



Joalis info

Meníme svet po kvapkách

1/2017

január – február

Bulletin informačnej a celostnej medicíny



Plúca pod lupou

Svalové tkanivá

Oldřiška Čapková:

Nič sa nemá robiť násilím

Slovensko hodnotilo



Slovensko hodnotilo rok 2015-2016



Na seminárnom dni 19. 11. 2016 v Bratislave prebehlo celoročné vyhodnotenie najlepších terapeutov, kde im MUDr. Jonáš odovzdal vecné ceny. Prinášame Vám náhľad z tejto každoročnej udalosti v podobe fotografii, ktoré sme stihli zachytiť.

1. miesto

300,- eur na nákup preparátov
Dr. Molnár (401/mes.)



2. miesto

250,- eur na nákup preparátov
Mgr. Heinz (330/mes.)



3. miesto

200,- eur na nákup preparátov
Mgr. Martinová (279/mes.)

4. miesto

150,- eur na nákup preparátov
Ing. Eliášová (264/mes.)

5. miesto

100,- eur na nákup preparátov
p. Petrličová (203/mes.)



6. miesto

balíček Abélií (75,-)
p. Katrincová (167/mes.)

7. miesto

balíček Helpov (62,-)
p. Kováčová (158/mes.)



8. miesto

balíček detox.prípravkov (60,-)
MUDr. Živická (144/mes.)

9. miesto

sada mastí (45,-)
MUDr. Vlachová (132/mes.)

10. miesto

balíček – Pozor súl, Activ col (30,-)
p. Volgyák (130/mes.)



11. miesto

balíček – Pozor súl (13,-)
p. Šanková (112/mes.)

Ostatní hodnotenie vid' v prílohe tohto časopisu.

OKREM TOHO ZÍSKAVAJÚ

1. miesto: AŠD 1+ Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 400 ks
BONUS 20 ks Joalis štvrt'ročne + ZĽAVA 100 % NA ŠKOLENIA

2. miesto: AŠD 1 Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 300 ks
BONUS 10 ks Joalis štvrt'ročne + ZĽAVA 100 % NA ŠKOLENIA

3. – 5. miesto: AŠD 2 Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 200 ks
ZĽAVA 100 % NA ŠKOLENIA

6. – 11. miesto: AŠD 3 Najlepší s celoročným priemerným odberom nad 100 ks
50 % ZĽAVA NA ŠKOLENIE

Srdečná vďaka všetkým, ktorí sa snažíte o dobrú vec a nech detoxikačná metóda MUDr. J. Jonáša je Vám stále nápomocná.
Za MAN-SR, s. r. o. Ing. Lýdia Eliášová – konateľka spoločnosti

Obsah

2 AKTUALITY

Slovensko hodnotilo rok 2015-2016

4 PROFIL

Oldřiška Čapková:

Žádná věc není náhodná a nic se nemá dělat násilím

7 GALERIE JOALIS

Abeceda detoxikačních preparátů:

Lihové preparáty – F a G

10 BUŇKY V TĚLE

Svalová tkáň

14 BAMBI KLUB

Nebojte se děti vystavit mrazu

Poradna

16 ORGÁNY ČÍNSKÉHO PENTAGRAMU

Plíce

19 ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

Kouření, toxiny a jejich role v našem organismu

22 ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

Igor Bukovský:

Každý člověk může měnit svět k lepšímu

24 JOALIS TÉMA

Astma bronchiale

27 KALENDARIUM

Připravované akce

EDITORIAL



Vážení a milí čtenáři,



ráda bych vás přivítala na stránkách prvního bulletinu v roce 2017. Pevně věřím, že letošní rok bude pro všechny z nás obohacující a přinese nám nové zážitky, setkání a nová poznání. A součástí toho všeho bude i nadále metoda kontrolované a řízené detoxikace.

*Hlavním tématem info bulletinu, který držíte v ruce, jsou **plíce** a obecně témata s tímto orgánem spojená. **Astma bronchiale** je velmi rozšířené civilizační onemocnění. Jde vlastně o chorobu nervového původu, ale projevuje se zúžením průdušek a stavy dušnosti. Jak na astma a zda se dá vůbec léčit, rozebere článek vycházející z videorozhovoru MUDr. Josefa Jonáše. Plíce jsou také jedním z hlavních **orgánů čínského pentagramu**. Co vše s nimi souvisí a jak je nejlépe detoxikovat si přečtete v příspěvku Ing. Vladimíra Jelínka. Mgr. Marie Vilánková si v rubrice **Zdravý životní styl** posvětila na kouření a toxiny, které se díky tomuto nešvaru v našich organismech hromadí.*

*V seriálu **Buňky v těle** se zaměříme na svalovou tkáň, pokračuje i oblíbená **Galerie preparátů**. **Profil** patří tentokrát sympatické terapeutce z Vysočiny, paní Oldřišce Čapkové. V článku **Bambi klubu** se dozvíte, proč s dětmi chodit ven, a to i když je mrazivo. K novoroční změně vás možná bude inspirovat **Rozhovor** se sympatickým odborníkem na výživu MUDr. Igorem Bukovským.*

Přeji vám krásný vstup do nového roku a děkuji za přízeň, kterou nám projevujete.

Za redakci



Jitka Menclová
redaktorka bulletinu

Bulletin informačnej a celostnej medicíny

Číslo bolo spracované s využitím textov z českého vydania bulletinu Joalis info 5/2015

Spracovanie pre SR: Ing. Lýdia Eliášová, man-sr@man-sr.sk

Grafická úprava pre SR: Ivan Sokolský | ywan, www.ywan.sk

Tlač v SR: Tlačiareň P+M s.r.o., Budovateľská 1, 038 53 Turany

Distribúcia v SR: MAN-SR s.r.o., Plzenská č.49, 040 11 Košice

Redakčná rada: MUDr. Josef Jonáš, Ing. Vladimír Jelínek, Mgr. Marie Vilánková

Šéfredaktor: Jitka Menclová, j.menclova@joalis.eu, tel. 602 694 295

Grafická úprava: Martina Hovorková

Vydavateľ: Joalis s.r.o., Orlická 2176/9,
130 00 Praha 3, IČO 25408534, www.joalis.eu

Evidován pod č. MK ČR E 14928

Společnost Joalis s.r.o., má certifikovaný systém řízení, kvality dle normy ISO 9001.



Detoxikační medicíně se začala věnovat už v roce 2001. Od té doby pomohla stovkám, možná i tisícům klientů.

A jak říká nejen ona, v nemoci se dá hodně změnit „obyčejným“ popovídáním si a laskavým přístupem terapeuta.

Oldřiška Čapková:



Žádná věc není náhodná a nic se nemá dělat násilím

Jak jste se dostala k detoxikační medicíně, respektive k metodě MUDr. Josefa Jonáše? Jak dlouho praxi provozujete?

Od roku 2001. Tehdy jsem se v Mariánských Lázních zúčastnila dvoudenní konference, kde nám byly představeny různé alternativní metody včetně metody MUDr. Josefa Jonáše, a to za jeho osobní účasti. Tady jsem se s řízenou detoxikací seznámila poprvé, i když pana doktora jsem znala už z dřívějšíka – dokonce jsem k němu několikrát vezla nemocnou maminku mého manžela. Jeho metoda mne velmi zaujala a s kamarádkou lékařkou jsme si společně zakoupily přístroj Salvie a učily se měřit. Ještě předtím, než jsem ale začala se samotnou terapeutickou praxí, zorganizovala jsem u nás v Havlíčkově Brodě

dvě přednášky MUDr. Jonáše. Tenkrát jsem od něj poprvé slyšela, že by chtěl jakási střediska po republice, detoxikační centra. Tenkrát jsem si řekla: „Ano, to je to, co bych chtěla dělat!“ Protože mi moje tehdejší firma umožnila pronájem takové malé vzorkové prodejny ve městě, začala jsem si první klienty zvát sem. V roce 2004 jsme si, spolu s už zmíněnou kamarádkou, zařídily a otevřely svůj vlastní prostor v domě u mého syna a tady stále působíme.

Vím, že s kamarádkou Lídou se v životě pořád jaksi „potkáváte“.

Ano, pracovaly jsme spolu už v nemocnici, Lída je plicní lékařka, já jsem pracovala na rentgenu. Když jsme se setkaly na semináři

MUDr. Jonáše, řekly jsme si, že to není náhoda a zřídily si poradnu dohromady. Částečně samozřejmě kvůli financím, postupem doby jsme ale zjistily, že nám to takto vyhovuje. V současné době to praktikujeme tak, že se střídáme – jedna měří a druhá zapisuje.

Začala jste s touto metodou tedy jen proto, že Vás zaujala? Vy sama jste neměla zdravotní problémy?

Ale to víte, že ano. Moje vlastní zdravotní problémy byly dost závažné a nebyť detoxikační medicíny, myslím, že už bych tu nebyla. To myslím naprosto vážně. Od dětství jsem trpěla na angíny a často měla migrény – někdy i dvakrát do týdne, několikrát jsem se ocitla dokonce v bezvědomí. Nebylo to lehké

a ty migrény přetrvaly až do dospělosti. Do toho mi po třicítce diagnostikovali četnou myomatózu. Hormonálně jsem byla úplně rozhozená, doktoři vždycky říkali: „*Počkejte, po porodu se to spraví.*“ Ale nestalo se nic, i když mám za sebou tři porody. Když jsem se pak začala detoxikačními postupy čistit, migrény ustaly, myomy se ztratily a já nemusela brát žádné léky a ani jsem nemusela na žádnou operaci. Dnes už ale vím, že moje děti si z mého nemocného organismu také něco odnesly – vlastně jsem se vyčistila přes ně. Tak to prostě funguje. Nemoci se předávají z matky na dítě.

A jak jsou na tom Vaše děti dnes? Detoxikují?

Ano, dokonce teď už i všechny čtyři vnoučata. Děti začaly s detoxikací celkem záhy, hned, jak se začaly přese mne dostávat k informacím.

Pracovala jste předtím ve zdravotnictví. Můžete nám o tom prozradit trochu více?

Původní profesí jsem zdravotní sestra, pracovala na dětském oddělení, poté v jeslích. Následně jsem si dodělala rekvalifikaci na rentgenovou laborantku, hlavně kvůli dětem, resp. proto, abych nemusela chodit na směny. Na rentgenu jsem pracovala 11 let, až do roku 1998. Platy šly tenkrát hodně nízkou, všechno se privatizovalo. Navíc vztahy na pracovišti nebyly vůbec dobré. Hledala jsem něco jiného a začala tehdy dělat finanční poradenství. A pak, po roce 2001, jsem se začala věnovat detoxikační medicíně.

Jak se k Vaší nové profesi stavělo Vaše okolí – rodina, přátelé?

Musím říct, že nejbližší rodina velmi dobře. Zajímalo je to. Děti i manžel. Tomu dokonce čas od času něco „naordinuji“. A úspěš-

ně – před pár lety mu to velmi pomohlo. Fandil mi od začátku. Dokonce ani moji rodiče s tím neměli žádný problém. Mamince je už přes osmdesát a detoxikací se udržuje fit. Jediný problém jsem měla se svými sestrami. Ty se ode mne odtáhly, vnímají mne jako černou ovci rodiny. Ale já je nechávám, nepřemlouvám je k ničemu. Říkám si: „Nech je, však ony vlastní cestou přijdou na to, co potřebují vědět“.

Co Vám osobně praxe terapeutky dala?

Jestli se to tak dá říct, tak smysl života. Děláním něčeho, co mě ohromně baví a co má smysl.

Denně vidím efekt a výsledky své práce. To mi v klasické medicíně chybělo nejvíc.

Denně vidím efekt a výsledky své práce. To je to, co mi chybělo v klasické medicíně. Tam byly vždy závěry vyšetření úměrné věku, a tuto obecnou rovinu vůbec nemám ráda. Potlačuji se příznaky, nic moc se neřeší. Tedy samozřejmě pokud vás neodesílají na operaci. K příčině zdravotních problémů, odkud pochází a proč se dostavily, konvenční medicína nejde. Takhle práce mne opravdu čím dál víc naplňuje, je to i můj koníček. V neposlední řadě musím zmínit, že jsem se díky detoxikaci potkala a seznámila se spoustou báječných lidí. S některými z klientů jsme dnes už přátelé. V některých životních obdobích se lidi kolem vás mění. To se stalo i mně, ale pořád mám třeba kamarádky ze školy, se kterými se scházíme, dokonce je i tato metoda dost zajímavá.

Co považujete za svůj největší profesní úspěch?

