

# Zapobiegać, zapob



O medycynie holistycznej, sposobach leczenia i powrotu do zdrowia opowiada dr nauk med. Jacek Jakubowski, neurochirurg

– Co to jest medycyna holistyczna? Na czym polega?

– Medycyna holistyczna zajmuje się całością organizmu, a nie tylko określoną częścią, narządem ciała. To całościowe podejście do tematu zdrowia. Traktowanie choroby jako stanu dotyczącego lub mającego wpływ na całość organizmu.

– Dlaczego organizm należy leczyć kompleksowo?

– Kompleksowo, czyli właśnie całościowo. Większość chorób to zaburzenia w pracy całego organizmu, mimo że objawy mogą pochodzić tylko z jednego narządu. Organizm działa sprawnie, gdy wszystkie zachodzące w nim cykle życiowe przebiegają prawidłowo. Jest to układ oparty na regulacji i wzajemnym powiązaniu różnych i licznych przemian wewnętrznych.

W związku ze stwierdzeniem konkretnej choroby zawsze należy brać pod uwagę jej wpływ na działanie innych narządów oraz pozostałych układów anatomiczno-czynnościowych ciała.

– Czym może się skończyć leczenie tylko jednego narządu?

– Przedłużonym czasem terapii bądź brakiem dostatecznego skutku tej terapii. Może zaistnieć taka sytuacja, że choroba nie poczyniła postępu, jest ograniczona do jednego narządu i nie ma jeszcze wpływu na pozostałe narządy i układy. Wówczas leczenie tylko tego jednego narządu może być wystarczające przy zachowaniu ścisłej kontroli przebiegu choroby i ocenie jej ewentualnego wpływu na resztę ciała. Zresztą tzw. kompleksowe leczenie nie dotyczy tylko sposobu leczenia od strony techniczno-lekarskiej.

Pamiętać należy zawsze o działaniach wspomagających „lekarskie” leczenie, tj. o diecie, trybie życia, rehabilitacji i innych zaleceniach. Bez ich przestrzegania pacjent stwarza ryzyko przedłużenia terapii lub jej niepowodzenia!

– Co się dzieje, jeśli lecymy jedynie objawy, nie szukając przyczyn?

– Mamy wówczas sytuację wysokiego ryzyka niepowodzenia. Szybszego rozwoju nierozpoznanej i ewentualnie źle leczonej choroby. Mogą wystąpić powikłania wynikające z rozwoju niepowstrzymywanej choroby i ubocznego działania leków. Narastają objawy ze strony innych układów. Rosną koszty leczenia. To w konsekwencji może doprowadzić do szybkiego pogorszenia się stanu chorego, a nawet do zgonu. Leczenie „na oko” jest niedopuszczalne!

– Co to jest stan homeostazy? Jak go osiągnąć?

– Stan homeostazy to stan, w którym wszystkie procesy życiowe w żywym organizmie przebiegają w sposób prawidłowy, a więc wszystkie cykle regulacji stanu narządów i układów przebiegają na optymalnym poziomie. Zachowanie homeostazy to właśnie stan zdrowia. Osiągnąć go można tylko wtedy, gdy zapewnimy żywemu organizmowi optymalne warunki funkcjonowania, żywienia, trybu życia itp. Tych warunków jest bardzo wiele. Rozwój cywilizacji sprawia, że prowadzimy nieprawidłowy tryb życia. Stres, ograniczenie wypoczynku, brak relaksu, snu, zatrucie środowiska, obciążenia w pracy, brak świadomości konieczności ogólnie rozumianej higieny życia (!) to często bariery trudne do pokonania.

# leagać, zapobiegać

– Jak rozpocząć proces zdrowienia? Czy jest coś takiego, co powinni robić wszyscy, bo oczywiście jest, że należy skorzystać z pomocy lekarza?

