /117
- 10. System trawienny – o jego mało znanej roli i wpływie na zdrowie /126
  - Kwas żołądkowy jako niezbędny element zdrowia /126
  - Enzymy trawienne, bez nich ani rusz... /137
- 11. Flora jelitowa – o co tu chodzi? /145
  - Rak jelita /152

12. Alergie i ich faktyczne przyczyny /156
13. Stan zapalny – efekt czy przyczyna raka i chorób autoimmunologicznych? /163
  - Aminokwasy /168
  - Żywność powodująca stan zapalny /169
  - Jak zmniejszyć stan zapalny i stracić kilogramy? /169
  - Wolne rodniki i ich mało znana rola w leczeniu /170
  - Antyoksydanty /175
  - Dwa słowa o chrząstce stawowej /182
14. Układ odpornościowy – wszystko, co potrzebne, by zabezpieczyć się przed chorobami /185
  - Jak wzmocnić grasicę? /188
  - Zbyt silny układ odpornościowy /196
15. Zakażenia wirusowe, bakteryjne, grzybicze i pasożytnicze /197
  - 15.1. Wirusy i związane z nimi problemy /197
    - Nadmiar gorąca /212
  - 15.2. Bakterie a choroby /213
    - Bakterie w służbie zdrowia /221
    - Ugryzienia komarów i innych owadów /223
  - 15.3. Grzyby, pleśnie /227
  - 15.4. Pasożyty /228
16. Układ krwionośny /230
  - CRP (C-reactive protein, białko C-reaktywne) /231
  - Cholesterol /232
  - Statyny /244
  - Galektyna-3 /249
  - Trójglicerydy /250
  - Lipoproteina (Lp) /251
  - Homocysteina /251
  - Gęsta krew, skrzepy /256
  - Choroba wieńcowa (choroba niedokrwienna serca) /259
  - Dusznica bolesna /261
  - Zawał serca nie wynika z wysokiego poziomu cholesterolu /262
  - Co robić w przypadku ataku serca? /263
  - Wylew krwi i udar /264
  - Arytmia /266
  - Żyłaki /266
  - Nadciśnienie /267
  - Niskie ciśnienie /272

|                                             |      |
|---------------------------------------------|------|
| Cudowna molekula                            | /274 |
| Transfuzja krwi                             | /281 |
| 17. System odtoksyczniania organizmu        | /283 |
| 17.1. Nerki                                 | /285 |
| Schemat obiegu energii chińskiej            | /286 |
| Mocz                                        | /288 |
| 17.2. Wątroba                               | /289 |
| Schorzenia wątroby                          | /296 |
| Badania laboratoryjne wątroby               | /298 |
| Plamy wątrobowe                             | /300 |
| 17.3. Układ limfatyczny                     | /301 |
| Choroby układu limfatycznego                | /309 |
| Inne typy chorób                            | /311 |
| Genetyka                                    | /313 |
| W jaki sposób leczyć raka?                  | /315 |
| W jaki sposób korzystać z <i>Raportów</i> ? | /323 |
| TCM (tradycyjna medycyna chińska) a rak     | /330 |
| Do wszystkich...                            | /334 |
| Bibliografia                                | /337 |

## 12. Alergie i ich faktyczne przyczyny

Alergie pokarmowe wynikają (pewno powiesz, że znowu się powtarzam) głównie z często chronicznie niskiego poziomu kwasu żołądkowego, zniszczonej flory bakteryjnej, jak również ze zniszczonej wyściółki w jelicie, gdzie zamiast kosmków są prawie gładkie ścianki, co prowadzi do stanu zapalnego. W związku z tym mikroelementy nie są wychwytywane w jelitach i przyswajane, ale w dużej części wydalane.

Są one również wyrazem nadmiernej, a może właśnie właściwej reakcji na obce białka oraz niektóre składniki żywności lub środków chemicznych, uznane przez organizm za zagrożenie. To nic innego jak wiadomość dla nas, że robimy coś, czego nasz organizm nie toleruje.

Alergie to przekleństwo naszych czasów, spowodowane głównie zanieczyszczeniami środowiska oraz osłabieniem systemu wydalinczego, hormonalnego i odpornościowego, a w następstwie oddechowego oraz trawienneego. Jest chorobą „doskonałą”, bo w medycynie akademickiej leczy się ją całymi latami i najczęściej nigdy się jej nie wyleczy; terapia może jedynie przynieść ulgę, i to na bardzo krótką chwilę – to też jest ważne, bo kto ma alergię, ten wie, co znaczy chwila bez jej objawów! Należy jednak dążyć do całkowitego wyleczenia, a nie tylko chwilowego podleczenia.

Alergia jest złożonym problemem i trzeba mieć dosyć obszerną wiedzę, aby móc sobie z nią skutecznie poradzić. Kiedyś, na samym początku mojej przygody z medycyną naturalną, zauważyłem bezradność ponoć dobrej klasy alergologa, który próbował mnie leczyć. Po wszystkich testach i 3-letnim odczulaniu czułem się coraz gorzej. Wówczas miałem odwagę i czelność zadać sobie pytanie, czy to ja jestem durniem, że nadal godzę się na to nieskuteczne leczenie mimo pogorszenia, czy to lekarz jest durniem, skoro kontynuuje terapię, widząc, że jego leczenie mi nie pomaga, tak samo zresztą jak i wielu innym osobom... Odpowiedź była dla mnie prosta i zacząłem leczyć się