Každého klienta, kterému se uleví. A je jich opravdu velká spousta. Nedávno jsem zrovna měřila paní, která k nám poprvé přišla asi před dvěma a půl lety. Lékaři jí tehdy diagnostikovali rakovinu prsu, navíc jednu z agresivních forem. Ložisko měla asi čtyřcentimetrové. Psychicky na tom byla hodně špatně. Tehdy jsme s paní Mgr. Vilánkovou nahráli něco navíc do preparátu, protože v Salvii se ukázalo, že hlavní příčinou jsou vi-ry a pak „nějaké vztahy“. Tedy vztahové věci. Což mi ze začátku ani tak nepřišlo, nebo mne spíš nenapadla ta přímá souvislost. A ona o tom vlastně ani nikdy nemluvila. Protože

jsem si ji zvala často na kontrolu, při jednom z těch sezení jsem jí řekla, že by tam svou roli mohly hrát i vztahy v rodině. Ona okamžitě zareagovala: „*To jsou vztahy s mamkou.*“ Sama na tom pak opravdu hodně zapracovala a tím pádem jsou dnes výsledky takové, jaké jsou. Tedy že je v současné době zdravá a v pohodě. Jezdila na klasickou léčbu do Mama centra, sama si řídila klasickou terapii spolu s detoxikační medicínou. I průběžné výsledky z vyšetření měla vždycky lepší než ostatní ženy, s nimiž chodila na terapii. Ložisko se stále zmenšovalo a zmenšovalo, a když nastoupila do nemocnice na operaci k odstranění nádoru, nemohli jí ložisko téměř najít. Pak ji ještě lékaři chtěli nasadit ozařování a hormonální léčbu, ale to už paní odmítla a podepsala revers. Dnes je tedy v pořádku, dále však detoxikuje. To je jeden z případů, ze kterých mám opravdu velkou radost.

Nebo případ mladého chlapce s leukémií. Když k nám přišel, chtěl jet do Itálie na jablka, ale cítil se špatně. Šel ještě i k doktorovi na krev. Výsledky měl tak alarmující, že ho odtud odvezli rovnou do nemocnice a začali připravovat transplantaci kostní dřeně. Měl sestru, která souhlasila, že mu kostní dřeň poskytne. I když jsme mu těsně předtím vyměřili virovou zátěž, nic – tedy žádné preparáty – brát nezačal. Asi se bál a také ho možná ovlivnilo okolí. Byl na tom hodně špatně – zhubnul, zuby mu vytrhali, nikdo za ním nemohl chodit. Jeho přítelkyně ho mohla vidat jen přes sklo. Byl úplně na dně. Pak ho najednou pustili na dva týdny domů. Trochu to vypadalo, že ho pouští, aby se měl čas rozloučit. Když byl doma, kamarádka mu přinesla





S kolegyněmi

Lékaři na své pacienty nemají tolik času a ani si s nimi možná nechtějí povídat. Ale já jsem přesvědčená, že pokud se o toho člověka zajímáte, úplně jinak se léčí.

aspoň **Antivex**. Protože se už nebál, že by něco ztratil, začal si ho kapat na hrudní kost v intervalu asi dvou hodin. Když se pak vrátil zpět do nemocnice, byl na tom lépe. Poté podstoupil operaci, transplantovali mu kostní dřeň. Ale protože viděl, jak mu ten preparát pomohl, začal od té doby pravidelně docházet a kapat. Dnes už to bude takových pět let. Teď je myslím někde v Krkonoších, pracuje jako kuchař. Byl u nás na jaře, je úplně bez potíží.

Určitě se setkáváte i s určitou nedůvěrou. Máte nějaký návod, co obecně platí na „nevěřící Tomáše“?

Často se setkávám s tím, že klient chce objednat někoho jiného, o němž si myslí, že by mu pomohl. Vždycky říkám: „*Nepřesvědčujte ho, on ještě nedozrál. Až mu to dojde, přijde sám.*“ A většinou to tak je – někdo přijde a říká, že tu byl nějaký jeho známý už třeba před dvěma lety. Z toho, abych se snažila někoho přemlouvat, jsem se už vyléčila. Udělala jsem to jednou, v okruhu blízké rodiny. Dcera mojí sestry trpěla nejdříve anorexií, pak bulimií. Chtěla jsem jí pomoci, tak jsem jí říkala, že aspoň něco zkusíme. Ne, úplně se odvrátili, sestra pak dokonce vinila z problémů mne. Prostě si myslím, že lidem, kteří této metodě nevěří, to prostě není dané.

Máte také zkušenosti, že jen kapky nestačí, že je do určité míry nutno změnit životní styl?

Určitě, ale většina klientů na to přijde sama, prostě jim to nějak sepne, propojí se to. Často k nám chodí lidé, že jim to někdo doporučil. Nebo třeba maminky s dětmi, které marnodí. Když pak sama maminka vidí, že to funguje, začne detoxikovat také. Vzápětí většinou přijde i někdo další z rodiny. Nebo třeba obyvatelé z jednoho okruhu lidí – u nás konkrétně z jedné malé vesnice. Vystřídaly se nám v poradně snad všechny místní děti... Prostě si to ti klienti mezi sebou řeknou. Tady musím zmínit i to, jak jsem vděčná, že se můžu učit i já od nich. Někdo přijde, řekne a doporučí mi něco, co dělal a pomohlo mu to, a já to mohu zakomponovat do celkové cesty, kterou zase můžu doporučit dalšímu klientovi. Například cvičení jógy nebo meditace. Určitě je dobré nebýt pasivní, ale ono to lidi k tomu nějak vede. Já sama jsem určitou dobu nemohla sportovat. Byla jsem unavená a dlouhé procházky mi nic neříkaly. Ale pak najednou mě to „nakoplo“. Nebo třeba s bylinkami, těm já sice moc nerozumím, ale klientům říkám: „*Dívejte se, co vám přijde do cesty. Když často vidíte nějakou rostlinku, určitě ji potřebujete a měli byste ji užívat.*“ Žádná věc totiž není náhodná a nic se nemá dělat násilím.

Máte před sebou nějakou profesionální výzvu?

Já nejsem moc vůdčí typ, a když jsem něco hodně chtěla, tak se to buď nepovedlo anebo mne to kolikrát třeba ani nebavilo. Tak všemu nechávám volný průběh. Teď to mám prostě tak, že jsem to pustila, a to, co má přijít, přijde samo.

Kdo pro Vás v životě je nebo byl vzorem?

Nad touto otázkou jsem se dlouho zamýšlela. Nemám to tak, že bych v životě někdy měla vzor. Ale vzpomněla jsem si, že když jsme byli malí a dávali si památníky, tak mi jeden z mých učitelů napsal: „*Žij v životě tak, aby ses nemusela stydět za uplynulá léta.*“ A na to si opravdu často vzpomenu, to mi zůstalo v hlavě. Jiný vzor, jako nějakou osobu, nemám. Jsem ale moc ráda, že jsem se dostala k práci terapeuta. Dříve, když jsem pracovala ve finančnictví a věděla jsem, že ti lidé nemají tolik peněz, moc mi nešlo uzavírat smlouvy. Tady vím, že jde především o člověka. Například lékaři na své pacienty nemají tolik času a možná si s nimi ani nechtějí povídat. Ale já vidím, že pokud se o toho člověka zajímáte, mluvíte s ním, tak se úplně jinak léčí.

Co považujete v životě za nejdůležitější?

Nejdůležitější pro mne je rodina a zdraví, moje i jejich. A spokojenost. Veškeré majetky jsou pomíjivé, a někdy, když má člověk hodně, je to na obtíž. Nejvíce si prostě považuji lásku a příjemné lidi kolem sebe.

Jitka Menclová

Oldřiška Čapková



Datum a místo narození:
24. dubna 1955 v Havlíčkově
Brodě, žije tamtéž

Má tři dospělé děti a čtyři vnoučata

Má ráda: Svou rodinu, psy, svou práci

Kontakt:
737 324 932
Detoxikační centrum
Dlouhá 3034, Havlíčkův Brod
oldrisk-capkova@seznam.cz



Postupně vás seznamujeme se všemi preparáty Joalis tak, jak jdou abecedně za sebou. Některé od doby svého vzniku změnilý název nebo složení. Každopádně stojí za to postupně si všechny připomenout.



Abece detoxikačních preparátů

Fatig

Chronický únavový syndrom je častý zdravotní problém, i když není počítán mezi onemocnění. Preparát **Fatig** odstraňuje mikrobiální ložiska z příslušné části nervového systému. Mikrobiální ložisko je nejčastějším toxinem, dokonce daleko častějším než potravinové toxiny. Kritické místo pro udržení organismu v přijatelné vitalitě se nachází v mezencefalu a jde o část nazývanou *formatio reticularis*. Je to pokračování struktury z prodloužené míchy a z Varolova mostu. Tato struktura má za úkol udržovat pomocí impulsů mozkovou kůru v příslušné aktivitě. Při zavření očí se tato aktivita vypíná. Může být také až příliš aktivní a pak způsobuje neklid, především motorický a někdy i psychický. Úroveň impulsů *formatio reticularis* je individuální a proto jsou mezi námi lidé více aktivní, s větším množstvím životní energie,

a pak ti méně aktivní. Nemusí se jednat o poruchu, tu snadno zjistíme pomocí EAV přístroje.

Felea

Tento preparát byl původně konstruován specificky pro detoxikaci žlučníku. Později přešel do **LiverDrenu** kvůli zjednodušení detoxikace. Preparát je tedy možno použít k odstranění mikrobiálních ložisek ze žlučníku a téměř se kryje s **LiverDrenem**. Proto se používá poměrně málo. Žlučník reaguje i na vegetativní nervový systém, na metabolické a potravinové toxiny. Nebo reaguje tvorbou žlučnickových kamenů, což je zcela jiná záležitost než mikrobiální ložisko ve žlučníku. Může se projevovat nejen lokálními problémy v místě tohoto orgánu, ale i psychicky, a to podrážděností, neklidem či trávicími potížemi, nadýmáním nebo citlivostí kůže na

hlavě. Jelikož je činnost žlučníku úzce svázaná s játry, doporučuji použít spíše právě **LiverDren**.

FasciDren

Preparát velmi často používaný především pro potíže pohybového ústrojí či pro speciální diagnózu, jakou je fibromyalgie. Fascie jsou blány, které se nacházejí mezi jednotlivými svalovými skupinami nebo obepínají celý sval. Do tohoto preparátu jsou však zařazeny ještě další vazivové struktury, které se nacházejí v pohybovém ústrojí člověka. Jde o aponeurózy, septa, membrány. Toxiny v těchto vazivových strukturách imitují bolesti kloubů či svalů a bývají obvykle součástí ještě dalších toxických postižení pohybového aparátu. Pouze u onemocnění fibromyalgie jde o postižení právě fasciálního a svalového aparátu. Celkově se toxické zatížení těchto

struktur projevuje bolestí celého těla, tlakovou bolestí na svazech, nášlapovou bolestí na plosce nohy či přecitlivělostí dlaní. Má pak obvykle za následek i celkovou únavu a bolestivost a útlum celého organismu. Tento preparát zařazujeme do detoxikačního programu často, protože problémy zde popsané jsou velmi četné a jen málokdo je správně diagnostikuje a zařadí.



Fluorex

Název preparátu vychází ze slova flor, které znamená vaginální výtok. Ten bývá nejčastěji spojován s plísněmi, ale může jít i o výtok bakteriálního či virového původu. Příčina vaginálního výtoku nebývá přímo v pochvě, toto postižení nastává následkem střevní dysmikrobie. Znamená to, že **Fluorex** nepoužíváme jako samostatný preparát, ale prakticky výhradně jako součást detoxikačního programu, ve kterém je také zařazena střevní symbióza. Velmi prospěšné bývá i zařazení odsolování, protože k mikrobiálním ložiskům v mnohovrstevné stěně pochvy se často dostaneme jen prostřednictvím odstranění biogenních solí. Samotná střevní symbióza nebo odstranění solí však nemusí odstranit vaginální výtok. Právě v tomto okamžiku používáme **Fluorex** jako specifický preparát, který by sám o sobě pravděpodobně nefungoval, bez něj však obvykle nedojde k odstranění tohoto nepříjemného symptomu.

Fornex

Speciálním poznatkem detoxikace je etiologie nezhoubných nádorů. Mezi nezhoubné nádory počítáme fibromy, lipomy, adenomy, myomy atd. Aby došlo ke vzniku nezhoubné-

ho nádoru, musí k tomu dát organismus pokyn. Za organismus tento pokyn dává samozřejmě mozek. Právě struktura nazývaná fornix určuje, zda se v těle vytváří nebo nevytváří nezhoubné nádory. **Fornex** je tudíž nezbytnou součástí jakéhokoli odstranění tendence vytváření nezhoubných nádorů jako jsou třeba polypy, myomy, adenomy. Potom k vlastní detoxikaci kromě **Fornexu** použijeme i lokální preparáty z místa, kde se podobný nádor tvoří. Pochopitelně, že je důležité dostat se k tě zmíněné aktivní struktuře fornixu, což se nám často může podařit pod clonou odsolovacích preparátů.

FSME

Patří mezi antivirové preparáty. Speciálně jde o preparát k virové klíšťové encefalitidě. Antimikrobiální preparáty, mezi které antivirotika typu **FSME** patří, nemají samostatně velký význam. Používají se téměř výhradně jako součást detoxikace imunitního systému, eventuálně odstranění ložisek či detoxikace



orgánu, kde se **FSME** nachází, což bývá obvykle mozek. Lze říci, že **FSME** slouží k nasměrování imunitního systému proti tomuto klíšťovému viru. Mnozí lidé se domnívají, že tyto preparáty nahradí antibiotika a používají je místo nich. **FSME** antibiotika nenahrazuje, přesto je velmi důležitým preparátem, tím posledním rozhodujícím krokem, kterým se nám podaří odstranit zmíněnou zátěž. **FSME** může také sloužit k diagnostice tohoto virového onemocnění v klíštěti, kdy měříme samotné klíště. Protože klíště je přenašečem celé řady mikroorganismů, pomocí **FSME** můžeme vyspecifikovat, zda se v něm tato virová zátěž nachází.

