

Homeostaza, czyli jak być zdrowym

O powrocie do stanu homeostazy i symptomach choroby, których nie należy lekceważyć mówi dr Jaromir Bertlik

– Mówi się, że Alveo pomaga powrócić do stanu homeostazy. Co to oznacza?

– Najkrócej mówiąc, jest to równowaga organicznych reakcji w naszym ciele, kiedy woda jest odpowiednio rozprowadzana, a tlen, minerały i składniki odżywcze są w stanie równowagi. Jeśli osiągniemy homeostazę, jesteśmy zdrowi, jeśli tę równowagę zaburzymy, mamy więcej kwasów w organizmie, a mniej tlenu lub wody. Homeostaza zmienia się wewnątrz komórek organizmu. Ta zmiana może przebiegać w dwojaki sposób. Jeśli zbyt wiele minerałów i składników odżywczych ucieka z komórki, ona się kurczy i odczuwamy ból. Możemy go odczytywać jako zapotrzebowanie

na pewne ważne minerały. Na przykład sód ma jon dodatni, a potas ujemny. Te dwa minerały utrzymują ściany komórki rozpostarte jak balon (w ciągłym napięciu). Jeśli w naszym organizmie utrzymuje się równowaga, komórka jest zdrowa i nie pojawiają się żadne problemy. Jeśli minerały tracą elektryczne lub elektromagnetyczne jony, pozytywne lub negatywne, komórka się kurczy. Gdy komórka traci jakość, także jej główna membrana (błona komórkowa) traci swoje napięcie, a wtedy więcej minerałów z pozytywnymi lub negatywnymi jonami dostaje się do środka, komórka staje się rozdęta, opuchnięta i tak właśnie się czujemy. Mała komórka jest wypełniona dużą ilością wody, by móc utrzymać równowagę pozytywnych i negatywnych jonów.

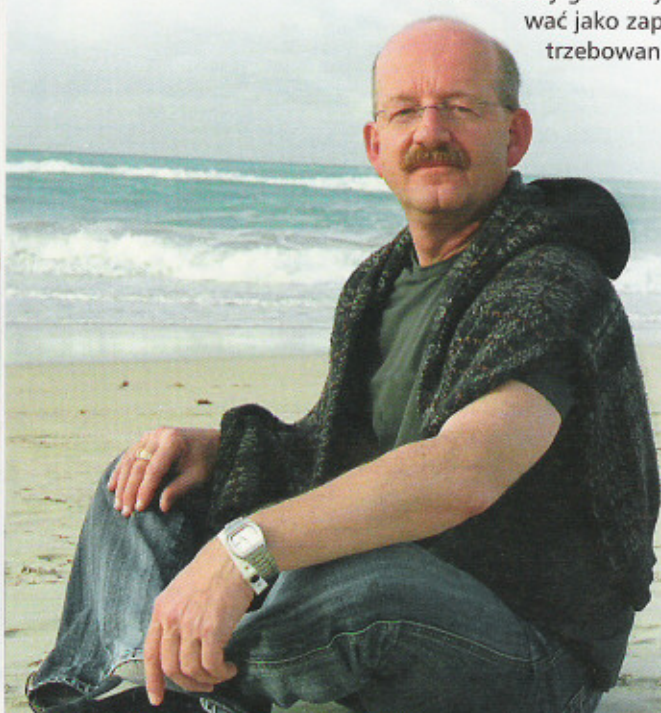
– Zaczynamy pić Alveo, czujemy się lepiej, regulują się procesy przemiany materii, łatwiej się wypróżniamy, ale proces powrotu do zdrowia trwa bardzo długo. Ile czasu może zająć nam ponowne osiągnięcie homeostazy?

– Nie ma określonej odpowiedzi, ile czasu zajmie powrót do równowagi. Różnimy się od siebie. Jesteśmy w różnych stadiach homeostazy. Ktoś może potrzebować jednego miesiąca, ktoś inny roku. To indywidualna sprawa.

– Osoby, które mają pięćdziesiąt lat, przeżyły część życia w stresie, jedząc w drodze i późnym wieczorem, pijąc dużo kawy. Cierpią na nadciśnienie, mają kłopoty z sercem i krążeniem, nierówny poziom cukru, zylaki i wrzody żołądka. „Pracowali” na obecny stan zdrowia i stąd ich obecna kondycja. W jakim stopniu Alveo pomoże im w powrocie do zdrowia?

– Musimy zrozumieć, że Alveo jest bardzo pomocne, aby przywrócić stan homeostazy w organizmie, ale sam preparat to za mało. Ludzie myślą, że pijąc Alveo mogą dalej prowadzić taki tryb życia, jaki wiedli przedtem. Dzięki Alveo na pewno będą mieli więcej energii, gruczoły hormonalne będą produkowały hormony i będą odczuwali poprawę. Ale jeśli ktoś prowadzi stresujący tryb życia, odżywia się źle, nie ćwiczy, Alveo pomoże w mniejszym stopniu, zaś proces rekonstrukcji homeostazy przedłuży się. Jednak jeśli ograniczymy źródła stresu, podejmiemy jakąś aktywność fizyczną, wyeliminujemy złe nawyki żywieniowe, będziemy czuć się lepiej i przyspieszymy powrót do równowagi.

– Osoby, które wcześniej zajęte były pracą, rodziną, zaczynają myśleć o swoim zdrowiu i nagle orientują się, że tak wiele rzeczy należy zmienić. Jakie powinny być etapy tych zmian, żeby





się nie zniechęcić i nie wyrządzić sobie szkody?