sam na podstawie swojej, wówczas dosyć ograniczonej, wiedzy. Jak to możliwe, że jeszcze niewyszkolony terapeuta potrafił wyleczyć się z alergii – i od tej pory wyleczył wielu innych chorych – a pan doktor z całą swą wiedzą i „powagą” medycyny był bezradny? Jak już kilkakrotnie wspominałem, przyczyną wielu chorób może być niedająca o sobie znać w typowy sposób, ukryta alergologia, najczęściej pokarmowa. Oprócz niej istnieje też alergologia wziewna – są to głównie uczulenia na pyłki roślin i drzew, farby, lotne środki chemiczne, zawarte choćby w perfumach. W każdym jednym przypadku alergii wziewnej czy pokarmowej zaangażowany jest jeden system z wyszczególnionych tuż powyżej (*Alergie to przekleństwo naszych czasów*) lub nawet wszystkie. To dlatego alergolodzy są tak bardzo nieskuteczni w swoim leczeniu, które opiera się w zasadzie jedynie na odczulaniu na dany alergen; lekarze nie biorą pod uwagę stanu organizmu ani tego, że alergen uczulający jedną osobę nie uczula w takim samym stopniu innego człowieka lub w ogóle nie ma wpływu na niego. Skoro tak jest, to nie alergen, ale jakiś nie do końca sprawny mechanizm w organizmie odpowiada za uczulenie. Gdyby alergen był winien, wówczas wszyscy byliby na niego uczuleni – to chyba jest logiczne? Lekarze coraz częściej, ale nadal w zbyt małym zakresie, zwracają uwagę na ten fakt i łączą alergię z występującymi w organizmie bakteriami czy pasożytami – najczęściej ewentualnie obecnymi w płucach bakteriami typu chlamydia czy mikoplazma, rzadziej z *Pseudomonas aeruginosa*, mogącą powodować zapalenia górnych dróg oddechowych, powiązanych z astmą czy alergią, bo wytwarzających podatność w tym kierunku.

Płuca i skóra pracują razem, więc należy też sprawdzić, czy w przypadku alergii wziewnych nie ma problemów ze skórą. Nie muszą to być widoczne choroby – wystarczy codzienne szorowanie się chemicznymi szamponami, mydłami, płynami do kąpieli itp., które zawierając szkodliwe komponenty, podrażniają receptory na skórze, a te z kolei podrażniają płuca. Może się okazać na przykład, że ktoś „niewidocznie” uczulony na SLS ma objawy alergii wziewnej na pyłki olszyny. Czy jakiś alergolog w ogóle wie o tego typu zależnościach? Jeśli nie, to jego szanse na wyleczenie takiej alergii są w zasadzie zerowe. Ty już o tym wiesz, więc lecząc uczulenie, w pierwszej kolejności wyeliminuj wszystkie chemikalia ze swojego otoczenia.

Codziennie intensywne zmywanie ze skóry warstwy ochronnej, złożonej z różnych substancji, w tym tłuszczów, zmienia pH skóry oraz

niszczy korzystne dla nas bakterie, co może powodować reakcje alergiczne. Niestety, chcąc być zdrowymi, musimy być trochę... niedomyćci. Pewnie w świecie porannego i wieczornego prysznica brzmi to trochę dziwnie. W jaki sposób można sobie zniszczyć zdrowie, niech posłuży nam mój przykład. Kiedyś bardzo intensywnie czyściłem uszy z woskowiny po każdym myciu; po kilku latach dostałem trudnego do wyleczenia zapalenia ucha środkowego – dopiero ta sytuacja zwróciła moją uwagę, czym grozi przesadne dbanie o czystość. Czy tego chcemy, czy nie, by być zdrowym, musimy mieć w organizmie odpowiednie kolonie bakterii – nie tylko w jelitach, ale też na skórze, w uchu, kroczu itp.

Testy skórne są pomocne, ale nie do końca wiarygodne, gdyż czasami z jakiegoś nieznanego powodu nie wykrywają reakcji alergicznej na produkt, który okazuje się alergiczny na drodze eliminacji pokarmów. Lekarz ufający bezkrytycznie takim testom nawet nie pomyśli, by dalej prowadzić detektywistyczne dochodzenie w celu znalezienia ukrytego alergenu i tym sposobem może nie znaleźć rozwiązania Twojego problemu.

Do alergii pokarmowej dochodzi, gdy nasz organizm nie wytwarza enzymów mogących w 100% strawić dany składnik roślinny lub chemiczny – zawiadomiony o obcej substancji system odpornościowy „rzuca się” na niego ze wszystkich sił, gdyż wie, że stanowi on zagrożenie życia, a przy okazji w swej furii atakuje też własne tkanki. Oczywiście taka sytuacja zachodzi, kiedy systematycznie dostarczana jest do organizmu substancja powodująca uaktywnianie systemu odpornościowego. Być może dlatego atakuje on też zdrowe tkanki, że są w nich jakieś śladowe ilości składnika, przeciwko któremu skierowane są wszystkie siły organizmu, aby go wyeliminować. Jest absolutnie nielogiczne i nienormalne, żeby system, który ma nas bronić, w którymś momencie zaatakował organizm ot tak sobie. Zanim się to stanie, musi się zdarzyć coś, co spowoduje jego nadzwyczajne uruchomienie – mogą to być szczepionki, po których, niestety, u coraz większej liczby osób rozwijają się w późniejszych latach choroby autoimmunologiczne (pisałem o tym w rozdziale o szczepionkach). Kolejnym czynnikiem są metale ciężkie, GMO, chemia stosowana w rolnictwie, żywności i przemyśle. Działanie systemu odpornościowego można porównać do tonącego człowieka, który za wszelką cenę próbuje zaczerpnąć powietrza, żeby przeżyć. Wówczas jest w stanie utopić każdego, kogo się chwyci