GasteDren

Preparát určený pro detoxikaci žaludku. Sám

žaludek bývá postižený spíše dysmikrobií zažívacího traktu, která se pak také týká dysmikrobie žaludku. Stav žaludku také velice závisí na kvalitě funkce vegetativního nervového systému. Přesto někdy dochází k usazení mikrobiálních ložisek ve stěně žaludku a k následným problémům. Mezi ně patří hlavně zánět tohoto orgánu. Je však třeba důsledně odlišit, zda jde o mikroorganismy, které jsou součástí dysmikrobie zažívacího traktu, o ložisko ve stěně žaludku či o vliv vegetativního nervového systému nebo vliv bloudivého nervu. Pokud se žaludek kromě nepříjemných pocitů projevuje i páchnoucím dechem, použijeme právě **GasteDren**.

Gastex

Komplexní preparát, který zohledňoval přítomnost dalších možných toxinů v žaludku. Nakonec se ukázalo, že mimo mikrobiálních ložisek se přímo v samotném žaludku mnoho jiných toxinů nevyskytuje. Velmi často uváděný problém, zánět žaludku, způsobený *helicobacterem pylori*, má svou příčinu v dysmikrobií. Tento mikroorganismus je totiž součástí střevní mikroflóry a obvyklý je jeho vzestup do žaludku, nikoliv infekce zvenčí, jak se většina lékařů domnívá. Proto preparát **Gastex** nemá oproti preparátu **GasteDren** mnoho výhod a jde o preparát historického významu z doby tvorby a hledání optimálních kombinací.

Geosmog

Jde především o diagnostický prostředek. Když pozitivita při měření tohoto preparátu ukazuje na nějakou patogenní energii, může jít jak o geopatogenní energii, tak o zdroj elektromagnetického záření či o záření laserového původu. Samotný preparát je velmi potřebný ve chvílích, kdy dojde k odrušení místa, ve kterém působí patogenní energie nebo přestěhování dotyčného člověka. Po přestěhování zůstávají rezidua patogenních energií v organismu a mohou se podílet na přetrvání různých potíží. V takovém případě může **Geosmog** odbourat informační paměťovou složku. Jestliže člověk zůstane přímo v dosahu zdroje této patogenní energie, nemá pak **Geosmog** žádný zvláštní význam. Ještě mohu upozornit na to, že kombinace zátěže patogenními energiemi a těžkými kovy je velmi závažná a proto můžeme tento preparát použít i v kombinaci s **Antimetalem** a **MindDrenem**. V takovém případě je tento preparát schopen kompenzovat i některé nepříjemné důsledky patogenních energií.

Gli-glu

Svého času velmi důležitý preparát. Když jsem v 90. letech upozornil na v Čechách stále stoupající intoleranci glutenu, bylo třeba najít jak diagnostické možnosti, tak i případnou detoxikaci. Diagnostické možnosti (kromě biopsie tenkého střeva) tenkrát neexistovaly a postoj lékařské veřejnosti k této informaci byl velmi negativní. Dnes už to nikomu nemusí takto připadat, protože intolerance glutenu je populární a reagují na ni pochopitelně i lékaři. Před 20 lety to byl spíše projev šilence, který o něčem takovém hovoří. Známa byla pouze primární celiakie, o tomto typu potíží se nic nevědělo a jejich existenci odborníci odmítali. **Gli-glu** jsme tedy používali k diagnostice intolerance, ale pokoušeli jsme se odstranit i její příčiny. V průběhu času se ukázalo, že příčiny je do jisté míry možné odstranit prostřednictvím střevní symbiomy a detoxikace mozku, především imunitních center. Intolerance glutenu totiž spočívá v imunitní reakci v tenkém střevě na tuto bílkovinu a tato reakce je do jisté míry ovlivnitelná. Pokud říkám do jisté míry, znamená to, že už samotná existence svědčí o velké labilitě této části imunity a tudíž při velkém zatížení glutenem selhává. K odstra-

nění reziduí glutenu, která se neodstraní ani při naprosté a absolutní dietě, používáme preparát **Metabex** a diagnostické možnosti díky EAM systému máme rovněž velmi dobré. Preparát **Gli-glu** tudíž zvolna upadá v zapomnění, poněvadž svou důležitou úlohu již sehrál.

Gripin

Tento preparát bychom zdánlivě mohli používat při akutní nákaze chřipkou. To ovšem není účelem ani smyslem tohoto preparátu. Především proto, že by nám s chřipkou mnoho nepomohl, i když může stimulovat imunitní systém k rychlé odpovědi. Děje se tak pouze v případech, že imunita je ve velmi dobré kondici. Chřipkové viry však napadají svaly i nervový systém a jsou častou součástí residuí v těchto tkáních. Volné infekce gripeviry pak mohou způsobovat svalové bolesti, slabost, únavu a v nervovém systému celou škálu poruch. **Gripin** tedy používáme hlavně po odeznění chřipky, kdy imunitní systém infekci zvládl, ale můžeme ho také používat jako prevenci právě před obavami z chřipky, protože imunitu aktivuje. Gripeviry však mohou být i chronickou zátěží z doby před mnoha lety, proto má tento preparát velmi široké použití.

GynoDren

Velmi důležitý preparát pro gynekologické ústrojí. Zahrnuje v sobě vaječníky, vejcovody, dělohu i pochvu. Záběr je tedy velmi široký, což z něj činí hodně používaný preparát. Používáme ho téměř vždy právě v kombinaci s odstraněním střevní dysmikrobie a odsolením. Gynekologické ústrojí je oblastí s celou řadou mikrobiálních ložisek, neboť jde o ústrojí otevřené ven a tudíž dobře přístupné různým infekcím. Navíc jeho prostřednictvím dochází k přímému fyzickému kontaktu s druhým člověkem, a to způsobem natolik intimním, že to nemá v organismu obdoby. Proto jde o naprosto nezastupitelný preparát, a to jak při poševních potížích nejrůznějšího typu, tak i při děložních zánětech či zánětech vaječníků. Musíme mít na paměti, že určité části gynekologického ústrojí podléhají vlivu pohlavních hormonů – především vaječníky a děloha – a tak si nemůžeme myslet, že všechny potíže budou způsobené pouze přítomností toxinů. Toxiny však nacházíme při nejrůznějších problémech v tomto ústrojí prakticky vždy.

MUDr. Josef Jonáš



Seminár V. pre pokročilých terapeutov

Konal sa v Bratislave na Čechinovej 3 v sobotu 10. 12. 2016. Stretnutie bolo o to príjemnejšie, že okrem odovzdávania skúseností sa nieslo v duchu blížiacich sa Vianoc, kde si všetci prípitkom zaželali veľa zdravia, hlavne pre svojich klientov, pacientov a nevedeli si vynachváliť originálne preparáty MUDr. J. Jonáša, ktoré im pri ich práci tak pomáhajú. Nechýbalo ani bohaté pohostenie a darček od organizátora firmy MAN-SR, s. r. o.





Svalová tkáň

V dalším díle našeho seriálu se zaměříme na svalovou tkáň. Prošli jsme embryonálním vývojem, podrobně popsali epitelové a pojivové buňky. Zbývá nám ještě nervová tkáň, kterou si necháme do dalších dílů.

Dnes jsou tedy na řadě svalové tkáně. Tkáně jsou soubory buněk, které jsou si velmi podobné a plní určitou funkci. U svalové tkáně je základní funkcí pohyb, který vzniká díky schopnosti svalových buněk stahovat se. Spouštěčem stáhnutí, kontrakce, je excitace, pokyn nervového systému svalové buňce, který se šíří elektrickým proudem díky přesunům iontů. Po podráždění svalové buňky se začne přeměňovat chemická energie na mechanickou a projeví se aktivní svalovou silou nebo zkrácením svalu.

Zajištění pohybu

Svaly zajišťují všechny naše pohyby. Umožňují tak veškerou lidskou práci, posun z místa na místo, schopnost lehnout si a zase vstát, běhat, vyskakovat, plazit se. Jsou nezbytné pro komunikaci, díky nim můžeme mluvit, smát se, plakat, ale i psát perem, na počítači nebo na mobilu. Bez svalů zatím neumíme komunikovat s okolím. Známý geniální vědec Stephen Hawking trpí nevyléčitelnou nemocí motorických nervů, amyotrofií, která

rádní sklerózou, kdy degenerují neurony ovládající vůli ovlivnitelné svaly. Postupně dochází i k oslabení svalů a jejich atrofii. Mozek nakonec není schopen ovládat většinu svalů a pacient zůstává paralyzován, při zachování psychických a mentálních schopností. Problémy začaly trápit vědce již na vysoké škole. Byl upoután na vozík. Nejprve komunikoval a ovládal počítač svým hlasem, postupně o něj také definitivně přišel. Později používal kartičky, zdvihnutým obočím vybíral písmena. Vědec se vzpírá všem prognózám, stále žije a publikoval mnoho převratných vědeckých teorií o vesmíru. Jeho pohybové možnosti se však stále zhoršují a zhoršuje se i možnost jeho komunikace. V současnosti má na brýlích připevněn ovladač k počítači, který pomocí infračerveného paprsku snímá nepatrné pohyby v jeho tváři. Pokud se nemoc bude zhoršovat, může přijít o poslední možnost komunikace. Tedy pokud se nepodaří sestavit zařízení, které by četlo jeho mozkové vlny, a on jimi ovládal počítač. Všechny pokusy o jeho sestavení ale zatím selhaly.

Význam svalů při komunikaci

Díky svalům tedy můžeme komunikovat vědomě, ale hrají také důležitou úlohu v podvědomé komunikaci, kdy díky nim vyjadřujeme svoje emoce. Zda je úsměv upřímný nebo falešný, prozradí stažení svalů v naší tváři. Jsme schopni vůlí ovlivnit sval *zygomaticus major*, kterým zvedáme koutky úst. Právý úsměv od srdce ale doprovází stažení svalů *musculus orbicularis oculi*, které se nacházejí okolo očí, ale které již vůlí neovládáme. Prozradí nás také horní víčka, která při upřímném úsměvu lehce poklesnou. Pokud se snažíme vyloudit falešný úsměv, rty se nám zvednou, ale svalstvo okolo očí zůstává mimo naši vědomou kontrolu. Kdo se často upřímně usmívá, vytvoří se mu okolo očí vrásky smíchu a takový člověk má naše podvědomé sympatie. Svaly neslouží jen pro práci a komunikaci, jsou důležité také pro činnost a práci vnitřních orgánů. Zajišťují cirkulaci krve, pomáhají trávit potravu a posunovat ji zažívacím traktem. Díky nim ovládáme naše vylučování, protože jsou důležitou součástí našich svěračů (sfinkterů). A také děložní sval je zásadní pro porod dítěte.

Co tvoří naše svaly

Základní buňkou svalů je myocyt. Liší se svou strukturou a funkcí, podle toho, zda tvoří kosterní, srdeční či hladkou svalovinu. Kosterní svalová tkáň je uspořádána do jednotlivých svalů, které jsou pomocí vazivových struktur upnuty na části kostry. Jednotlivé svaly jsou obalené epimysiem, vrstvou hustého kolagenního vaziva. Samotný sval tvoří jednotlivé svazky vláken, které jsou obaleny perimysiem, vazivovou vrstvou vyztuženou sítěmi kolagenních vláken. Mezi jednotlivými svazky se nachází cévní a nervové sítě. Perimysium je tvárné, dovoluje vzájemné posuny svazků v průběhu činnosti svalu. Svazky vláken jsou tvořeny svalovým vláknem, což je základní stavební buněčná jednotka kosterní svaloviny. Je to protáhlý válcovitý útvar s mnoha buněčnými jádry. Jednotlivá svalová vlákna mohou být dlouhá až několik centimetrů (dokonce až 40 cm), ale jsou velmi tenká, v průměru mají 10–100 mikrometrů. Svalové vlákno vzniká splynutím jednojaderných myoblastů. Je to zvláštní typ buňky, takzvané syncytium. Mnoho jader jí dává vzhledu obrovsky rychlé výroby bílkovin a regenerace samotné buňky. Nevýhodou je neschopnost dalšího dělení svalových vláken, nemožnost zvětšení jejich počtu a nahrazení poškozených novými. V případě potřeby růs-

tu a regenerace svalových vláken se k nim připojují a splývají nově namnožené satelitní buňky, kmenové buňky svalů.

