

# Walka organizmu z niewidzialnym wrogiem



O odporności, jej wpływie na cały organizm oraz roli Alveo w stymulowaniu układu immunologicznego mówi dr Sohrab Khoshbin



- Co to jest układ odpornościowy i w jaki sposób funkcjonuje?

- System odpornościowy stanowią wyspecjalizowane komórki, które bronią organizm przed infekcjami i chorobami. Narządami, które pomagają ową walkę stoczyć, są szpik kostny, system limfatyczny, gruczoł grasicy, wątroba i śledziona, wszystkie one odpowiedzialne są za opieranie się chorobie.

Szpik kostny produkuje czerwone i białe krwinki oraz płytki krwi. Śledziona pomaga systemowi odpornościowemu przyspieszając produkcję czerwonych krwinek oraz poprzez uruchamianie mechanizmu krzepnięcia krwi w razie uszkodzenia ciała. Wątroba może zwiększać temperaturę i wywołać pocenie się przy małych infekcjach. Gruczoł grasicy produkuje ochronne komórki typu B i T. Krwinki białe, zwane również limfocytami, zatrzymują zarazki za pomocą chemicznej broni.

System odpornościowy może również zapamiętywać „najeźdźcę”. Kiedy zbuduje on odpowiednio dobraną broń przeciwko danej chorobie, organizm może zwalczyć ją następnym razem z łatwością. Wówczas możemy powiedzieć, że jesteśmy uodpornieni. Bywamy odporni na wiele chorób, które przechodziliśmy wcześniej, np. w okresie dzieciństwa. System odpornościowy może być wzmocniony poprzez przyjmowanie odżywek, witamin, minerałów oraz ziół. Osłabić go mogą operacje, długie choroby, fizyczny i uczuciowy stres, złe nawyki żywieniowe, brak snu i kontakt z materiałami toksycznymi. Kiedy system odpornościowy jest słaby, ciało staje się bardziej podatne na choroby. Z wiekiem funkcjonuje on mniej efektywnie, a liczba limfocytów się zmniejsza.

- Co się dzieje w naszym organizmie, jeśli układ odpornościowy zaczyna szwankować?

- Kiedy układ odpornościowy jest słaby, organizm staje się bardziej podatny na wszystkie rodzaje chorób. To oznacza, że liczba limfocytów jest mniejsza, stan komórek typu B i T się obniżył, wątroba i śledziona nie mogą funkcjonować odpowiednio, więc nasze ciało atakują różne wirusy i bakterie.

- Jakie choroby (oprócz tradycyjnych przeziębień) mogą pojawić się, gdy układ odpornościowy źle funkcjonuje?

- Gdy układ odpornościowy nie pracuje odpowiednio, można się spodziewać, że organizm nie będzie mógł zwalczyć żadnych chorób, nawet tak prostych jak przeziębienie. Wyobraźcie sobie, że ciało jest jak miasto, które nie ma murów ani innej osłony przed wrogiem, dlatego można tam z łatwością wtargnąć.

- Czy i w jaki sposób Alveo i Onyx mogą wpłynąć na poprawę naszej odporności? Czy te preparaty uchronią nas przed chorobami?

- Aveo i Onyx są stworzone, aby pomóc nam wzmocnić system odpornościowy. Jak już powiedziałem, potrzebuje on środków odżywczych, witamin, minerałów i specjalnych ziół, aby odpowiednio funkcjonować. W obecnych czasach, gdy spożywamy żywność konserwowaną chemicznie i oddychamy zanieczyszczonym powietrzem, nasza wątroba i śledziona, które są częścią systemu odpornościowego, muszą pracować ciężiej, aby pozbyć się wszystkich toksyn. Szczególnie Alveo służy do

oczyszczenia i odmłodzenia tych dwóch ważnych organów. Onyx, będący źródłem minerałów, pomaga systemowi odpornościowemu zwiększyć jego zdolność do zwalczania chorób. Dlatego właśnie Alveo i Onyx są tak bardzo ważne. Nasze badania pokazują, że osoby, które piją te dwa preparaty przez pewien okres, są zdrowsze i nie chorują tak często jak przed rozpoczęciem suplementacji.