– tak samo system obronny wie, że ma bronić organizm, a „widząc”, że system trawienny lub oddechowy nie radzi sobie z neutralizacją danej toksyny lub toksyn, każdą taką substancję odbiera jako zagrożenie dla życia. Walczy jak furia o przetrwanie organizmu, niszcząc nawet swoje tkanki. Podrażnianie przez obce dla nas toksyny w połączeniu z taką furiacką walką systemu odpornościowego wytwarza stan zapalny, w którym organizm dodatkowo wysyła swoje „wojsko”, aby szybko uregulować problem. Wszystko jest w miarę w porządku, gdy stan zapalny pojawił się w jednym miejscu, ale co, gdy występuje w całym organizmie? Gdzie w takim przypadku ma się skoncentrować mobilizacja systemu obronnego? Wówczas koncentruje się ona wszędzie, czyli układ immunologiczny musi starać się opanować zagrożenie na olbrzymim obszarze; jeśli nie jest w stanie tego uczynić, dochodzi do jego dużej nadaktywności. Chce on po prostu sprostać zadaniu i wytężyć wszystkie siły, by to osiągnąć. W którymś momencie jest już tak „rozkręcony”, że nie jest w stanie samodzielnie się zatrzymać i następuje niszczenie własnych tkanek. Nauka, zamiast prostej dedukcji, szuka genów i enzymów odpowiedzialnych za ten stan; na pewno jest to ważne, by je znać, bo może to pomóc zrozumieć coś więcej, nie można jednak zapominać, że geny czy enzymy zaangażowane w taką sytuację nie wzięły się znikąd. Jakaś sytuacja spowodowała ich uaktywnienie, więc sama koncentracja na ich obecności i ich punktowej neutralizacji bez uregulowania podłoża, w homeopatii zwanego terenem, jest w dalszym ciągu walką ze skutkami, a nie przyczynami! Nie daje też żadnej gwarancji, że niewyeliminowana przyczyna nie spowoduje uszkodzenia czy pobudzenia kolejnego genu.

To jest najprawdopodobniej główna przyczyna wszystkich chorób autoimmunologicznych. Potwierdza to fakt, że po wyleczeniu ciężkich alergii powrót do poprzedniego sposobu odżywiania daje niestety duże szanse na ponowne pojawienie się choroby. Właściwa dieta organiczna, o której piszę w kolejnej książce, poświęconej roli mikroelementów, potrafi w ciągu 6 tygodni w początkowym stadium, a dwa lub trzy razy powtórzona w stadium zaawansowanym wyleczyć chorobę autoimmunologiczną, nawet bez stosowania ozonu podawanego dożylnie!

Do pojawienia się problemów wystarczą tak mikroskopijne ilości danego alergenu, że wręcz wydaje się to niemożliwe. Przy uczuleniu

na pyłki kwiatowe nie wdychasz przecież kilku gramów, tylko dosłownie kilka pyłków, co już powoduje kichanie czy duszności.

Znasz już sposób na zdiagnozowanie alergicznego pożywienia z rozdziału *Szczupłe, dużo jeżdżące dzieci* z książki I i wiesz, że po takim teście należy dany pokarm całkowicie wyeliminować. Nie ma co ukrywać – test ten jest bardzo trudny do wykonania. Może się jednak okazać przydatny, gdy inne testy nie wykażą, co powoduje u Ciebie podrażnienie – wówczas ten będzie najpewniejszą formą diagnozy.

Pamiętaj, że owoce morza, w związku z tym, że służą do oczyszczania wody, zawierają pełno substancji mogących powodować alergię. Drugi rodzaj pożywienia, które często powoduje alergię, a przy tym jest bardzo popularny, to pasteryzowane mleko krowie i w trochę mniejszym stopniu jego przetwory, a także pszenica, orzechy, czekolada, pomidory, wołowina, soja, kukurydza. Wydawałoby się, że nawet jeśli zwierzęta były karmione paszami zawierającymi składniki, które nas uczulają, to po ich przetrawieniu przez zwierzęta ich mięso będzie dla nas bezpieczne. Niestety nie – zwierzęta również nie mają enzymów, aby zmetabolizować w 100% wszystkie świństwa znajdujące się w ich pokarmie, takie jak pochodne ropy naftowej, żywność GMO, Roundup czy inne herbicydy oraz nawozy sztuczne. Skoro nie wytwarzają enzymów, dzięki którym mogłyby to wszystko strawić, to jakiś ich procent na pewno pozostaje w komórkach ich organizmu. Takie spożywane mięso siłą rzeczy może Cię uczulić – jest to аллергия trudno wykrywalna, ponieważ nie masz z uczulającymi substancjami bezpośredniego kontaktu. Najrzadziej występuje uczulenie na proteiny z organicznego mięsa, należy jednak dokładnie sprawdzić, na które nie jest się uczulonym, i te spożywać.

Mleko pasteryzowane to prawdziwa trucizna, więc należy pić jedynie niepasteryzowane. Zawiera ono, jak wiadomo dużo wapnia, które uspokaja system nerwowy, powoduje też jednak uczucie niepokoju i napięcie mięśni, dlatego należy je – jeśli już – spożywać w połączeniu z magnezem, który rozluźnia napięcia – wówczas wszystko będzie w porządku. Z tego względu lepiej nie spożywać mleka wieczorem, pomimo że wtedy jest najlepiej przyswajalne. Najlepsze i najzdrowsze jest jednak mleko kozie, którego molekuly są osiem razy mniejsze niż w mleku krowim. Tym samym są łatwiej trawione i mniej alergiczne. Pasteryzacja mleka zmienia kompleksy wapniowe i nie jest ono już tak zdrowe dla nas, jak być powinno. Dodawanie do mleka syntetycz-

nej witaminy D<sub>2</sub> powoduje odkładanie się wapnia w układzie krążenia i stawach, a nie w kościach, co skutkuje problemami ze stawami, częstymi u reumatyków, a także w tętnicach, przyczyniając się do ich zwapnienia. Dodatkowo duża zawartość fosforu w pasteryzowanym mleku wypłukuje z kości wapń. Tym sposobem intensywnie wypracowujesz u siebie miażdżycę czy osteoporozę. Gratuluję! Reklamy głoszą, by pić mleko, bo jest zdrowe – nie dodają tylko, że zdrowe jest jedynie mleko niepasteryzowane i to nie dla wszystkich.

Oczyszczone oleje rafinowane działają silnie prozapalnie, a alergię to nic innego jak swego rodzaju stan zapalny pojawiający się w odpowiedzi na daną substancję. Przy alergiach nigdy nie wolno spożywać olejów rafinowanych i margaryny, chyba że chce się mieć dwa razy większe ryzyko astmy<sup>1</sup>.