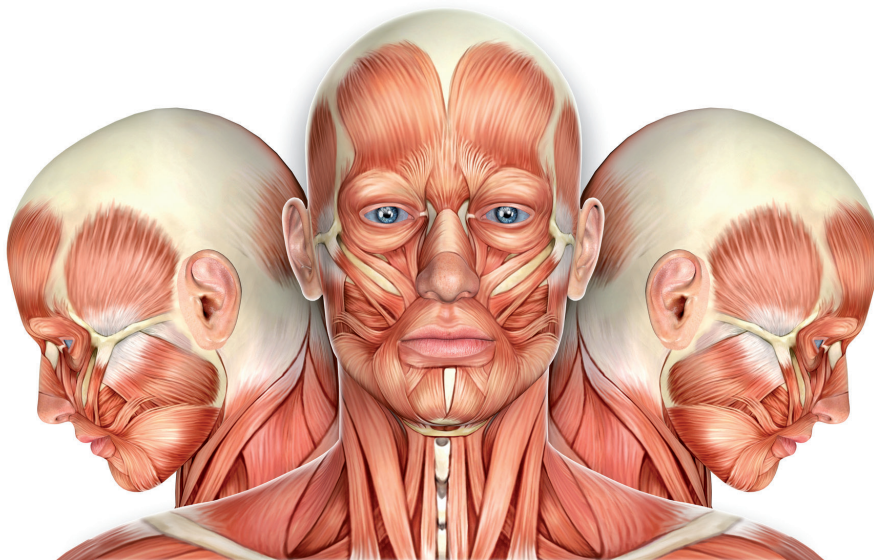
Myosin je motor svalu

Při růstu, pravidelném cvičení a používání jednotlivých svalů dochází k jejich množení, připojení a zvětšuje se tloušťka svalových vláken. Svaly narůstají. Pokud není sval používán, dochází k zrychlenému odbourávání proteinů, snižuje se tloušťka vláken a sval atrofuje. Rozdíl ve svalové hmotě u různých lidí není dán obecně množstvím svalových buněk, ale jejich rozdílnou tloušťkou. Konce

struční problémy. Nezapomeňte tedy proto při detoxikaci u nesnášenlivosti lepku detoxikovat svalový systém preparáty **Joalis FasciDren** a **MuscuDren**.

Uvnitř svalového vlákna (svalové buňky) jsou myofibrila, svalová vlákénka z proteinů, tvořící základní kontraktilní jednotku svalové buňky. Myofibrila jsou tvořena hlavně z aktinu a myosinu. Aktin tvoří tenká vlákna, myosin tlustá, vzájemně po sobě kloužou a zasouvají se do sebe. Spouštěcím momentem je uvolnění iontů vápníku mezi vlákna aktinu a myosinu. Když je vápník odčerpán zpět, vlákna se zase rozpojí. Zasunutí je u jednoho páru aktin-myosinu dlouhé jen pár na-

Svaly neslouží jen pro práci a komunikaci, jsou také důležité pro činnost a práci vnitřních orgánů.



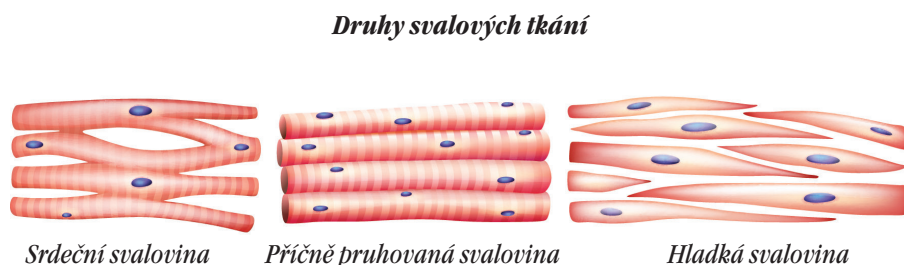
svalových vláken jsou upevněny do kolagenních fibril. Svalová vlákna jsou obalena vazivem endomysiem. Jsou to retikulární vlákna, které mechanicky přenášejí síly mezi svalovými vlákny a jsou důležité pro odolnost svalu proti roztržení. Také jsou v něm kapiláry, nervy, lymfatické uzliny zajišťující imunitu pro svaly. Endomysium je důležité pro výměnu metabolitů mezi svalovým vláknem a kapilárami a pro tok iontů během excitace. Vazivovou složku svalů detoxikujeme pomocí preparátu **Joalis FasciDren**. Je důležité upozornit, že při intoleranci lepku dochází velmi často (v 95 %) ke vzniku protilátek, které endomysium (jak příčné pruhované, tak i hladké svaly) velmi poškozuje. Důsledkem mohou být různé svalové bolesti, únava, poruchy trávení, men-

nometrů a jeho síla je naprosto mizivá. Ale miliony a miliony těchto bílkovin řazených v sérii i paralelně v milionech svalových vláken celého těla vytváří na svou hmotnost překvapivě velkou sílu. Myosin je motor svalu. Díky štěpení energie z ATP připoutaných na myosin se mění jeho tvar, připoutávají se postupně na různá místa na aktinu a tím ho posunují. Detailní popis najdete na obrázku na následující straně.

Na co se zaměřit u detoxikace svalů

Problémy ve svalové soustavě se projevují hlavně svalovou slabostí, bolestmi, často v oblasti ramenou a kyčlí, někdy zvýšeným napětím svalů, křečemi. Častým příznakem

je celková únava. Toxiny ve svaích někdy způsobují problémy s prokrvením prstů, které jsou studené, zebou a zdají se být až bílé. U svalových problémů musíme kromě samotné detoxikace svalů a sleziny jako mateřského orgánu zkontrolovat štítnou žlázu. Pokud se jedná o tyreotoxikózu (nadměrnou funkci štítné žlázy), projevuje se svalovou slabostí, úbytkem svalové hmoty a síly. U hypotyreózy (snížené funkce štítné žlázy) se kromě svalové slabosti objevuje i bolestivost svalů. A na jaké toxiny bychom se měli zaměřit v kosterní svalovině? V první řadě jsou to mikrobiální ložiska a také chronické infekce. Obecně mikrobiální ložiska ve svaích, tedy i kosterní svalovině, detoxikujeme už zmíněným přípravkem **MuscuDren**. Pokud zjistíme ve svalové tkáni chronickou infekci, používáme příslušné přípravky podle toho, co je jejím původcem. Ve svaích to často mohou být virová ložiska. Typicky jsou to chřipkové viry (*Orthomyxoviridae*), enteroviry, hlav-



Někdy ve svaích najdeme adenoviry, parvoviry, ale i herpetické viry, hepatické viry a retroviry. U chronických virových infekcí používáme preparát **Antivex**, v případě chřipkovitých virů **Gripin**. Z bakterií jsou to hlavně streptokoky, stafylokoky (**Kokplus**), clostridie, peptostreptokoky (**Anaerob**), *Aeromonas hydrophila* (**Enterobac**), mykobakterie (**Mycobac**), mykoplasmata (**Mollicut**). Často to mohou být i borrelie, ty napadají převážně vazivovou složku kosterního svalstva, mohou se ale dostat i přímo do sva-

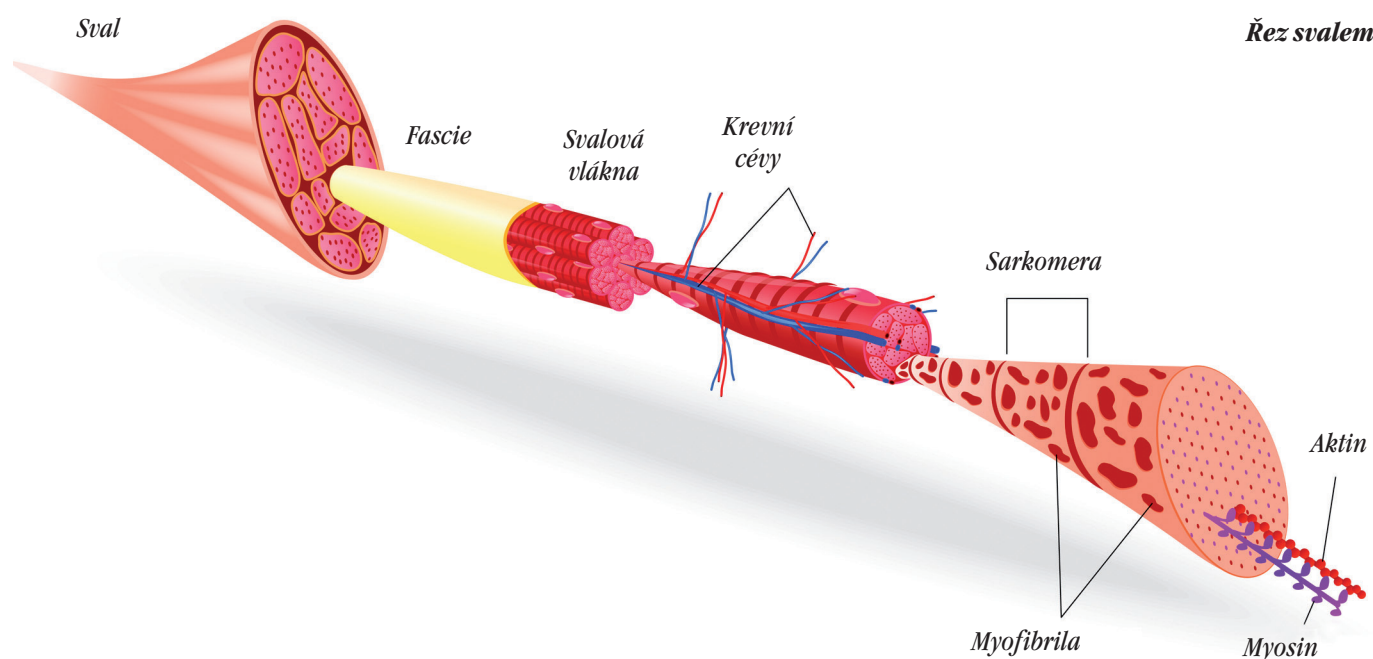
jednobuněčných prvoků, například *Sarcocystis*, *Entamoeba*, *Plasmodia*, ale i z mnohobuněčných parazitů jako *Spirometra*, *Toxocara*, *Trichinella*, *Echinococcus* a řada dalších. Zde použijeme přípravek **Para-Pa-ra**. Ve svalové tkáni mohou však být i plísňe, například *Microsporidia*, *Candida*, *Cryptococcus*, *Coccidie*, *Pneumocysta*, *Histoplasma* a další. V případě plísni použijeme přípravek **Joalis Yeast**. Chronický zánět svalů je často spojen s autoimunitními procesy. V takovém případě je nutné nejen detoxikovat samotné svalstvo, ale hlavně také zastavit autoimunitní proces. Je důležité detoxikovat játra, slezinu, pracovat s psychikou prostřednictvím preparátů **Emoce**, **Streson**, **Autoimun**.

Pohyb je řízen prostřednictvím nervového systému. Na řízení motoriky se podílejí prakticky všechny oddíly CNS. Periferní nervový systém přenáší informaci o pohybu jednotlivým svalům (**Joalis NeuroDren**). V míše se řídí základní pohybové vzorce a reflexy (**Medulon**), mozkový kmen reguluje svalové

Při detoxikaci u nesnášenlivosti lepku nezapomeňte detoxikovat také svalový systém preparáty Joalis FasciDren a MuscuDren.

ně coxsackie, paramyxoviry, kam patří virus spalniček (*morbilli*), respirovirus (*parainfluenza virus*), příušnic (*mumps virus*).

lových buněk. Jedním z nejčastějších ložisek ve svalové tkáni jsou ložiska *Toxoplasma gondii*. Mohou to být ale i další parazité z řad



napětí a kontroluje pohyb, mozeček udržuje rovnováhu, polohu a také kontroluje pohyb (**Cortex**). V talamu se pohyby registrují, bazální ganglia motoriku řídí, aktivují se před zahájením pohybu a plánují jednotlivé pohyby, kontrolují složité pohybové vzorce jako je řeč, psaní, sportovní dovednosti, a tlumí motoriku (**Cranium**). Motorická kůra veškeré pohyby řídí (**Cortex**). Pokud je pohyb nový a neznámý, aktivuje mozek daleko více svalových vláken, než je potřeba. Pokud se organismus pohyb naučí, roste jeho efektivita, přesnost. Podílí se na něm také méně řídicích neuronů a svalových vláken, což také znamená velkou úsporu energie. Kompletní detoxikace svalového systému zahrnuje nejen detoxikaci svalových buněk preparátem **MuscuDren**, ale také vazivových struktur obalujících svaly preparátem **FasciDren** a neuronů přímo řídicích svalové buňky preparátem **NeuroDren**.

