

# Bycie zdrowym, czyli styl życia



Naukowcy już sto lat temu stwierdzili, że lekarz przyszłości nie będzie przepisywał pacjentom leków, będzie natomiast mówił, jak dbać o zdrowie, jak prawidłowo się odżywiać i zapobiegać chorobom. Właśnie teraz żyjemy w tych czasach.

Mój wykład będzie dotyczył Alveo i Onyxu. Na początku chcę podkreślić, że Alveo i Onyx nie są lekarstwami, ale ze względu na zapobieganie chorobom pełnią niezwykle ważną funkcję.

## Zte odżywianie

Na całej planecie nie ma dwóch takich samych osób. Ponieważ jesteśmy różni, chorujemy na inne choroby. Często mają one swój początek w dzieciństwie. Według nasze dziecko ma wysypkę na twarzy, musimy wiedzieć, że problem nie dotyczy tylko twarzy, ale całego organizmu. Przyczyna pochodzi z wewnątrz, najczęściej z układu pokarmowego. Nasze dziecko jest źle odżywiane. Tu nasuwa się nam pytanie: kiedy zacząć stosowanie suplementów żywieniowych? Według mnie, jak najwcześniej.

Gdy mój syn miał piętnaście lat, na jego twarzy pojawiły się wypryski. Poprosił mnie o pomoc:  
-Tato, czy mógłbyś mi

polecić jakieś chińskie zioła? - zapytał. Poradziłem mu, aby otworzył lodówkę. Tam stało Alveo. Nie mógł zrozumieć, dlaczego ma pić Alveo i dlaczego ma się czuć po nim lepiej, ale powiedziałem mu, żeby po prostu pił, a ja potem odpowiem mu na wszystkie pytania. Krosty zniknęły po jakimś czasie. Cera wyglądała dobrze, ale mój syn zjadł hamburgera w fast foodzie i znów nastąpiło pogorszenie. Wtedy zrozumiał, że jeśli nie będzie się właściwie odżywał, nie będzie zdrowy. Od tamtego czasu minęło 1,5 roku. Mój syn nadal pije Alveo i chociaż czasem zje coś w fast foodzie, wie, jak ważne jest właściwe odżywianie.

## Flora bakteryjna

Okolo 90% problemów zdrowotnych ma swój początek w okrężnicy. Według danych statystycznych 144 tysiące Amerykanów może w tym roku zachorować na nowotwór okrężnicy. Połowa z nich umrze. Milion innych osób będzie cierpieć z powodu okrężnicy.

Czterdziestoletnia osoba nosi w jelitach okolo 4 kg masy, która się nie przesuwa. Dzieje się tak dlatego, że jelito nie jest w stanie wydalac duzej ilosci toksyn, dlatego zostają one w naszym organizmie. Ta masa gromadzi się w miejscach przejściowych i przy ujściu jelita grubego, które nie

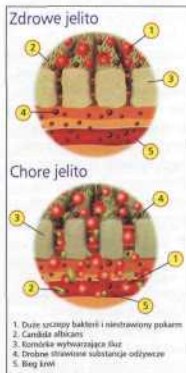
jest tylko rurą, jak wiele osób twierdzi. Tam znajduje się 85% przyjaznych bakterii, które istnieją w naszym organizmie. Te bakterie funkcjonują w nas od urodzenia i możemy je nazwać przyjaznymi. Brak równowagi między bakteriami przyjaznymi i nieprzyjaznymi może być przyczyną problemów zdrowotnych. Problemy te mogą być nabyte już w dzieciństwie. Jeśli dziecko przynajmniej raz w roku przyjmuje antybiotyki, to flora bakteryjna, która ulega zniszczeniu, potrzebuje okolo pół roku, aby się odbudować. Możemy sobie wyobrazić, co się dzieje, gdy dziecko otrzymuje antybiotyki cztery razy w roku. Powoduje to trwałe uszkodzenie flory bakteryjnej i tu zaczynają się ogólne symptomy, np. zaparcie. Dziecko nie otrzymuje odpowiednich składników odżywczych i co za tym idzie, rozwija się nieprawidłowo. To dotyczy 50% wszystkich dzieci. Jeżeli w organizmie brakuje przyjaznych bakterii, kwasu mlekowego, organizm atakuja drożdżaki, gronkowiec. Nic nie dzieje się z dnia na dzień. Jest to powolny proces. Na wiele chorób pracujemy bardzo długo, począwszy już od dzieciństwa, np. rozwój raka żołądka trwa okolo 25 lat.

## Układ odpornościowy

Jak wspominałem na początku, nie jesteśmy jednakowi, ale pod pewny-

mi względami jesteśmy do siebie podobni. Nie można powiedzieć, że choroba, na którą cierpi jedna osoba, tak samo przebiega u innej. Najpierw trzeba więc dokładnie poznać chorego, potem rodzaj schorzenia, w myśl zasady doktora Wiliama Oslera: „O wiele bardziej ważna jest znajomość osoby, która posiada daną chorobę, niż znajomość choroby, którą ma ta osoba”. Niezmiernie istotne jest, aby zastosować leczenie dobrane do każdej osoby indywidualnie.