Chroniczne zapalenie jelita grubego jest doskonałym przykładem alergii pokarmowej. Przebadano 20 pacjentów cierpiących na ten problem, którym wykonano testy na alergię pokarmową, pleśń (przeciwciała IgG i IgE) oraz jakość bakteryjnej flory jelitowej. We wszystkich przypadkach parametry te były zakłócone. Po roku leczenia polegającego na wyeliminowaniu żywności alergicznej i podawaniu probiotyków uzyskano prawie 100% poprawy. Pacjenci nauczyli się kontrolować swoje postępowanie, by nie uległo pogorszeniu. Podczas alergii następuje zwiększone uwalnianie histaminy, a środki antyhistaminowe jedynie zmniejszają jej ilość, co oczywiście ułatwia życie, ale w żadnym przypadku nie leczy problemu.

Test na wykrycie alergii z krwi może być bardzo pomocny, ale niestety nie zawsze wykazuje alergię na pokarmy, na które w rzeczywistości jesteśmy uczuleni. Test Elisa dobrze jest uzupełnić testem *Cellular Immune Food Reaction Tests*, znanym też jako ACT, który potrafi wychwytać to, co umknęło testowi Elisa<sup>2</sup>. Niestety nie we wszystkich krajach jest on osiągalny.

W zasadzie niezawodnym testem jest wspomniana eliminacja pokarmów oraz badanie pulsu autorstwa Arthura Cocoa. Najpierw dobrze jest o różnych porach sprawdzić liczbę uderzeń serca na minutę i je zapisać. Normalny puls wynosi od 60 do 80 uderzeń na minutę, u sportowców trochę mniej. Następnie bardzo uważnie mierzy się liczbę i określa siłę uderzeń pulsu przed posiłkiem. Po spożyciu tylko jednego składnika, na przykład chleba, należy odczekać około 10–30 minut po posiłku i zmierzyć puls ponownie, a następnie 60 minut po spo-

życiu posiłku. Zmiany w szybkości i sile pulsu dają nam zazwyczaj błędną odpowiedź, czy dany produkt jest dla nas alergiczny. Puls może przyspieszyć nawet o 20 uderzeń i najczęściej też wzrasta jego siła. Zauważalnie zmniejszający się puls po 60 minutach świadczy o tym, że organizm radzi sobie z neutralizacją pokarmu, co nie znaczy, że nie wpływa on na jego pracę. Dodam, że zarówno przed posiłkiem, jak i po nim nie należy wykonywać żadnych aktywności fizycznych, by nie wpływać na rytm i siłę pulsu; nie wolno również pić napojów sodowych, alkoholowych, kawy czy innych stymulantów oraz powinno się zachować spokój emocjonalny. W ten sposób w ciągu jednego dnia możesz przetestować sporą liczbę produktów, a z każdym kolejnym testem będziesz coraz pewniejszy odczytów.

Muszę tu rozczarować radiestetów, gdyż metody radiestezyjne nie są na tyle dokładne, by można było na nich polegać w rozpoznawaniu alergii.

Przy silnej alergii możesz w ciągu jednego dnia, spożywając dany alergen, podnieść wagę ciała nawet o 2,5 kg, głównie dlatego, że zostaje wstrzymane wydalanie wody<sup>3</sup>.

Stężenie albuminy we krwi wskaże Ci dość dokładnie stan Twego zdrowia. Im niższe, tym większe ryzyko nie tylko alergii, ale i każdej innej choroby. Dobrze o tym wiedzieć, bo przy okazji testów na żywność alergiczną można zrobić sobie też badanie na poziom tego białka.

Podkrążone oczy mogą świadczyć o alergii pokarmowej, ale niekoniecznie, gdyż w tym miejscu naskórek jest najcieńszy na całej twarzy i znajduje się tam najwięcej naczyń krwionośnych, które pod wpływem światła słonecznego przyjmują niebieski lub ciemnoniebieski kolor. Natomiast gdy podkrążenie oczu utrzymuje się rano po wstaniu z łóżka i pogłębia po posiłku lub wysiłku fizycznym, może to być efekt alergii albo niedoczynności nadnerczy. Jeden i drugi przypadek należy bezwzględnie leczyć. Przy alergii występują również takie objawy jak kichanie, piekące oczy oraz swędzenie różnych miejsc, u podłoża czego leży stan zapalny, który z kolei leży u podłoża chorób autoimmunologicznych i raka. Dlatego odpowiednio wyedukowany terapeuta nie przechodzi obok takich objawów obojętnie, bo „to nic groźnego” – one świadczą o już toczącym się niebezpiecznym stanie zapalnym w organizmie, spowodowanym najczęściej alergią.

**RAPORTY SPECJALNE**

# **RAK TO NIE WYROK**



**1 ODZYSKAJ KONTROLĘ NAD SWOIM ZDROWIEM**

# Spis treści

Wstęp /7

1. Zwiększenie produkcji mleka /9
  - Na popękane piersi /14
  - Zmniejszenie wydzielania mleka /14
  - Najlepsza szczepionka /15
  - 1.1. Częste choroby wieku dziecięcego /16
    - Autyzm /16
    - Anoreksja /21
    - Zapalenie mózgu i opon mózgowych /21
    - Dziecięce porażenia mózgowie i wszelkie inne tego typu przypadki /22
    - ADD (*Attention Deficit Disorder*) /24
    - ADHD /25
    - Astma /26
    - Anemia /28
    - Nudności w podróży /35
    - Moczenie nocne /37
    - Zatoki /38
    - Angina /48
    - Zapalenie ucha /48
    - Czy 15-latki mają artretyzm? /50
    - Opóźniony rozwój fizyczny /51
    - Kolka /51
    - Grypa, przeziębienia, ataki wirusów /52
4. W jaki sposób wyeliminować niekorzystne efekty szczepionek? /54
5. PSI – bardzo precyzyjne leczenie różnych rodzajów stresu /58
  - Olejki eteryczne /62
  - Hormony /62
  - Depresja a neurotransmitery /63
  - Aminokwasy /69
  - Witaminy /69