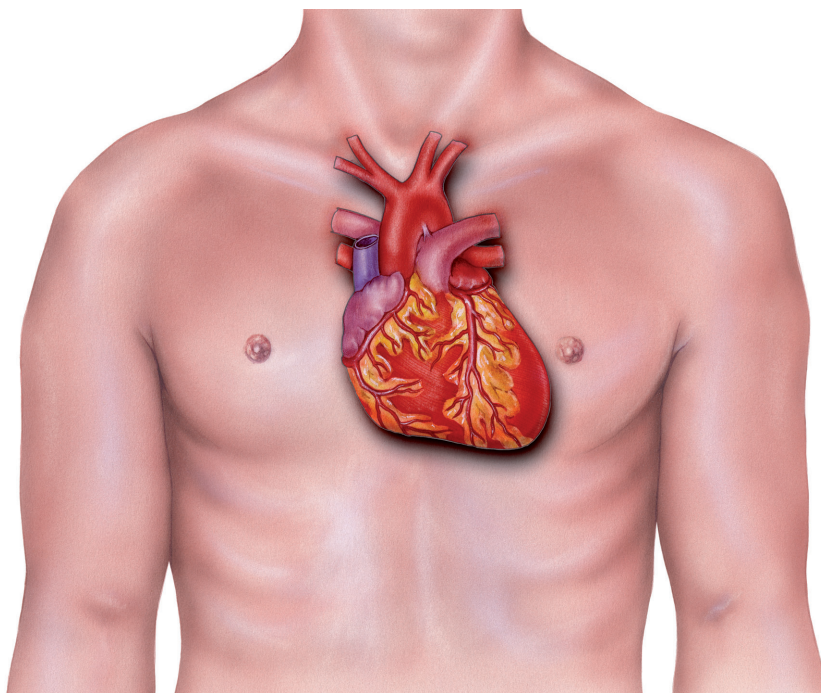
Hladké svalstvo

Dalším typem svalů v těle jsou hladké svaly. Ty se nachází hlavně ve svalových vrstvách stěn vnitřních dutých orgánů trávicího, dýchacího, močopohlavního systému, cévách, které mohou měnit svůj průsvit. Hladké svaly jsou také roztroušeny v kůži, v duhovce oka. Tohle svalstvo se nedá na rozdíl od příčně pruhovaného ovládat vůlí, jeho kontrakce spouští vegetativní nervový systém nebo některé hormonální stimuly, hlavně hormony jako oxytocin, adrenalin, noradrenalin, serotonin, histamin. Hladkou svalovinu trávicího traktu řídí enterální nervový systém. Hladká svalovina je tvořena štíhlými svalovými buňkami, jejichž aktinová a myozinová vlákna nejsou uspořádána do zasunujících se sarkomer. Svalové buňky leží těsně vedle sebe a vytvářejí vrstvy, pruhy a protiběžné systémy. Hladká svalovina se zkracuje pomaleji než příčně pruhované svalstvo, ale mnohem vydatněji, až na jednu třetinu své původní délky. Také hladké svaly mohou zůstat v kontrahovaném stahu bez většího výdeje energie. Vytváří se tak napětí, tonus. Ten může

stoupat nebo klesat. Pokud chybně funguje hladká svalovina, často je to zvýšení tonu; může se to projevit řadou problémů jako je vysoký krevní tlak, astma, koliky trávicího a močového traktu, problémy při porodu. Buňky hladké svaloviny ovlivňují podobně

rytmu a dalším srdečním a cévním problémům. Svalové buňky srdce mají sníženou možnost regenerace, odumřelá svalovina se například po srdečním myokardu hojí vazivovou jizvou. Srdeční svalovina je kromě výše uvedených mikrobiálních ložisek a toxinů také

Chronický zánět svalů je často spojen s autoimunitními procesy. V takovém případě je nutné nejen detoxikovat samotné svalstvo, ale zastavit i autoimunitní proces.



toxiny, hlavně tedy mikrobiální ložiska a mikrobiální toxiny, jako buňky příčně pruhované svaloviny. Detoxikují se také preparáty **MuscuDren** nebo jednotlivé druhy svaloviny v orgánech příslušnými dreny jako **RespiDren**, **GasteDren**, **ColiDren**, **GynoDren**.

Srdeční svalovinu (myokard) tvoří třetí typ svalové buňky (kardiomyocyt), který v sobě spojuje vlastnosti kosterní i hladké svalové tkáně. Svalovina umožňuje pravidelné stahy srdce a je to nejmohutnější část srdeční stěny. Nejsilnější myokard se nachází v levé komoře srdce, protože zde dochází k vypuzování okysličené krve do velkého krevního oběhu. Při trvalejším přetížení srdeční svaloviny například při vysokém krevním tlaku nebo nedoléhajících chlopních dochází k hypertrofii, zvětšuje se hmota svaloviny a ztlusťuje se srdeční stěna. Hypertrofované svalové buňky mají horší výkonnost, dochází ke zvýšené tvorbě metabolitů, dochází k poruchám srdečního

velmi citlivá na difterický toxin produkovaný bakteriemi z rodu *Bordetella* způsobující onemocnění nazvané černý kašel. Přestože se proti bakterii *Bordetella pertussis* plošně očkuje, není výskyt černého kašle vzácný. Je to způsobeno nedostatečnou imunitou proti této bakterii a také nárůstu příbuzné bakterie *Bordetella parapertussis*, která způsobuje podobné problémy. Zánět srdečního svalu je nebezpečné onemocnění, nejčastěji se na něm podílí chronická virová infekce (coxsackie, polioviry, echoviry, chřipkové viry, adenoviry, spalničky, zarděnky, neštovice...). Pozor, zánět srdečního svalu může být způsoben i borreliovou infekcí. V tomto případě použijte osvědčenou kombinaci **CorDren** + **Spirobor**. Některé záněty jsou autoimunitního původu. Roli v jejich příčinách také mohou hrát některé infekce, hlavně streptokoky, borrelie.

Mgr. Marie Vilánková



Buňky srdečního svalu





Poněkud zavádějící titulek, vidíte? Podstatou myšlenky samozřejmě není vyhodit děti ven na mráz, ale vystavit je mrazu po dobu, která jim nemůže uškodit. Naopak.

Nebojte se děti vystavit mrazu

Malé děti, a to i ty v kočárku, by měly být na čerstvém vzduchu za každého počasí, tedy i když venku mrzne. Samozřejmě existuje určitá hranice teploty a času stráveného venku. Víte jaká? Do redakce Bambi klubu přišel úsměvný e-mail od maminky Šárky z Hradce Králové. S jejím svolením příběh zveřejňujeme a k tomu přidáváme i pár rad pro ostatní maminky, které se přehnaně bojí.

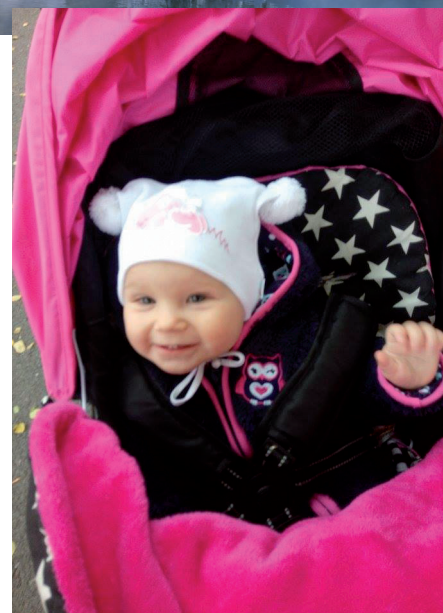
Příběh maminky Šárky

Mám roční holčičku, která bývá často nemocná. Kašle, kýchá, pořád má ucpaný nos. Když je venku velká zima, raději nikam nedjeme. Maximálně na nákup a zpět. Před nedávnem byla zase nemocná, tak jsem s ní zašla k naší dětské lékařce. Nebyla tam, měla dovolenou. Zastupoval ji takový starší, svěrázný pan doktor, který už byl v důchodu, a už při vstupu do ordinace mě uzemnil jako

malou školačku: „Ty dnešní matky. Proč je to dítě tak navlečené, když jste v čekárně? A samozřejmě jste přijela autem, vidíte?“ Odpověděla jsem: „Ano, přijela, je zima.“ Doktor na to: „A v zimě se s dětmi ven nechodí? Jak to dělaly matky dřív, každá měla auto?“ Pak se ještě podíval do karty a dodal: „Ženská, vždyť to máte za rohem!“ Chtělo se mi utéct, ale měla jsem strach o holčičku, protože celou noc kašlala, tak jsem ještě na dotaz, co jí je, odpověděla, že má kašel, rýmu a bývá často nemocná.

„Bývá často nemocná, protože ji neotužujete. Podívejte, je samá potnička. Chodíte s ní vůbec ven? Jen začnou první mrazíky, už ty své dětičky chumláte doma pod peřinou. Nás vystrčili v kočárku na mráz a nikdy jsme nemocní nebyli.“

V duchu jsem si pomyslela něco o době, kdy byl pan doktor v kočárku, to muselo být ještě za Rakousko-Uherska, ale pak jsem si uvědomila, že vlastně i mého mladšího bratra ne-



chávala maminka v kočárku na dvoře. A to i v zimě, kdy byl venku sníh. To si dobře pamatuju. A mě určitě také. Tváře jsme mívali červené od mrazu a nepamatuji, že bychom bývali nějak zvlášť často stonali. Z mého vzpomínání na dětství mě opět vytrhnul hřmotný hlas pana doktora. „Tak maminko, až se ta vaše princezna dostane z nejhoršího, postupně, pomalu a za každého počasí na chvílku ven, ať jí pěkně zčervenají tvářičky. Jinak tady budete za chvíli znovu. A větrat a větrat a na kontrolu přijďte příště

pěšky, nemáte to daleko. “Usmál se, malinkou pohladil, prý celá maminka... a já musím přiznat, že jsem byla o 14 dní později na kontrole celkem smutná, když tam ten rázný pan doktor už nebyl.

Šárka S., Hradec Králové

Názor odborníka

Děti by měly být na čerstvém vzduchu co nejdéle. V létě i v zimě. V současné době se většina dětí jen přeloží z autosedačky do kočárku, se kterým se maminka projde po vyhrátém nákupním centru, největším zdroji bacilů, a pak zase zpátky do autosedačky a domů. Když je sychravé počasí nebo mrzne, maminkám se ven příliš nechce, ale dítě čerstvý vzduch potřebuje. Je dokázáno, že děti spí venku zjevně déle, a to nejen v létě, ale i v zimě. **Když je zima a nemrzne, dítě v kočárku by mělo strávit na čerstvém vzduchu zhruba tak hodinu a půl. Při mrazech se pak doporučuje půlhodinka.** Je samozřejmě potřeba dbát na správné, teplé vlněné oblečení, **aby měly děti vlnu co nejvíce u těla, a teplý fusak. Pusinku by měly mít přikrytou ve tvaru střišky, aby mohly dýchat a mráz na ně nešel přímo.** Mráz vyhání bacily a děťátko se pak bude mnohem lépe spát i dýchat.

Bambi klub doporučuje

Imunitu dětí podporujte nejen kojením a stravou bohatou na vitamíny, ale od útlého věku také přiměřeným oblékáním. Co můžeme udělat pro posílení imunity našeho dítěte? MUDr. Josef Jonáš shrnuje: **„Našimi preparáty Joalis neposilujeme imunitu, ale řešíme příčiny, které imunitu blokují a zhoršují.“** **Doporučujeme preventivní mazání dětskými olejčky Joalis Bambi Oil, a pokud je dítě starší, imunita se optimalizuje přípravkem Bambi Symbiflor.**

Nezapomeňte, že imunitu dětí lze ovlivňovat už od narození!



Ovšem pozor, teplota nesmí klesnout k minus deseti, pak je lepší zůstat s dítětem doma. V zimních měsících je také velmi důležité nepřetápět byt, zejména v místnosti, kde se spí, a krátce a častěji větrat!

Jak předejít prvnímu spouštěči nachlazení?

- kupujte dětem vitamíny
- otužujte je
- dětem, které se už pohybují, nedávejte hodně vrstev oblečení

- pravidelně větrejte místnost, v níž dítě spí
- nepřetápějte
- chodte s dětmi např. do sauny, od věci není ani návštěva solných jeskyní, které jsou už dnes svým zařízením dětem uzpůsobeny

Podle lékařských studií podporujících zdravý dětský spánek je **u dětí vystavených čerstvému vzduchu, ať už v létě, nebo uprostřed zimy, menší pravděpodobnost, že dostanou rýmu nebo kašel.**

Saša Stušková

Poradna Bambi klubu

odpovídá: Vladka Málová, terapeutka detoxikační medicíny

vladka.malova@seznam.cz

Dotaz

Dobrý den, mám dva syny, tři roky a necelých pět let. Oba od podzimu kašlou. Nikdy neměli angínu nebo chřipku. Starší syn byl i na odstranění nosní mandle, mladší většinou chraptí a je hodně zahleněný. Už nevím kudy kam a kontakt na vás jsem dostala od kamarádky. Děkuji za radu.

Odpověď

Takovéto dlouhodobé kašle bývají někdy spojené i s alergií. Píšíte o zahlenění; předpokládám, že starší syn býval zahleněn také. Doporučím Vám kúru, po jejímž využití domluvíme další postup. Nyní si zakupte **Joalis RespiDren, Joalis VelienDren** – přípravky se natírají na břicho nebo vnitřní stranu předloktí. Stačí jedno balení od každého pro oba syny. K tomu přidejte **Joalis Bambi Symbiflor**. Potřebujete dva. Užívání **RespiDrenu** a **VelienDrenu** – natírejte po dobu pěti dnů 1x 5 kapek, poté pokračujte 2x 5 kapek, **Joalis Bambi Symbiflor** 1x denně 2,5 ml. Může dojít k přechodnému zhoršení, detoxikačním projevům, ty ale po několika dnech odezní.