– Unikanie negatywnego wpływu wcześniej wymienionych czynników. Dbanie o stan zdrowia, pielęgnowanie go! Higieniczny tryb życia – jak tylko jest to możliwe. Stosowanie środków – preparatów podnoszących stan zdrowia. Należy go okresowo sprawdzać w oparciu o wiedzę lekarzy i ewentualnie zleczone przez nich badania. W przypadku prowadzonego leczenia nie wolno pod żadnym pozorem samemu decydować o dalszym sposobie leczenia, a tym bardziej o odstawieniu zaleconych przez lekarza leków! To może być bardzo groźne! W czasie leczenia należy pilnie obserwować swój stan (lub stan chorego), w celu wykrycia na czas nieskuteczności bądź nietolerancji leków.

– Jak Alveo może wspomóc leczenie?

– W swojej 18-letniej praktyce lekarskiej nie spotkałem jeszcze preparatu, który tak dobrze spełniałby nasze zdrowotne potrzeby. Mimo że jest to suplement diety, jego działanie ukierunkowane na regulację homeostazy przynosi niebagatelny zysk dla stanu zdrowia: odtruwa, podwyższa odporność, usprawnia działanie

wszystkich układów. Także układu nerwowego, a przez to wywiera działanie przeciwstresowe i tonizujące. Ponadto ma także działanie przeciwnowotworowe. Alveo może stanowić bardzo dobre uzupełnienie leczenia zaleconego przez lekarza. Jednakże lekarz leczący musi być o tym poinformowany. Wówczas proces leczenia będzie ściślej kontrolowany, gdyż Alveo może spowodować konieczność zmniejszenia dawek leków (szczególnie w terapii stanów przewlekłych). Należy o tym bezwzględnie pamiętać.

– Jaki wpływ na powrót do zdrowia ma psychika?

– Olbrzymi. Stan psychiczny pacjenta powinien być poddany takiej samej trosce lekarza jak somatyczne objawy chorobowe. Pamiętam ze swojej praktyki kobietę w podeszłym wieku, którą operowałem z powodu przewlekłego krwiaka przymózgowego. Operację zniosła dzielnie i z humorem. W trakcie jej pobytu w szpitalu nikt z rodziny jej nie odwiedził, choć cały czas mówiła o swoich dzieciach z wielkim zaangażowaniem. W końcu popadła w depresję, pomimo naszych zapewnień, że jesteśmy w kontakcie z jej rodziną. Pani ta nie dała się przekonać, uznała, że jej istnienie nie jest nikomu potrzebne. Z dnia na dzień jej stan zaczął się pogarszać bez uchwytnej przyczyny somatycznej. Zmarła po kilku dniach ze „zdrowymi wynikami”,

wyleczona z choroby, która stanowiła przyczynę jej pobytu w szpitalu. Istotnie, szybciej zdrowieję tacy chorzy, którzy mają optymistyczne nastawienie do leczenia i wsparcie ze strony nie tylko lekarza, ale i bliskich.

Jak widać, psychika pacjenta może decydować o wyniku leczenia. Pielęgnowanie pozytywnych zdarzeń i wiara w dobre rozwiązanie problemów zdrowotnych ma znaczenie także w przypadku spożywania Alveo. Mnożą się przykłady jego korzystnego i czasem zaskakującego wpływu na stan zdrowia pacjentów. To jest wielce budujące. Jednakże należy pamiętać, że Alveo nie jest panaceum. Jest to ważny czynnik wspomagający leczenie u chorych i pomocny w utrzymaniu dobrostanu u zdrowych.

– Co zrobić, aby nie zachorować ponownie, jeśli już odzyskamy zdrowie?

– Dbać o zdrowie dalej. Wystrzegać się w miarę możliwości wpływu szkodliwych czynników. Utrzymywać dobrą kondycję i zdrowy tryb życia. Stosować preparaty poprawiające działanie organizmu, nawet (a może szczególnie) w stanie naszego dobrego samopoczucia fizycznego i psychicznego. Wśród nich najbardziej polecam właśnie Alveo. Wszak „sto razy lepiej zapobiegać niż leczyć”! A może i tysiąc razy lepiej...

■ Rozmawiała Katarzyna Mazur