– Pierwszy krok według mnie (ma wielu zwolenników) to oczyszczenie systemu z toksyn. Zaczynamy powoli, zmieniając dietę. Należy stosować Alveo, aby oczyścić układ trawienny. Wiemy, że 90% chorób wywodzi się z problemów z układem trawiennym. Trzeba najpierw eliminować przeładowanie toksynami, a jeśli organizm będzie w stanie trawić odpowiednio, trzeba zmienić sposób żywienia. 80% dziennej diety powinny stanowić warzywa i owoce. Zdrowa dieta i jeden lub dwa litry wody dziennie, bez gazu, bo gazowana woda zmienia poziom kwasów w żołądku i zaburzony zostaje proces trawienia. Powinniśmy pić wodę oprócz innych napojów: soków, herbaty i kawy. Należy zmienić styl życia, unikać stresów i myśleć pozytywnie. Odpoczynek w czasie weekendu, wakacje, różne sposoby na relaks i dużo snu. Potem można zacząć ćwiczenia i nasza kondycja się poprawi.

– Zmieniamy styl życia, mamy dużo ruchu, pijemy wodę itd. i dzięki temu czujemy się lepiej. Możemy zadać sobie wtedy pytanie, po co więc Alveo?

– Alveo używamy do oczyszczenia systemu trawiennego i aby uniknąć zapalenia. Im stajemy się starsi, tym bardziej

się zmieniamy. Każdego dnia nasz organizm ulega ciągłemu zakwaszeniu, doprowadzając do kwasicy komórek naszych organów. Długotrwałe zakwaszenie organizmu prowadzi do rozwoju poważnych chorób, np. nadciśnienia, miażdżycy, cukrzycy, osteoporozy, nowotworów oraz zmian zwyrodnieniowych. Powinniśmy więc dążyć do stałego odkwaszenia ustroju, by doprowadzić do prawidłowej równowagi kwasowo-zasadowej. Alveo wspomaga enzymatyczne reakcje, funkcje trawienne organizmu i pozwala utrzymać prawidłową florę bakteryjną na odpowiednim poziomie. Dlatego powinniśmy stosować Alveo zawsze. Mieszanka 26 ziół:

- działa przeciwzapalnie
- stymuluje homeostazę
- pomaga oczyścić system trawienny
- pomaga odbudować sprzyjającą organizmowi „dobrą” florę bakteryjną.

– Czy kiedyś ludzie byli zdrowsi? Jak wyglądało życie około 50 lat temu lub przed wojną?

– Dawniej ludzie znali zioła, wiedzieli, jak z nich korzystać, by oczyścić organizm i jak pomóc zdrowiu. Dziś możemy żyć dłużej niż nasi przodkowie, ale wiemy, że oni mieli zdrowszą żywność.

To, co spożywamy obecnie, zawiera dużo toksyn, jest modyfikowane genetycznie i nafaszerowane konserwantami chemicznymi. Obecnie często czujemy się zdrowo, bo zażywamy różne leki. Medycyna pomaga nam rozwiązywać problemy. Mamy do wyboru dużo leków i możemy zlikwidować symptomy choroby, na przykład ból głowy eliminujemy pigułką. W efekcie możemy mieć kiedyś kłopoty z wątrobą i pęcherzykiem żółciowym. Rak i cukrzyca także nie biorą się znikąd.

– Dużo osób ma problemy ze zdrowiem. Są otyli, tysiają, nie mają sił witalnych. Jak osoby obciążone tymi problemami mogą sobie poradzić?

– Bardzo łatwo jest odpowiedzieć, ale trudniej wprowadzić w życie. Najważniejsza jest decyzja. Czasami brak mocy, by podjąć tę decyzję, zmienić coś, zrobić coś dla siebie.

Dużo problemów ze zdrowiem pochodzi z dysfunkcji gruczołów hormonalnych. Wszystkie gruczoły powinny produkować odpowiednią ilość hormonów. Jeśli tak się nie dzieje, możemy doświadczyć wielu symptomów, które mieszczą się w kategorii dysfunkcji organizmu (ale nie chorób). Ludzie czują się zmęczeni, wypadają im włosy, cera robi się brzydka, paznokcie stają się łamliwe – małe symptomy pokazują, jak pracują gruczoły naszego organizmu. Nikt nie wie, co się dzieje, bo wyniki badania krwi są dobre, ale osoba czuje się chora.

Powracamy do homeostazy w komórkach. System trawienny otrzymuje składniki odżywcze jako pierwszy i przez niego docierają do organów. Każda pojedyncza komórka potrzebuje składników odżywczych, jonów. Mózg wysyła informacje o dostarczaniu tych składników. Jeśli centralny system nie pracuje odpowiednio, nie jest w stanie wysyłać składników odżywczych tam, gdzie trzeba i wtedy czujemy się źle.

– Byłam na szkoleniu z pierwszej pomocy. Lekarz mówił, że najwięcej czasu (85%) od zawału do interwencji lekarza zajmuje decyzja, czy zadzwonić po pogotowie. Dlaczego ludzie boją się dzwonić, obawiają się lekarzy, szpitala?

– Ludzie boją się czegoś nowego. W szpitalu czują się źle i czują się chorzy, i nie mają siły walczyć z chorobą. Należy zacząć zmieniać nawyki jeszcze przed ukończeniem 50 lat. Trzeba uczyć młode pokolenie, jak zapobiegać chorobom. Poważne choroby nie powstały z niczego. Najwięcej szans na bycie zdrowymi mają dzieci, którym wpaja się razem z podstawowymi zasadami reguły zdrowego życia. Z łatwością mogą się przyzwyczaić do picia codziennie jednej miarki Alveo. One mają szansę być zdrową generacją, ale to w dużym stopniu zależy od nas, czy tą wiedzę będziemy chcieli im przekazać.

■ Rozmawiała
Katarzyna Piotrowska