Dotaz

Dobrý den. Syn má 6 let. Po prvním očkování hexavakcínou u něj nastaly problémy ve vývoji. Velmi opožděný rozvoj řeči, narušené trávení, průjem po jídle. Postupem let jsme následky očkování trochu srovnali, syn mluví, ale řeč je srozumitelná jen pro nejbližší okolí. Z přijímané stravy vyloučil téměř vše, zůstaly těstoviny, bílé pečivo, krutí šunka, kuřecí maso, rajčata, jablka, banány, jahody, nektarinky..., ale průjem po této šílené redukci odezněl. Je i opožděná detoxikace organismu možná? Děkuji za odpověď.

Odpověď

Dobrý den. Detoxikace má smysl vždy. Nevyřešíme vše jednou kúrou. Jestli vnímáte zásadní změny po očkování, první kúru zaměříme tímto směrem a druhá kúra se pak bude týkat zažívání. Za tři týdny napište, jak se synovi daří, a podle toho se zařídíme dál. Zakupte přípravky **Joalis MindDren, Joalis Mezeg, Joalis Deimun Aktiv** a **Joalis LiverDren**. Užívání 1x 8 kapek denně, natírat na břicho nebo tenkou stranu předloktí, tím se vyhneme vnitřnímu užití lihu u dítěte. Může se objevit detoxikační projev – několikadenní zhoršení. Po několika dnech však vymizí.



Plíce

Plíce jsou párovým orgánem našeho těla a jsou jedním z pěti hlavních orgánů čínského pentagramu. Jejich hlavní funkcí je zprostředkovat výměnu plynů mezi krví a okolím. Vzdušný kyslík z vdechnutého vzduchu se v plicních sklípcích spotřebuje a vymění se za kysličník uhličitý, který vydechujeme.

Plíce zabírají převážnou část hrudní dutiny. Pravá plíce je přitom trochu větší a tvoří ji tři laloky. Levá, menší plíce, má laloky dva a ustupuje srdci, které je uloženo právě v této části hrudní dutiny. Atmosférický vzduch, který vdechujeme, putuje přes nosní dutiny do hrtanu, přes průdušnici (tracheu) do průdušek (bronchů) a dále průdušinek (bronchiolů). Odtud pak až do nejmenších částí dýchacího systému – do plicních sklípků (alveolů), které mají velikost menší než jeden milimetr. Zdravé plíce obsahují okolo 300 000 000 plicních sklípků. Pokud bychom sečetli jejich povrch, který je protkán krevními kapilárami a je rozhodující pro množství vstřebaného kyslíku, dostaneme se k číslu zhruba 70 m², což je pro srovnání obytná plocha menšího bytu. Právě plicní sklípky a jejich čistota určují, jak účinně, jakou rychlostí a v jakém množství se dostane kyslík do krve. Z tohoto hlediska jsou také plicní sklípky v popředí zájmu detoxikačních terapií.

Funkce kyslíku v našem těle

Kyslík potřebujeme nutně pro splnění energetických požadavků našeho organismu. Bez jeho stálého přísunu dokáže náš organismus fungovat nanejvýš několik minut. Kyslík se v plicních sklípcích navazuje na hemoglobin, který je součástí červených krvinek – erytrocytů. Hem je přitom proteinová, genově naprogramovaná molekula, která – podobně jako magnet – umí na své železné jádro připoutat jednu molekulu kyslíku, dopravit ji do svalů a posléze ji tam uvolnit. Hemoglobin obsahuje čtyři molekuly hemu.

Kyslík je po uvolnění hemoglobinem dopraven do buněčných „elektráren“ – mitochondrií. Zde se zjednodušeně řečeno spaluje glukóza na kysličník uhličitý a vodu, ale i k tomuto procesu je kyslík nezbytně potřebný. Tímto procesem dochází k „nabíjení“ molekul ADP na ATP, které jsou základními energetickými jednotkami používanými ve

všech životních procesech závislých na energii. Nádech vzduchu do plic je aktivní proces, na kterém se podílejí mezižebří svaly a bránice. Jejich činností dojde ke zvětšení hrudní dutiny, a tím i ke vniknutí vzduchu do plic pod vlivem rozdílných tlaků vně a uvnitř plic. Výdech je pak víceméně pasivní, dochází při něm k uvolnění dýchacích svalů a bránice. Dýchání je částečně proces v těle, který dokážeme ovlivnit vlastní vůlí. To znamená, že když si usmyslíme, že se zhluboka nadechneme, tak to můžeme udělat. V daleko větší míře jsou zde ovšem uplatňovány autonomní, na vůli nezávislé pochody, které řídí dýchání samostatně podle potřeb organismu. Centrum dýchání je uloženo v mozku – v prodloužené míše a ve Varolově mostu. Napadení těchto orgánů některými infekcemi, například virem klíšťové encefalitidy, může být pro organismus smrtelné. Prodloužená mícha má přitom za úkol dozírat na hladinu kyslíčnicku uhlíčitého v krvi, což zajišťuje prostřednictvím hlídání i malých změn pH krve.

Vzduch plný toxinů

Vzduch, který dýcháme, je plný různých toxinů, které vdechujeme do plic spolu s kyslíkem a s ostatními plyny přítomnými v atmosféře. Jedním z úkolů plicních tkání je tyto toxiny přebírat a neustále je z plic odstraňovat. Každý z nás je dědičně obdařen jinak výkonnou samodetoxikační schopností plic, a to během našeho života určuje mimo jiné i podstatné rysy naší psychiky, tedy i obranyschopné neboli imunitní vlastnosti organismu. Imunita je totiž velmi závislá na psychice člověka. Toxiny obsažené ve vzduchu jsou především volné molekuly, rozptýlené v ostatních běžných plynech, kterými jsou kyslík, dusík a vodík. Jedná se například o všudypřítomné molekuly radonu, které vytvářejí vážnou hrozbu rozvinutí rakoviny plic, především pokud jsou ve vzduchu obsaženy ve velké koncentraci a pobývá-li člověk v takovém prostředí velmi dlouhou dobu. Dalším příkladem jsou rtuťové výpary, které jsou pro plice a posléze i celé tělo velkým nebezpečím, protože plice jsou hlavní absorpční cestou rtuti do organismu.

Všeobecně lze říci, že plicemi vdechnuté výpary sloučenin toxických kovů jsou pro organismus mnohem nebezpečnější než sloučeniny obsažené v potravinách. A krom toho – jaké potraviny budeme jíst, můžeme ovlivnit, ale jaký vzduch budeme dýchat, to si většinou vybírat nemůžeme. Většina lidí totiž žije ve velkých městech, kde je znečištění životního prostředí a vzduchu globální.

Další velké nebezpečí pro plice představují prachové částice poletující ve vzduchu. Zkusíte se někdy podívat v místnosti proti svitu slunečních paprsků a uvidíte, jaké obrovské množství prachu uvidíte ve vzduchu, který každou minutu dýcháte! Každá hospodyně ví, kolik prachu se nashromáždí na horních

mu u kuřáka, který již deset let nekouří ani se nepohybuje v kuřáckém prostředí.

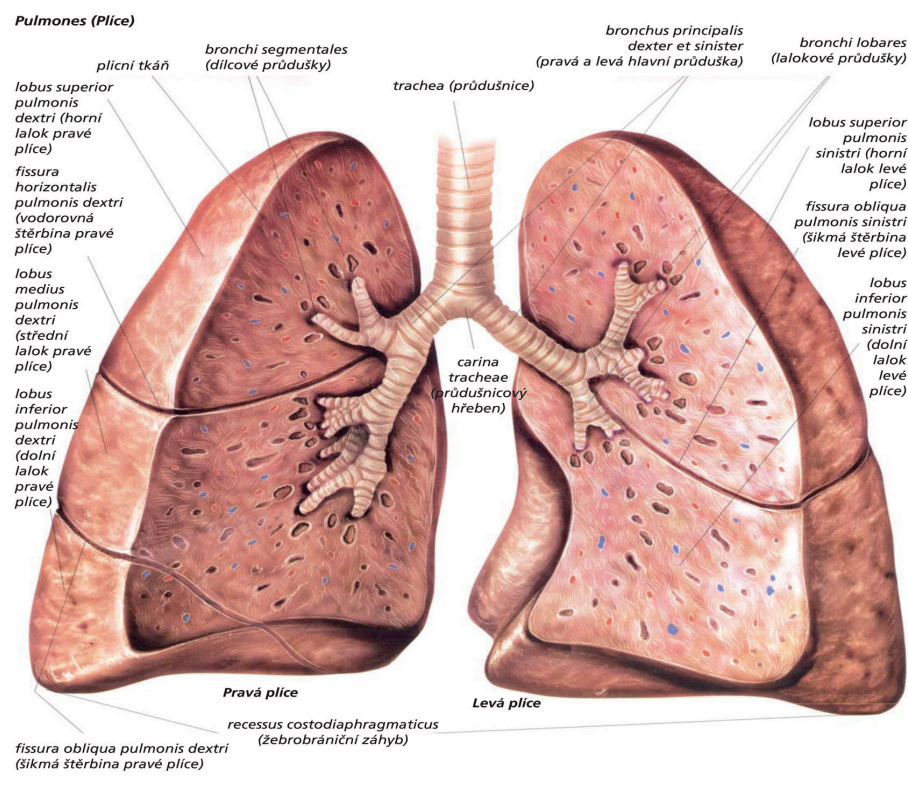
K čemu slouží řasinky?

V plicních sklípcích se nacházejí makrofágy (prašné buňky), tedy buňky imunitního sys-

Každý člověk je dědičně obdařen rozdílně výkonnou samodetoxikační schopností plic. Ta určuje mimo jiné i podstatné rysy naší psychiky, tedy i obranyschopné vlastnosti organismu.

policích skříní, když se měsíc neuklízí. Také jste si možná všimli, že v bytě, který prošel důkladným generálním úklidem, se dýchá daleko lépe. Prachové částice jsou většinou směsí molekul různých látek. Uvádí se, že kritická velikost prachové částice, která je schopna dojít až do plicního sklípku, je 1 až 2 mikrometry (mikrometr je jedna tisícina milimetru). Tyto mikrometrové částice obsahují stovky až tisíce různých atomů. Částice prachu mohou v plicních sklípcích přetrvávat velmi dlouho, často více než několik desítek let. Bývá tak poměrně častým jevem, že po aplikaci preparátů **ReHerb** a **RespiDren** dojde k vykašlávání toxinů z cigaretového dý-

tému, které mají za úkol odstraňovat tyto nečistoty cestou hlubokých plicních lymfatických uzlin. Ne úplně známou zajímavostí je, že většina mízy z lymfatického systému plic je odplavována do pravé podklíčkové žíly pravým mizním kanálem, zatímco většina mízy z lymfatického systému celého těla je odplavována levým mizním kanálem do levé podklíčkové žíly. Lidské plice jsou vybaveny tzv. řasinkovým epitelem. Řasinky jsou mikroskopické „chlupy“ umístěné na sliznici, které mají schopnost kmitat díky molekulovým proteinovým strojům – dyneinům, jejichž popisy jsou zakódovány v genu člověka. Řasinky kmitají rychlostí okolo deseti kmitů



za sekundu a jejich úkolem je posouvat mikroskopické prachové nečistoty po sliznici směrem ven z plic za pomoci hlenů produkovaných hlenovými žlázkami sliznice. Hleny, které se tímto mechanismem dostanou do nosohltanu, jsou pak polykány (pro trávicí systém tyto hleny spolu s prachovými částicemi nepředstavují již tak závažný problém) nebo vyplivnuty, popřípadě vykašlány ven z organismu. Tyto samočistící procesy sliznice probíhají nejlépe v noci, kdy je organismus v horizontální poloze, a řasinkový epitel proto nemusí tolik působit proti silám gravitace. Nepřekvapí nás tedy, že kuřák ráno masivně kašle, aby se jeho tělo zbavilo nečistot po kouření – pro jeho zdraví je to žádoucí a je na tom lépe než kuřák, který ráno nic neodkašlává.

Přechodná zahleněnost dýchacích cest je jedním z detoxikačních projevů užívání zmíněných preparátů – tedy **Joalis RespiDren** a **ResHerb**. Spouštějí a stimulují totiž samo-detoxikační schopnost sliznice plic; tyto pro-

nové chlupy, které se během jeho života v plicích nerozložily. Dotyčný člověk si pamatoval, že s chemlonem této barvy přišel do styku před dvaceti lety...

Když se vrátíme k čínskému pentagramu, na základě detoxikačních zkušeností pochopíme, jaké pojmy se spojují s okruhem orgánů plic a proč tomu tak je.