- Zdrowe tłuszcze /70
- Ketamina /76
- Żywność odstresowująca /77
- Oligoterapia /78
- Gemmoterapia /78
- Litioterapia /79
- Sole Schüsslera /79
- Zioła /80
- 7.6. Jak usunąć z organizmu metale ciężkie i inne toksyny? /84
  - Badania na obecność metali ciężkich /84
  - Test prowokacyjny /84
  - Test z włosów /85
  - Skuteczne metody eliminujące metale ciężkie /85
  - Zalecane kompleksy na usunięcie metali ciężkich /102
  - Co robić, by zminimalizować zatrucie metalami ciężkimi? /103
- 7.7. Powietrze – jak poprawić jego jakość? Leczenie chronicznych schorzeń górnych dróg oddechowych, w tym schorzeń płuc /105
  - Zadbaj, aby w Twoim domu były rośliny oczyszczające powietrze /105
  - Czym leczyć schorzenia górnych dróg oddechowych? /106
  - Gemmoterapia /116
  - Terapie tlenowe /117
- 7.8. Protokół na usunięcie z organizmu nadmiaru bromu /118
- 7.9. Toksyczność leków. Chemioterapia – jak zabezpieczyć się przed efektami ubocznymi i przedłużyć życie? /120
  - Oto czym można zabezpieczyć mózg i organizm przy chemioterapii /120
  - Witaminy podczas chemii /123
  - Flora jelitowa a chemioterapia /124
  - Lek podwyższający białe ciała krwi podczas chemio- i radioterapii /125
  - Produkty na pokonanie uzłośliwionych, odpornych na chemioterapię komórek rakowych /129
  - Cztery rodzaje naturalnej żywności, która usuwa toksyny z organizmu /132
  - Inny sposób na chemioterapię /133
- 7.9.1. Promieniowanie – jak wyeliminować je z organizmu? /134
  - Eliminacja promieniowania elektromagnetycznego i promieniotwórczego za pomocą witamin, minerałów, ziół, suplementów /134
  - Agranulocytoza /150



- Uziemienie /151
- Kryształy górskie /154
- Zestawy zabezpieczające organizm /156
- Przepisy na eliminację cząsteczek radioaktywnych /158
- 8. Zdrowy sen, bezsenność /160
  - Stres egzystencjalny /160
  - Stres relacyjny /163
  - Stres mentalny /165
  - Stres alergiczny/reumatyczny/afektywny /168
  - Stres emocjonalny /169
  - Dodatkowe produkty na problemy ze snem /171
  - Przepisy na pokonanie bezsenności /172
  - Oligoterapia /173
  - Klawiterapia /173
  - Litioterapia /173
- 10. Kwas żołądkowy – jak zbalansować jego poziom? /174
  - Naturalny sposób przywrócenia kwasu żołądkowego /174
  - Nadmiar kwasu żołądkowego /174
  - Niedobór kwasu żołądkowego /176
  - Na odbudowanie ścianek żołądka /186
- 11. Flora jelitowa i zapalenia jelit /187
  - Zapalenie jelita grubego (IBD) /193
  - Choroba Crohna /196
  - Zaparcia /198
  - Biegunka /202
  - Dziurawe jelito /202
  - Nieświeży oddech /203
  - Gluten /205
  - Błonnik /208
  - Różne problemy trawienne /210
  - Oczyszczanie jelit /211
- 12. Alergie – jak je wyleczyć? /214
  - Zacznijmy od początku /215
  - Nadnercza /216
  - Zioła /225
  - Podobne lecz podobnym... /229
  - Nanosrebro czy koloid? /230
  - Protokół /244
- 13. Stan zapalny – jak go zlikwidować? /245
  - Zdrowotne oddychanie /245

|                                                                 |      |
|-----------------------------------------------------------------|------|
| Zioła i żywność o działaniu przeciwzapalnym oraz przeciwbólowym | /245 |
| Piramidka przeciwzapalna                                        | /253 |
| Czekolada                                                       | /254 |
| Resweratrol                                                     | /255 |
| Astaksantyna                                                    | /257 |
| Homeopatia                                                      | /259 |
| Minerały                                                        | /259 |
| Glutation                                                       | /259 |
| Sposób na raka trzustki                                         | /268 |
| Zdrowe tłuszcze, olej rybi, omega-3                             | /271 |
| Przykłady pokarmów przeciwzapalnych                             | /272 |
| Zioła powodujące gorąco                                         | /273 |
| Bibliografia                                                    | /283 |

## 1.1. Częste choroby wieku dziecięcego

Bardzo częstym ich powodem, oprócz toksyn przekazanych przez matkę i ewentualnie słabych nadnerczy rodziców, są szczepionki zawierające metale ciężkie oraz wirusy, a także zakażenia bakteryjne i pasożytnicze. Choroby mogą być wywołane przez mleko krowie świeże lub pasteryzowane, gdy w organizmie dziecka brakuje enzymów rozkładających mleko, co może objawić się alergiami czy wysypką skórą; należy bezwzględnie wyeliminować mleko oraz wszelkie jego przetwory. Należy dobrze sprawdzać etykiety na produktach spożywczych i czytać ich skład. Przyczyną chorób mogą być również ukryte alergie pokarmowe, np. na białko jajka.

### Autyzm

To paskudna choroba uniemożliwiająca dziecku i jego rodzinie normalną egzystencję. Obecnie w USA autyzm ma 1 dziecko na 88<sup>1</sup>, a w latach 70. występował u 1 osoby na 25 000<sup>2</sup>. Zaburzenie to występuje 5 razy częściej wśród chłopców niż dziewcząt, jednak na razie nieznana jest tego przyczyna<sup>3</sup>.

Autyzm objawia się problemami z komunikacją i zamykaniem się dziecka we własnym świecie. Często powtarza ono te same ruchy. Jakkolwiek ingerencja z zewnątrz prowadzi do dużego rozdrażnienia lub dziecko takie ingerencje całkowicie ignoruje, zachowując się tak, by w jego mniemaniu pozostać niezauważonym. Nierzadko chorzy wykazują też nadwrażliwość na jakiś dźwięk lub smak<sup>4,5</sup>.