- Jeśli już zachorujemy np. na gripę i zaczniemy pić Alveo w trakcie choroby, czy przyspieszy ono proces powrotu do zdrowia? Jakiej dawki wówczas powinno się zażywać?

- Oczywiście, polecamy wszystkim regularne picie Alveo i Onyxu, aby wzmocnić system odpornościowy i zapobiegać chorobom. W razie jej pojawienia się - pomogą lepiej z nią walczyć. W takim wypadku dawka Alveo powinna być podwójnie lub nawet potrójnie zwiększona. Jeśli na przykład bierzesz pół miarki Alveo regularnie dwa razy dziennie, dawka powinna być zwiększona do jednej miarki trzy razy dziennie, dla szybszego wyzdrowienia.

• Rozmawiała Beata Nowacka

$$\text{dawka dla dziecka} = \frac{28 \text{ ml} \times \text{waga dziecka (w kilogramach)}}{70 \text{ kg (zakładana waga dorosłej osoby)}}$$

Na przykład, jeśli dziecko waży 38 kilogramów:

$$\frac{28 \times 38 \text{ kg}}{70} = 15,2 \text{ ml}$$



## Od nich zależy odporność

**Cynk** - jest jednym z przeciwutleniaczy. Odpowiada za prawidłowe funkcjonowanie ponad 200 enzymów w organizmie. Ma duże znaczenie w budowie, rozwoju i regeneracji uszkodzonych tkanek. Reguluje działanie genów. Wspomaga leczenie opryszczki, infekcji wywołanych przez wirusy, czynności tarczycy, zaburzeń odpornościowych, niepłodności u mężczyzn, zapalenia stawów, raka, alkoholizmu, trądziku, anoreksji, wrzodów, artretyzmu, gośca i alergii.

**Witamina A** - jej naturalna forma jest znana jako beta-karoten i retinol.

Beta-karoten, czyli karotenoid (barwnik, który nadaje roślinom kolor), jest przetwarzany przez naszą wątrobę na witaminę A. Jest bardzo dobrym przeciwutleniaczem, co oznacza, że spowalnia procesy starzenia się i zapobiega nowotworom. Znajduje się we wszystkich owocach i warzywach o jasnych barwach. Uzyskuje się go z roślin, w których występuje w znacznych ilościach, takich jak: lucerna siewna, dzika róża, pieprzowiec owocowy, koniczyna łąkowa, koper włoski, czeremcha amerykańska.

Retinol - forma witaminy A występująca w naturze. Znajduje się głównie w produktach pochodzenia zwierzęcego, np. w wątrobie, oleju z rybiej wątroby, maśle, serze żółtym. Jest lepiej przyswajalny przez organizm, jeśli przyjmujemy go w posiłku razem z białkiem, olejem lub tłuszczem. Witamina A wspomaga odporność, opóźnia procesy starzenia się, pomaga w zachowaniu dobrego wzroku, błon śluzowych, rozwoju tkanek, warunkuje prawidłowe procesy wzrostu.

**Witamina C** - najlepiej działa z bioflawonoidami (które są cudownymi przeciwutleniaczami, zwalczającymi m.in. wolne rodniki) wapniem i magnezem. Zapotrzebowanie na wit. C zwiększają: stres, pigułki antykoncepcyjne, infekcje, alkohol, papierosy, aspiryna, jak również mieszkanie na zatrutym obszarze (dwutlenek węgla). Występuje w dzikiej róży, pieprzowcu owocowym, lucernie siewnej, żeń-szeniu, koniczynie łąkowej, rdeście wielokwiatowym, koprze włoskim, czeremsha amerykańskiej, czerwonych i czarnych porzeczkach, poziomkach, owocach cytrusowych, agrestie, pomidorach. Wspomaga leczenie infekcji, astmy, zmniejsza występowanie zakrzepów w żyłach, obniża poziom cholesterolu we krwi, przyspiesza gojenie się ran.