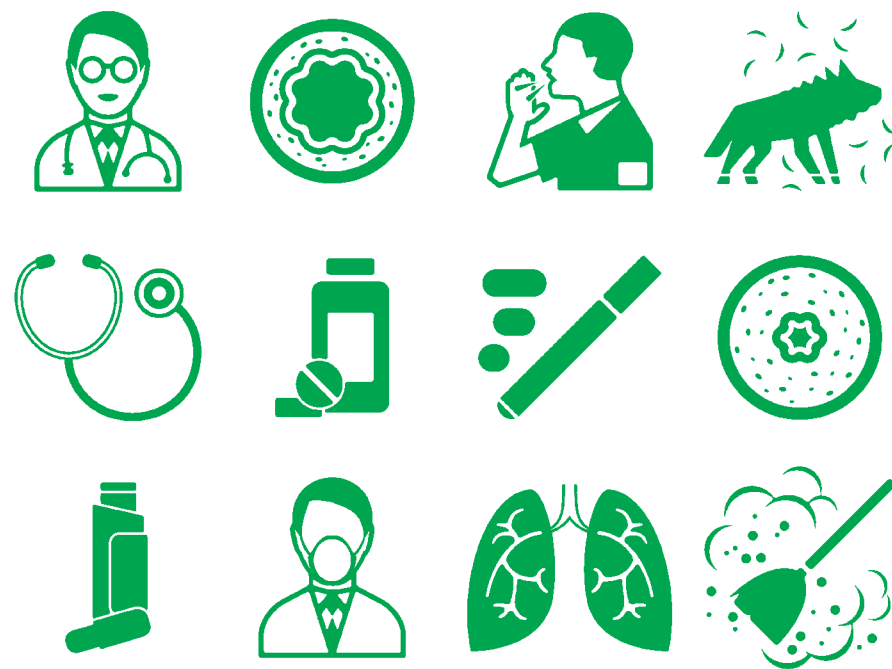
S okruhem plic se pojí:

- Bílá barva, protože zdravé plice mají bíle růžovou barvu.
- Prvek kovu, protože molekuly a sloučeniny kovů jsou pro plice velmi toxické a plice je ochotně vstřebávají.
- Ostrá – pikantní chuť, protože jídla obsahující tyto chuťové složky způsobují dráždění sliznic dýchacích cest stejně tak jako čichového epitelu. Zároveň ostrá jídla, jako například pálivá paprika, působí dezinfekčně proti bakteriálním infekcím.
- Vůle člověka, protože člověk si ve svém

Všeobecně lze říci, že plicemi vdechnuté výpary sloučenin toxických kovů jsou pro organismus mnohem nebezpečnější než sloučeniny obsažené v potravinách.

cesy pak mohou trvat i řadu týdnů. V průběhu naší detoxikační praxe jsme byli například svědky toho, že z člověka vycházely chemlo-

podvědomí usmyslí a naplánuje jen takové aktivity, na které má fyzickou a psychickou energii, která, jak jsme již výše řekli,



Detoxikace plic od ložisek a ostatních hrubých nečistot:

Joalis RespiDren
Joalis ReHerb
Joalis Antimetall
Joalis Ionyx

Detoxikace nervosvalového systému dýchacích svalů:

Joalis NeuroDren
Joalis MindDren
Joalis MiHerb
Joalis Cranium

Detoxikace lymfatického systému plic:

Joalis Lymfatex

Detoxikace od psychických programů, které nám nedovolují se „pořádně nadechnout“:

Joalis Nodegen
Joalis Emoce
Joalis StreHerb
Joalis Streson

závisí na přísunu kyslíku do mitochondrií, tedy na čistotě alveolárních sklípků.

- Smutek a deprese, neboť člověk, který špatně a povrchně dýchá, ať se to děje z jakéhokoli důvodu, nemá dostatek kyslíku, a tedy ani energie na zdravé sebeprosazení a upadá do stavu introverze a nechuti komunikovat. Vždyť schopnost promluvit a zahájit činnost řečového aparátu začíná schopností pustit proud vzduchu z plic do hlasivek. Toxiny a zahleněnost hrtanu zároveň způsobí, že člověk bude mít slabý hlas nebo že ho dokonce ztratí.

Hodně zdraví a vytrvalosti při detoxikaci plic!

Ing. Vladimír Jelínek



Lidstvo od svého počátku používá rostliny nejen jako zdroj potravy, ale také k léčení různých problémů těla i duše. Všechny staré civilizace měly svoje rostlinné drogy, které se používaly při svátcích, rituálech a magických obřadech.



Kouření, toxiny a jejich role v našem organismu

Používání přírodních drog bylo svázáno přísnými pravidly. Užívaly se pod dohledem ostatních, protože rituálních svátků se obvykle účastnila celá komunita. Mimo vyhrazené příležitosti a v soukromí bylo používání těchto rostlin zapovězeno. Ve skutečnosti s nimi mohli zacházet jen vybraní jedinci, kteří znali jejich účinky a věděli o nebezpečí vzniku závislosti. Často tyto rituální rostliny obsahovaly psychoaktivní látky, které způsobovaly změněné stavy vědomí, působily halucinogenně, někdy relaxačně nebo naopak povzbudivě. Přípravovaly se z nich různé nápoje nebo se rostliny žvýkaly, ale i šňupaly nebo kouřily. První zmínky o kouření pocházejí z védských textů ve starověké Indii několik tisíc let před naším letopočtem.

Rituální tabák

Mezi rituální rostliny patřil také tabák. V mayské civilizaci se přibližně 700 let před naším letopočtem začaly používat tabákové listy a vyráběly z nich doutníky pro zvláštní příležitosti. Byly nalezeny zdobené nádoby na skladování tabáku a chemické analýzy potvrdily, že obsahují stopy nikotinu. Zvyk rituálně kouřit vznikl z kouřových obřadů s kadidlem a s dalšími rituálními rostlinami. Protože tabák je hodně aromatický, byl vhod-

ný jako kadidlo. Také jeho květ byl krásný a silná byla i symbolika jeho stravování očisťujícím plamenem. Tabák byl považován za tradiční obranný prostředek proti nadpřirozeným zlým silám. Používal se ale také jako ochrana před divokou zvěří, jedovatou havětí jako jsou hadi a štíři; svoje využití našel i v léčení. Doporučoval se na bolest zubů, nachlazení, nemoci plic, ledvin, očí, na záchvaty, křeče a horečky. Do Evropy se dostal díky Kryštofu Kolumbovi, kterého zaujalo kouření tabáku zabaleného do tabákového listu nebo pomocí tubiček nazývaných tobago. Nejprve

bo ho šňupali, někdy ale i žvýkali. Průměrný kuřák za rok spotřeboval množství tabáku, které dnes najdeme přibližně ve 40 cigaretách. Cigarety byly v té době poměrně vzácné. Zlom nastal v roce 1891, kdy byl zkonstruován stroj na výrobu cigaret. Tím došlo k jejich zlevnění a staly se běžně dostupné.

Chemický koktejl v cigaretě

Bohužel se tak z rituální rostliny, která se používala několikrát ročně při svátečních příleži-

Kouření nás ohrožuje mnohem více než
zplodiny z výfukových plynů.

se tabák začal pěstovat ve Španělsku a Portugalsku, postupně se rozšířil po celé Evropě a nakonec po celém světě. Do českých zemí přichází na konci 16. století. Na začátku se také používal hlavně k léčení bolavých zubů, migrény, rakovin a dalších nemocí. Ze začátku se kouřil ve formě doutníků a také v dýmkách. Cigarety vymysleli žebráci, kteří sbírali nedopalky od doutníků a balili je do papírků. Ještě v průběhu 19. století lidé kouřili jen malé dávky tabáku pomocí dýmky ne-

tostech v čisté podobě, stala široce zneužívaná droga obsahující chemikálie s řadou závažných vedlejších účinků. Z rituální rostliny se zvláštními účinky se stala návyková látka, která ničí zdraví nejen kuřákům, ale i širokému okolí, často včetně dětí. Dnes se tabák nejčastěji kouří ve formě cigaret, což je nařezaná směs různých tabáků s mnoha přidanými látkami zabalená do cigaretového papíru. Cigarety jsou často opatřeny filtrem pro zachytávání škodlivin. Kouř z cigarety obsahuje

popsaných přibližně 4000 škodlivin, někdy se odhaduje, že je jich dokonce mnohonásobně více. Některé vznikají při spalování samotného tabáku, velká část jich pochází z přísad a aditiv. Ve světě se používá asi 700 různých látek, které se do cigaret přidávají, aby se zlepšily jejich vlastnosti, například chuť, aby lépe hořely a nezasínaly, aby popel na cigaretě držel až do odklepnutí, aby se kouř pěkně vinul... Spalováním těchto látek vzniká mnoho různých chemických sloučenin, které velmi poškozují lidské zdraví. Problém je, že tyto látky vdechováním přechází přímo do krevního oběhu. Obecně jsou plíce mnohem citlivější na toxiny a propouští jich do organismu mnohonásobně více než trávicí trakt. Škodliviny z kouření ale poškozují nejen plíce a dýchací trakt, ale prakticky celý organismus – cévy, srdce, ledviny, zažívací trakt, játra... Obsahují asi 60 karcinogenů – některé látky jsou prokázanými karcinogeny, jiné pravděpodobnými. Kouření způsobuje rakovinu nejen dýchacích cest, ale i ostatních orgánů jako jsou ledviny, močový měchýř, prostata, vaječníky, děložní čípek, střeva, slinivka břišní...

Kuřáci jsou velmi ohroženi srdečně-cévními onemocněními, jako jsou mozkové cévní příhody a srdeční infarkty, protože dochází ke kornatění tepen a rozvoji aterosklerózy. Dochází k rychlejšímu stárnutí kůže, zhoršuje se její pružnost a schopnost hydratace. Díky polykání hlenu z dýchacích cest obsahují



mimo domov. Toxiny při pasivním (druhotným) kouřením vdechujeme nejen z kouře z cigarety (kouř uvolňovaný při hoření cigarety má vyšší teplotu a je toxicitější než kouř inhalovaný kuřákem), ze vzduchu vydechovaného kuřákem, ale uvolňují se i z předmětů, které byly ve styku s kouřem. Škodí tedy i vyvětrané kuřácké prostory, oblečení, nábytek, závěsy, koberce.... Zbytkový nikotin reaguje

Řada měření ale ukázala, že z aut dýcháme mnohonásobně méně druhů a v mnohem nižších koncentracích toxinů, karcinogenních látek a malých pevných částic. Výfukové plyny také nejsou ideální pro naše zdraví, ale kouření nás ohrožuje mnohem více. Do styku s toxiny z kouření se dostáváme už jen tím, že se pohybujeme v lidské společnosti. Někdy stačí bezohledný soused, spolupracovník, nevhodné povolání v zakouřeném prostředí. Toxiny jsou nebezpečné hlavně pro děti. Děti kuřáků trpí mnohem častěji infekcemi horních cest dýchacích, záněty středního ucha, chronickými dýchacími potížemi jako je opakovaný kašel, sípot, zahněnění, alergiemi a ekzémy. Často trpí onemocněním zvané astma. Při řešení problémů dýchacích cest u dětí nesmíme opomenout také toxiny z pasivního kouření, protože v naší společnosti se s nimi děti mohou bohužel často dostat do styku.

Výzkum ukázal, že české děti mají výrazně vyšší zátěž kadmii než děti z jiných zemí. Čtvrtina z nich totiž žije v domácnosti s kuřákem.

cího toxiny z kouření dochází často ke vzniku vředů v žaludku, dvanáctníku a problémům v trávicím traktu. Některé toxiny působí jako endokrinní disruptory neboli hormonální rušiče, je narušena činnost hormonálního systému, proto mají kuřáci často problémy s plodností, potencí, u žen jsou časté menstruační potíže.

Čím škodí kuřák svému okolí

Kouření a jeho toxiny jsou ve společnosti výbušným tématem. Kuřáci poškozují zdraví nejen sobě, ale i svému okolí. Například žena kuřáka je vystavena dvojnásobnému riziku vzniku rakoviny plic, a to i v případě, že se muž snaží být ohleduplný a kouří výhradně

s dusíkatými kyselinami a vytváří známé tabákové karcinogeny, které se pak drží při zemi a jsou velkým nebezpečím zvláště pro malé děti. Měření hladiny toxinů byly u dětí, v jejichž přítomnosti rodiče kouřili, 10x vyšší než u dětí nekuřáků. Dětem rodičů, kteří kouřili pouze v nepřítomnosti dětí a mimo domov a mysleli si, že dětem neškodí, byla přesto naměřena 5x vyšší hladina toxinů než dětem nekuřáků. Ostatně, kdo má citlivý čich, tak z vlastní zkušenosti zná, že stačí projít kuřáckým prostorem i bez kouře a některé tyto látky ucítí na svém oblečení mnoho hodin poté. Někdy se riziku z usazených toxinů z kouření na předmětech říká terciální kouření. Kuřáci si toto nebezpečí často neuvědomují nebo je zlehčují. Jejich častým argumentem jsou toxiny z výfukových plynů.

Co se děje při kouření

Spalováním tabáku a přídatných látek v cigaretách vzniká řada plynných, chemických toxinů. Je to například oxid uhelnatý, vysoce jedovatá látka, která má vysokou přilnavost k hemoglobinu, kterým se přenáší kyslík do tkání a tím znemožňuje okysličení a vyvolává tkáňové dušení. Vznikají oxidy dusíku, například oxid dusičitý, který dráždí a poškozují sliznice. Tyto látky nejsou bioakumulací, nezůstávají uložené v organismu, ale poškozují samotné živé buňky. Jejich dopad eliminujeme používáním drenů, které pomohou lépe regenerovat poškozené buňky orgánů. Dalším toxickým plynem je form-

aldehyd, který má karcinogenní účinky. Vyvolává bolesti hlavy, záněty a podráždění sliznic dýchacích cest. Chronická expozice formaldehydu způsobuje vznik astmatu. V cigaretovém kouři je také obsažen kyanovodík, jeden z nejprudších jedů, jenž blokuje buněčné dýchání a aerobní spotřebu glukózy a tím vzniká metabolická acidóza (překyselení buněk). Jedněmi z nejdůležitějších toxinů kouření, který se akumuluje v organismu, jsou nitrosaminy. Jsou to organické látky, vznikající z dusitanů a dusičnanů. Jsou obsaženy také v potravě, hlavně v uzených, smažených a konzervovaných jídlech. Z potravy ale dochází k mnohem nižšímu vstřebávání – je velmi závislé na stavu střeva. Běžný kuřák přijme 20x více nitrosaminů denně než je průměr v populaci.