Gdy naukowcy postanowili zbadać procesy zachodzące w organizmie u chorych na autyzm, na podstawie próbek moczu zauważyli, że u osób tych występował wysoki poziom porfiryry (rodzaj proteiny). Wiadomo, że jej poziom wzrasta, gdy w organizmie skumulowane są metale ciężkie, w tym rtęć, bo to one powodują zwiększoną produkcję tego związku<sup>6</sup>.

Szereg innych badań potwierdza, że zaburzenia ze spektrum autyzmu (*autism spectrum disorder*, ASD) wywoływane są przez wiele czynników, w tym metale ciężkie i chemiczne toksyny<sup>7-13</sup>. Metale ciężkie są jedną z przyczyn powstawania stanu zapalnego, a we włosach, moczu i krwi osób autystycznych wykryto podwyższony poziom aluminium<sup>14-16</sup>. Utrzymujący się chroniczny stan zapalny jest jednym z głównych elementów w autyzmie<sup>17-19</sup>.

Choroba ta charakteryzuje się głównie chronicznym stanem zapalnym mózgu i jelit oraz występowaniem całej gamy przeciwciał typowych dla stanu zapalnego<sup>25</sup>. Autyzm ma cechy choroby autoimmunologicznej i jest jedną z nich.

Zostało też dobrze rozpoznane, że w mózgu chorych zachodzi odmienna aktywność połączeń, co uznano za jedną z głównych przyczyn ASD<sup>20,21</sup>. Być może zjawisko to powoduje, że funkcje mózgowe są zakłócone – tak jak fale mózgowe czy sen, których zaburzenie stanowi jedną z cech charakterystycznych autyzmu<sup>22-24</sup>.

Ponadto w badaniach wykazano, że dzieci z autyzmem mają niższy poziom cynku w stosunku do zdrowych rówieśników. Brak tego pierwiastka sprzyja powstawaniu chorób neurologicznych, w tym depresji, alzheimera czy schizofrenii. Gdy uzupełniono jego poziom, uzyskano poprawę w zachowaniu dzieci<sup>26</sup>.

Metale ciężkie uaktywnione w wyniku promieniowania elektromagnetycznego stanowią doskonałe podłoże do rozwoju wirusów, bakterii i grzybów. U pacjentów z autyzmem znaleziono ponad 50 różnych rodzajów bakterii<sup>27-32</sup>.

W swoim raporcie dr William Shaw wysuwa hipotezę, że szczepionki nie powodują autyzmu. Natomiast głęboko wierzy, że „bezpieczne” środki przeciwbólowe, takie jak paracetamol (Tylenol), bardzo często podawane przed szczepionką lub po niej, by zmniejszyć u dziecka ból czy gorączkę, mogą w połączeniu ze szczepionką powodować tę chorobę. Badacz oparł się na danych obejmujących okres od roku 1980, kiedy to, jak zauważył, środki te zaczęły być podawane przy szczepionkach zamiast aspiryny, aby obniżyć temperaturę ciała. W tym czasie wybuchła też epidemia autyzmu. Mechanizm nie został dokładnie poznany, ale wiadomo, że paracetamol niszczy zapasy glutationu, który jest kluczowym enzymem w działalności antyoksydantów i odtruwaniu organizmu. Zdaniem dr. Shawa jego niedobór być może powodować odkładanie się toksyn w organizmie, wywołując w jakiś spo-

sób autyzm. W żadnym wypadku nie wolno podawać szczepionki gorączkującemu dziecku, zwłaszcza jeżeli dało mu się paracetamol na jej obniżenie. W 2001 roku około 90% dzieci w USA zostało zaszczepionych na odrę, co spowodowało dramatyczny skok zachorowań na autyzm. Badacz porównuje tę sytuację do Kuby, gdzie przeciwko odrze zaszczepiono 99,7% ludności, a częstotliwość występowania autyzmu jest aż o 298 razy mniejsza niż w USA. Wydaje się, że jedyna różnica polega na tym, że w przeciwieństwie do USA na Kubie po szczepieniu nie podawano paracetamolu<sup>33-38</sup>.

Z uwagi na te dane należy unikać stosowania zarówno szczepionek, jak i tzw. leków, nawet jeśli nie ma jeszcze pewności co do ich wpływu na powstawanie autyzmu. Skutki mogą być bowiem takie, jak podejrzewa dr Shaw. Problemem jest to, że tak naprawdę nie da się przewidzieć, jak dany lek w połączeniu z innymi zadziała w organizmie akurat Twojego dziecka, gdyż nikt nie wie, ile występuje w nim innych substancji chemicznych i w jakiej ilości. Dopiero wypadkowa wszystkich tych elementów daje efekt końcowy, który może być najwyżej wysoce prawdopodobny. Nie zapomnij o tym, sięgając po następne leki chemiczne.

Najbardziej uderza mnie fakt, że w przypadkach, gdy ewidentnie widać, że powodem autyzmu są też problemy psychologiczne, a raczej programy mentalne matki, zwrócenie jej uwagi na ten fakt lub sugerowanie odpowiedniej terapii powoduje, że matka się obraża i nie kontynuuje leczenia. Nie wie ona, że takie postępowanie tylko potwierdza diagnozę. Czasami bardzo trudno jest spojrzeć na siebie bardzo krytycznie i „wyrwać” z siebie niektóre wzorce myślowe, które przyczyniły się do takiej czy innej choroby. A ich neutralizacja dałaby szansę matce i dziecku, tak bardzo z nią przecież związanemu, na lepsze życie. Wiedźcie, że to żaden wstyd – takie programy, jakieś mniej lub bardziej zakodowane wzorce postępowania, ma każdy, wstydem jest zaś nic z nimi nie zrobić. Tym sposobem pozwala się zwyciężyć własnemu niedojrzałemu ego i zmniejsza się szansę na wyleczenie, bo autyzm to nie tylko ciało, ale i umysł, a dziecko doskonale podświadomie odbiera stan psychiczny swojej matki.