Osobno i wszechstronnie należy podejść do problemu chorób zakaźnych. Niektórzy są na nie bardziej podatni, inni mniej. Przykładem może być ptasia grypa. W Europie i na świecie szerzy się panika, bo okazało się, że nie ma wystarczającej ilości leków na tę chorobę, że nie możemy się przed nią bronić. Ale spokojnie możemy powiedzieć, że nie potrzebujemy żadnych leków na ptasią gripę. Jedyne, co jest nam potrzebne to dobre funkcjonujący organizm i silny układ odpornościowy. Niestety, trzeba stwierdzić, że około 75% ludzi nie ma dobrze działającego układu immunologicznego. Bo 75% ludzi nie ma zdrowej okrężnicy.



Każdy z nas ma bloki komórek, a między nimi znajdują się przestrzenie międzykomórkowe. Te przestrzenie to miejsca szkodliwej odżywnia się komórek. Każda komórka potrzebuje substancji odżywczych, aby funkcjonować, produkować energię. Wewnątrz komórki następują reakcje chemiczne. Do pełnego przebiegu tych procesów potrzebne są substancje, takie jak witaminy, minerały i tlen. W każdej z tych reakcji produkowane są odpady, toksyny. Aby się ich pozbyć, potrzebujemy dobrze działającego systemu transportowego (czerwonych krwinek).

### Właściwe środowisko

Każdy gatunek na ziemi wymaga specyficznych czynników środowiska i człowiek nie jest wyjątkiem od tej zasady. Im bardziej środowisko jest właściwe dla danego gatunku, tym mocniejsza i lepsza jest jakość życia. Znane powiedzenie mówi: „Nie można wyhodować storków w cemente”. One potrzebują do życia dobrych warunków. Tak samo nasz organizm potrzebuje odpowiedniego środowiska, aby sprawnie działać. Możemy to osiągnąć i utrzymać dzięki Alveo i Onyxowi. Codziennie jesteśmy narażeni na różnego rodzaju zapalenia i choroby. Im środowisko naszych jelit jest bardziej zakwaszone, tym łatwiej się one rozwijają. Dlatego ważne jest, aby pamiętać o uzasadnieniu naszej flory bakteryjnej.

To, co jemy, ma kluczowe znaczenie dla naszego zdrowia i może zdecydować o tym, jak przeżyjemy następne dziesięciolecie. Suplementy żywnościowe są decydującym czynnikiem w uzyskaniu i zachowaniu Zdrowego ciała i Umysłu.

## Funkcjonowanie jelit

**ZDROWIE FUNKCJONOWANIE**

Pożywczo bakterie, które pomagają i chronią naszą jelit, wraz z innymi składnikami pożytecznymi z pokarmu lub z suplementów wydzielają substancje, które nakładają się na błonę śluzową jelit, utrudniają bakterom bakteryjnym i pasożytom przemieszczanie się wzdłuż jelita.

**NIEPRAWIDŁOWE FUNKCJONOWANIE**

Brak pożytecznych bakterii i innych składników elementów pokarmu, za słabą bakterie, kwas, zaparcia i toksyny prowadzi do uszkodzenia błony jelit i niekorzystnie wpływa na jego funkcjonowanie.

1. LACTOBACILLIDAE: Biegły kulturowy szczepowy szczepionki (bakterie kwasu mlekowego, antybiotykoporności - pochodzący z serwatki). Ciężki zapalenie z infekcją. Przewlekła zapalenie w celu zapobiegania, zapobiegawczo lub zapobiegawczo jasnica z jej innymi przemyślnymi na skutek alternacji.
2. BAKTERIA GŁÓWNOCIENNE: Bakteria, która umożliwiającą wzdłużanie bakteriami przemieszczanie się do jelita.
3. LACTOBACILLIDAE: Bakteria, która umożliwiającą jasnica wykorzystywanie przez bakterie, a następnie je (wielki). Niekorzystnie prowadzących, utrudniają wzdłużanie jelit, posiada przeciwnie.
4. Śluznica
5. Uszkodzenie jelit
6. Toksyny
7. Pasożyty
8. Złotyśnienie toksyny
9. Uszkodzenie bakterie
10. Lactobacillus acidophilus: Bateria dla organizmu (inne kultury bakterie)
11. Bifidobacteria (probiotyczne bakterie jelitowe, fermentujące)
12. Niekorzystnie prowadzących, utrudniają wzdłużanie na uszkodzenia błony jelit

Musimy mieć na uwadze, że często nie dostarczamy wszystkich substancji odżywczych, niezbędnych naszemu organizmowi do utrzymania zdrowia. To powoduje liczne następstwa, a schorzenie lub choroba jest zazwyczaj wierzchołkiem góry lodowej, podczas gdy tak naprawdę musimy zwalczać dolną część góry lodowej, niewidoczną gołym okiem. Samo leczenie objawów choroby, lub jednego tylko organu na niewiele się zda, gdy problem dotyczy całego organizmu. I zazwyczaj zaczyna się w okrężnicy. Dlatego potrzebujemy m.in. witamin, aminokwasów, minerałów, mikro- i makroelementów. Dlatego powinniśmy codziennie sięgać po Alveo i Onyx.

My sami jesteśmy odpowiedzialni za nasze zdrowie. Wpływamy na nie każdego dnia. Mamy wiele toksyn i musimy je właściwie usuwać. Mamy niedobory substancji odżywczych, więc musimy je uzupełnić. Każdy z nas może pomóc zdrowiu na tej planecie. Nie ma przecież osoby, która nie cierpi na żadne schorzenia. Pamiętajmy, że Alveo i Onyx są dla wszystkich tych, dla których zdrowie jest przytęm stylem życia, a nie tylko wyjątkiem.

• Opracowała  
Weronika Kasprzak