Nie jest to proste, ale gdy wiadomo, czym ta choroba się charakteryzuje, wtedy o wiele łatwiej jest zastosować konkretne terapie eliminujące przyczynę za przyczyną. Podczas leczenia należy:

- 1) zneutralizować aktywne metale ciężkie za pomocą ręcznego lasera o słabej sile, omiatając nim codziennie głowę i resztę organizmu przez 1–3 minuty;
- 2) usunąć z organizmu metale ciężkie i toksyny chemiczne;
- 3) natychmiast zacząć spożywać żywność organiczną, głównie kiszzone (nie kwaszone!) warzywa kapuściane, ponieważ doskonale oczyszczają organizm z toksyn, i pić dobrze przefiltrowaną wodę;
- 4) unikać promieniowania elektromagnetycznego: telefonu komórkowego, spania przy przewodach elektrycznych w ścianie, kuchenki mikrofalowej itd., wprowadzić odpromienniki i chodzenie na bosaka;
- 5) wprowadzić dietę bez nabiału i glutenu, bogatą w tłuszcze roślinne i tłuszcze zwierząt chowanych ekologicznie;
- 6) dostarczać do organizmu wysokiej jakości kompleksy mineralowe i uzupełnić braki witamin, w tym cynku, magnezu, *N*-acetylocysteiny, witamin A, D<sub>3</sub>, wszystkich z grupy B;
- 7) intensywnie pracować nad uzupełnieniem flory jelitowej – pić dużo soków warzywno-owocowych i spożywać żywność kiszoną;
- 8) podnieść ogólny poziom energii;
- 9) zbalansować system hormonalny, co u dzieci nie jest łatwe;
- 10) zastosować zioła i suplementy o działaniu przeciwzapalnym.

O wszystkich tych terapiach dowiesz się szczegółowo z tych i kolejnych *Raportów specjalnych*.

- **Bakopa drobnolistna** (*Bacopa monnieri*)

To ważne zioło, używane w regulacji systemu hormonalnego oraz – od nie wiadomo jak dawna – do poprawy funkcji mózgu i pamięci<sup>39</sup>.

W jednym z przeprowadzonych badań nad bakopą podawano pacjentom 300 mg wyciągu z tego zioła 2 × dziennie – efekty przeszły oczekiwania. U badanych nie tylko poprawiła się pamięć, ale również zwiększyły się zdolności pisania i czytania; poprawił się też sposób używania języka, i to u wszystkich osób uczestniczących w teście<sup>40</sup>.

Doktor Wright zaleca w leczeniu ADHD indyjskie zioło *Bacopa monnieri* – *brahmi*. Zwiększa ono koncentrację i zapamiętywanie. W jednym z badań dzieciom z ADHD podawano tylko 1 gram tej rośliny dziennie i po 3 miesiącach miały one dużo lepsze wyniki niż dzieci z grupy

**RAPORTY SPECJALNE**

# **RAK TO NIE WYROK**



**2**

**ODZYSKAJ KONTROLĘ NAD SWOIM ZDROWIEM**



# Spis treści

Wstęp /7

14. Układ odpornościowy i jego aktywacja /8

W jaki sposób podnieść poziom komórek NK? /10

Wzmacnianie systemu obronnego /19

Zbyt silny układ odpornościowy /37

Techniki tlenowe /41

15. Wirusy, bakterie, grzyby, pasożyty /58

15.1. Wirusy – sposoby ich kontroli /58

Opryszczka (*Herpes*) /58

Wirus Epsteina–Barr /59

Półpasiec /63

HPV /65

Polio /67

Ebola /68

Co uaktywnia wirusy? /70

Czy można się przed nimi zabezpieczyć i w jaki sposób należy się leczyć? /73

Medycyna chińska /93

15.2. Bakterie – ich kontrola i eliminacja /98

Mikoplazma /98

Chlamydia /103

Borelioza /105

Produkty antybakteryjne /107

Sposób na SARS /111

Sposób na MARS /111

Silne naturalne antybiotyki /112

Leczenie chorób autoimmunologicznych antybiotykami /113

15.3. Grzyby – sposoby ich eliminacji /134

*Candida* /137

Inne efektywne produkty i terapie wskazane przy infekcjach /140

- 15.4. Pasożyty – w jaki sposób je wyeliminować? /144
  - Przywry /144
  - Tasiemce /144
  - Nicienie /146
  - Pierwotniaki /147
  - Na owsiki i włosogłówkę /148
  - Zakażenie pałeczką okrężnicy (*Colibacillosis, Escherichia coli*) /148
  - Glisty ludzkie /148
  - Eliminacja pasożytów /149
- 16. Układ krwionośny – wszystko, co potrzebne do jego dobrej pracy /161
  - Kombinacje ziół na wszystkie problemy układu krwionośnego /162
  - Gęsta krew – leczenie /163
  - HDL – jak podnieść poziom „dobrego” cholesterolu? /169
  - LDL – obniżanie poziomu /171
  - Trójglicerydy – obniżanie poziomu /177
  - Lipoproteina – obniżanie poziomu /177
  - Homocysteina – obniżanie poziomu /178
  - Choroba wieńcowa – leczenie /180
  - Zawał serca – leczenie /182
  - Wylew krwi, udar – leczenie /184
  - Arytmia – leczenie /185
  - Dusznicza bolesna – leczenie /187
  - Żylaki – leczenie /188
  - Nadciśnienie – leczenie /191
  - Niedociśnienie – leczenie /201
  - Cudowna molekula – jak podnieść jej poziom? /202
  - Zalecane kombinacje /211
  - Suplementy nadające się do stosowania w przypadku każdej choroby układu krążenia /214
  - Transfuzja krwi – czym można zastąpić krew? /219
- 17. System odtoksyczniania organizmu /223
  - 17.1. Nerki – w jaki sposób je leczyć? /223
    - Zioła na oczyszczenie, wzmocnienie i inne problemy nerek /223
    - Zakażenie dróg moczowych /229
    - Kamienie nerkowe /233
  - 17.2. Wątroba i woreczek żółciowy – ich leczenie i odbudowa /237
    - Kuracja na oczyszczenie wątroby według dr Clark /237
    - Jak wykonać lewatywę z kawy do stymulacji wątroby? /239
    - Zestawy ziołowe /257
    - Niewydolność wątroby /257

|                                                              |      |
|--------------------------------------------------------------|------|
| Żółtaczka                                                    | /258 |
| Odtłuszczenie wątroby                                        | /259 |
| Wirusowe zapalenie wątroby                                   | /260 |
| Zapalenie przewodów żółciowych i pęcherzyka żółciowego       | /270 |
| Wyrostek robaczkowy                                          | /273 |
| 17.3. Limfa – w jaki sposób ją oczyścić i wzmocnić krążenie? | /274 |
| Leczenie                                                     | /274 |
| Bibliografia                                                 | /289 |

## Zestawy ziołowe

### Niewydolność wątroby

**Mieszanka przeciwzapalna na wątrobę i drogi żółciowe, działa odtruwająco, przeciwskurczowo, żółciopędnie, łagodnie moczopędnie i pobudzająco na trawienie**

|                                                       |      |
|-------------------------------------------------------|------|
| Koszyczek rumianku ( <i>Anth. Chamomillae</i> )       | 50 g |
| Kora kruszyny ( <i>Cort. Frangulae</i> )              | 50 g |
| Liść mięty pieprzowej ( <i>Fol. Menthae pip.</i> )    | 50 g |
| Ziele dziurawca ( <i>Hb. Hyperici</i> )               | 50 g |
| Ziele fiołka trójbarwnego ( <i>Hb. Violaettric.</i> ) | 50 g |
| Ziele drapacza lekarskiego ( <i>Hb. Cnicibened.</i> ) | 50 g |

Wszystkie zioła dokładnie wymieszać, następnie sporządzić napar w proporcji: 1,5 łyżki ziół na 1,5 szklanki wody. Zioła zalać wrzątkiem i parzyć pod przykryciem kilka minut, nie dopuszczając do wrzenia. Pić połowę rano na czczo, drugą część wieczorem przed snem.

**Mieszanka odtruwająca, przeciwzapalna i moczopędna, ułatwia trawienie**

|                                                        |      |
|--------------------------------------------------------|------|
| Korzeń mniszka pospolitego ( <i>Rad. Taraxaci</i> )    | 30 g |
| Kwiat stokrotki ( <i>Flos Bellidis</i> )               | 50 g |
| Kwiatostan kocanki ( <i>Infl. Helichrysi</i> )         | 50 g |
| Ziele skrzypu ( <i>Hb. Equiseti</i> )                  | 50 g |
| Korzeń lukrecji ( <i>Rad. Glycyrrhizae</i> )           | 50 g |
| Liść pokrzywy ( <i>Fol. Urticae</i> )                  | 50 g |
| Kwiat przelotu pospolitego ( <i>Flos Anthyllidis</i> ) | 25 g |

Wszystkie zioła dokładnie wymieszać, następnie sporządzić napar w proporcji: 2 łyżki ziół na 2 szklanki wody. Gotować 3 minuty, przecedzić. Pić po 1/2 szklanki 3 razy dziennie przed posiłkiem.

**Mieszanka przeciwzapalna, przeciwskurczowa, chroni wątrobę przed szkodliwym działaniem antybiotyków (zwłaszcza tetracyklin)**

|                                                       |      |
|-------------------------------------------------------|------|
| Kora kruszyny ( <i>Cort. Frangulae</i> )              | 25 g |
| Liść mięty pieprzowej ( <i>Fol. Menthae pip.</i> )    | 50 g |
| Korzeń mniszka lekarskiego ( <i>Rad. Taraxaci</i> )   | 50 g |
| Kwiat mniszka lekarskiego ( <i>Flos Taraxaci</i> )    | 25 g |
| Koszyczek rumianku posp. ( <i>Anth. Chamomillae</i> ) | 25 g |
| Owoc kminku ( <i>Fructus Carvi</i> )                  | 25 g |

|                                              |      |
|----------------------------------------------|------|
| Liść jeżyny ( <i>Fol. Rubiplic.</i> )        | 10 g |
| Korzeń lukrecji ( <i>Rad. Glycyrrhizae</i> ) | 10 g |

Wszystkie zioła dokładnie wymieszać; przygotować napar z 2 łyżek ziół na 2 szklanki wody. Gotować 3 minuty, przecedzić. Pić po 1/2 szklanki 2–3 razy dziennie, równocześnie z przyjmowanymi lekami<sup>313</sup>.

Aby poprawić pracę wątroby, można stosować podobne kombinacje preparatów o szerokim spektrum działania, jak ten przedstawiony poniżej.

W pełni naturalny suplement With Liver & Kidney Cleanse™, który dobrze wpływa na pracę wątroby i nerek, zawiera:

- **ostropest** – wspomaga wątrobę i gwarantuje całkowitą ochronę zdrowia komórkowego;
- **fosfatydylocholinę** – fosfolipid, który wspomaga funkcje wątroby;
- **liść karczocha** – wspomaga wydzielanie żółci i pomaga organizmowi w trawieniu tłuszczów;
- **korzeń kurkumy** – popularna przyprawa używana od wieków w kulturach starożytnych; wspomaga pracę wątroby i stymuluje produkcję żółci;
- **korzeń łopianu** – podstawa suplementów wspomagających wątrobę, wspomaga również nerki;
- **N-acetylocysteina (NAC)** – oprócz wspomagania wątroby pomaga w wytwarzaniu glutationu, kluczowego przeciwutleniacza;
- **kwas alfa-liponowy (ALA)** – przeciwutleniacz, który przetwarza inne przeciwutleniacze w organizmie;
- **trimetyloglicyna (TMG)** – aminokwas, który przyczynia się do zachowania zdrowia wątroby;
- **korzeń mniszka lekarskiego** – wspomaga pracę nerek i gwarantuje zdrową równowagę elektrolitową w całym organizmie;
- **ekstrakt z liści oliwy** – ma właściwości wspomagające układ immunologiczny i wspiera pracę wątroby.

## Żółtaczka

Jest dosyć nieprzyjemną chorobą, wymagającą stosowania mało lubianej diety i leków. To wydaje się konieczne, ale leczona zaraz na