Skupina nitrosaminů je velmi karcinogenní a vážně poškozuje dýchací cesty. Další skupinou chemických látek vznikajících při spalování jsou polycyklické aromatické uhlo-

kového epitelu, který má za úkol dýchací cesty čistit od toxinů a patogenních mikroorganismů. V dýchacích cestách pak vzniká řada mikrobiálních ložisek, která se podílejí na vzniku astmatu. Pro nás je důležité vědět, že tyto chemické toxiny je možné z těla vylou-

odstraňování následků kouření je vhodné kombinovat s preparátem **Joalis RespiDren**. Bývalí kuřáci, kteří kouřili před mnoha lety, často po detoxikaci plic ucítí chuť a vůni cigaretového kouře právě díky uvolňování těchto ultrajemných částic z dýchací-

Toxiny z kouření se týkají nejen kuřáků, ale i těch, kteří se dostávají přímo i nepřímo do styku s cigaretovým kouřem. Kolik se jich v organismu akumuluje, je velmi individuální a záleží na emočním stavu a vylučovacích orgánech.

čit. K nasměrování imunity proti chemickým zátěžím z cigaretového kouře nám pomůže preparát **Joalis Antichemik**.

Další toxiny v cigaretovém kouři

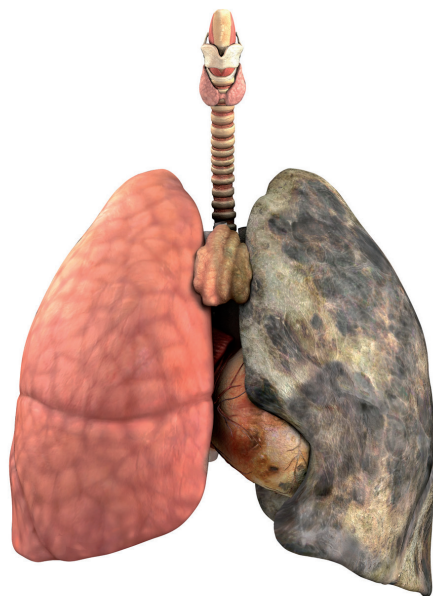
Další složkou kouře poškozující přímo dýchací cesty jsou velmi malé, respirabilní částice. Jsou to částičky organického (mikroorganismy, pyly, dřevěný prach...) i anorganického původu (písky, prachy, azbest...), na které se navazují různé toxiny jako toxické kovy, chemické látky. Při kouření vzniká velké množství těchto ultrajemných částic, proto jsou také kuřákovy plíce černé. V 1 cm³ cigaretového kouře je až 50 miliard takových částic, což je až 10000x více, než na dálnici v době největšího provozu. Výzkumy ukazují, že kuřáci mají v sobě desetinásobně více těchto částic než obyvatelé velkých, zaprášených měst. Pouhý desetiminutový pobyt dítěte v místnosti s kuřákem zvyšuje denní expozici respirabilnímu prachu o 30 %. Větší částice se zachycují v nosních chloupkách, menší v průduškách a ty nejmenší v plicních sklípcích (alveolách), odkud ty nejmenší přechází do krve a usazují se i ve vnitřních orgánech, dokonce v mozku. Nejškodlivější jsou ty nejmenší částice. Škodí samotným zaprášením, přilepením se na sliznice, ale i navázanými toxiny. Co tento nadýchaný jemný prach způsobuje? Astma, záněty dýchacích cest u dětí i dospělých, karcinomy plic, poškozuje nenarozené plody a má vliv na vznik kardiovaskulárních problémů, vysokého krevního tlaku a diabetu. Pro odstranění ultrajemných částic a cizorodých bílkovin z vnějšího prostředí z celého organismu použijeme preparát **Joalis Non-grata**. Při

ho ústrojí. U dětí, které trpí astmatem a záněty horních cest dýchacích, by měl být preparát **Non-grata** povinný.

Cigaretový kouř obsahuje také toxické kovy a radioaktivní látky. A není jich zrovna málo. Je to hlavně olovo, kadmium, arsen, radioaktivní polonium, nikl. Tyto kovy se ukládají do celého organismu. Olovo, kadmium a polonium poškozuji hodně ledviny, je narušený metabolismus vápníku. Dochází tak k osteoporóze, zubním kazům, nervovým poruchám. Také působí karcinogenně, urychluje růst rakovinových buněk. Zmíněné kovy velmi narušují hormonální systém mužů i žen. Zajímavý výzkum ukázal, že české děti mají výrazně vyšší zátěž kadmii než děti z jiných zemí. Příčinou je, že čtvrtina z nich žije v domácnosti s kuřákem a běžně se dostávají do prostředí, kde se kouří. Poškození ledvin se podílí na vzniku poškozující, nezvládnutelné emoce, kterou je úzkost. Jedním z typických znaků astmatického dítěte je jeho úzkostlivost. Je důležité také detoxikovat ledviny a celý organismus od toxických kovů a radioaktivních látek. K tomu nám pomohou preparáty **Joalis Antimetall** a **Ionyx**.

Toxiny z kouření se týkají nejen kuřáků, ale i řady lidí a dětí, dostávajících se přímo i nepřímo do styku s cigaretovým kouřem. Jaké a kolik se jich v organismu akumulovalo, je velmi individuální a záleží na emočním stavu a vylučovacích orgánech. U astmatických dětí bychom na tyto toxiny neměli zapomínat. Pro jejich odstranění použijeme preparáty **Joalis RespiDren**, **UrinoDren**, **EviDren**, **PEES-Dren**, **Antimetall**, **Ionyx**, **Antichemik** a **Non-grata**.

Mgr. Marie Vilánková



vodíky PAU. Patří sem více než sto různých látek tvořených uhlíkem a vodíkem ve formě benzenových jader. Celá řada látek ze skupiny PAU představuje pro člověka závažné zdravotní riziko. Jejich nebezpečí spočívá především v karcinogenitě (mohou způsobit rakovinu), ohrožují zdravý vývoj plodu, dochází k ovlivnění nervového systému a dráždí sliznice dýchacího ústrojí. Cigareta je významným zdrojem jednoho z nejnebezpečnějších představitelů této skupiny látek, benzoapyrenu. Jedna vykouřená cigareta znamená pro kuřáka průměrný příjem 20 ng této látky, která se v těle ukládá. Mohli bychom popisovat řadu dalších chemických látek z kouření, které poškozuji sliznice dýchacího ústrojí. Dochází k poškození řas-

MUDr. Igor Bukovský působí jako lékař v Ambulanci klinické výživy v Bratislavě. Patří k předním odborníkům na výživu a prevenci nemocí, napsal řadu úspěšných bestsellerů.

V současné době připravuje vydání své knihy *Plán B: manuál zdravého hubnutí* pro americký trh a dokončuje také knihu o zdravém stárnutí.

Každý člověk může měnit svět k lepšímu



Jaké bylo vaše dětství a co vás nejvíc nasměrovalo k vaší současné práci?

Vyrůstal jsem v rodině, která se stravovala úplně běžným způsobem. Všechny ženy byly odjakživa výborné kuchařky i pekařky, takže jsme byli téměř neustále obloženi jídlem. Možná tady jsou kořeny mého negativního vztahu k tomu, že si emoce vždy spojujeme s něčím na zub. Všechny oslavy, setkání, svátky, soukromé události a zážitky bývají spojené s velkým množstvím jídla a pití. Od malička si vytváříme silnou asociaci mezi pozitivními pocity a určitými druhy potravin.

Kdo by taky vařil na hostinu něco špatného, že? A to si pak neseme po celý život. Ve chvílích, kdy je nám úzko, jsme osamělí nebo unavení, vždy saháme po jídle, které nás okamžitě uspokojí a navodí vzpomínky na časy, kdy nám bylo dobře.

Jak jste na tom byl v dětství fyzicky?

V dětství jsem reprezentoval republiku v plavání a tréninky byly dost náročné. Ale tohle období mi hodně dalo a nikdy bych neměnil. Plavání je sport, ve kterém je člověk sám. Jsou to jen vteřiny, vaše bolest a voda.

Tehdy jsem dostal největší a nejtěžší životní lekci a pochopil, že když udělám všechno, co je třeba udělat, pak dosáhnu toho, čeho chci. Své práci se věnuji už 26 let. Důvěry lidí si nejen vážím, ale také se ji snažím prohlubovat. Třeba tím, že žiju nejlépe, jak dokážu. Snažím se dělat jen svou práci a být dobrým člověkem. Všichni děláme chyby, ale ti, kdo chtějí něco dokázat, nezůstanou dlouho dole.

Jak vlastně vypadá váš životní styl a především jídelníček?

Rozhodně nejsem pokrytec. Kdybych kázal

vodu a pil víno, dávno by se na to přišlo a nikdo by mi nevěřil. Už 27 let nejím maso, doprávám si hodně vložek, celozrnných potravin, zeleniny, oříšků, ovoce, občas si dám i jogurt nebo parmezán. Snažím se každý den nebo aspoň čtyřikrát do týdne cvičit nebo nějak sportovat. Mezi mé slabosti patří hořká čokoláda a málo spánku. Jako tvůrčí člověk pracuji často v noci. Co se týká mé rodiny a nejbližšího okolí, všichni vědí, že mají svobodu a zodpovědnost. Nemám potřebu je napomínat nebo kritizovat za to, co jedí nebo jak žijí.

že historie nás učí, že ty se obvykle dostávají ke slovu až tehdy, když naše paměť, intelekt a vůle narazí na své hranice.

Jakou máte radu pro potravinové alergie, lidi trpící nesnášenlivostí potravin nebo histaminovou intolerancí?

Potravinové alergie a intolerance jsou velmi rozdílné a zásadní problémy se vyskytují stále častěji. Důvodů, proč narůstá výskyt konfliktních reakcí mezi našim imunitním systémem a potravou, je víc. K těm hlavním patří nedostatek vlákniny ve stravě, příliš

Když jsem dostal největší a nejtěžší životní lekci, pochopil jsem, že když udělám všechno, co je třeba udělat, pak dosáhnu toho, čeho chci.

Dnešní doba přináší jiný pohled na otázky stravování a životního stylu. Všechno je bio a lidé se rádi vracejí ke všemu přirozenému. Myslíte, že je šance na změnu systému?

Těžká otázka. Nechci působit nějak skepticky nebo pesimisticky, ale mám pocit, že lidstvo je ve slepé uličce a ti, kteří se tváří, že nás vedou, postrádají dostatek moudrosti, pokory a odvahy. Vím, že každý, kdo chce objevit a pěstovat lepší vztah sám k sobě i ke svému okolí, na to má stále dostatek času a příležitostí. Každý člověk, který se o to upřímně snaží, mění svět k lepšímu. Je to podle mě mnohem víc než například zákonem zavedené ekologické zárovky. Duši člověka žádné zákony nezmění. Může ji změnit jen láska, víra a naděje. Jenom-

cukru, bílé mouky, nevhodných tuků a živočišných potravin, častá konzumace alkoholu, časté užívání léků proti bolesti a příliš soli. To vše vede k zánětu sliznice střeva, narušení její funkce bariéry a k následnému prosakování nežádoucích složek stravy do krve. Na scénu této invaze vstupuje podrážděný imunitní systém, což je počátek konce.

Jste autorem mnoha knih. Kde čerpáte inspiraci?

Nikdy nechodíte domů z práce hladoví. A naopak, mírně hladoví chodíte spát...



Padá na mě z nebe. Přichází, víří mi v hlavě a já mám spíše problém ty nápady postupně zpracovat. Cítím se trochu vyčerpaný a vypsaný. Řeším teď detaily ohledně vydání své knihy *Plán B: manuál zdravého hubnutí*, která by měla příští rok vyjít v USA. Jinak jsem se vrhnul na další dva projekty, které mám v hlavě už dávno. Jedna knížka by měla být pro seniory, protože zdravému a aktiv-

MUDr. Igor Bukovský, Ph.D.

- Narodil se v roce 1966.
- Absolvoval lékařskou fakultu v Martině a UK v Bratislavě.
- Od roku 1992 se zabývá výživou a prevencí onemocnění.
- Působí jako lékař na Ambulanci klinické výživy v Bratislavě, kterou roku 2004 založil.
- Napsal řadu bestsellerů, například *Hledá se zdravý člověk*, *Návod na přežití pro muže*, *Návod na přežití pro ženu*, *Miniencyklopedie přírodní léčby*, *Recepty na fajn časy* nebo *Hubnutí bez blbnutí*.
- Je členem americké a britské společnosti pro výživu.

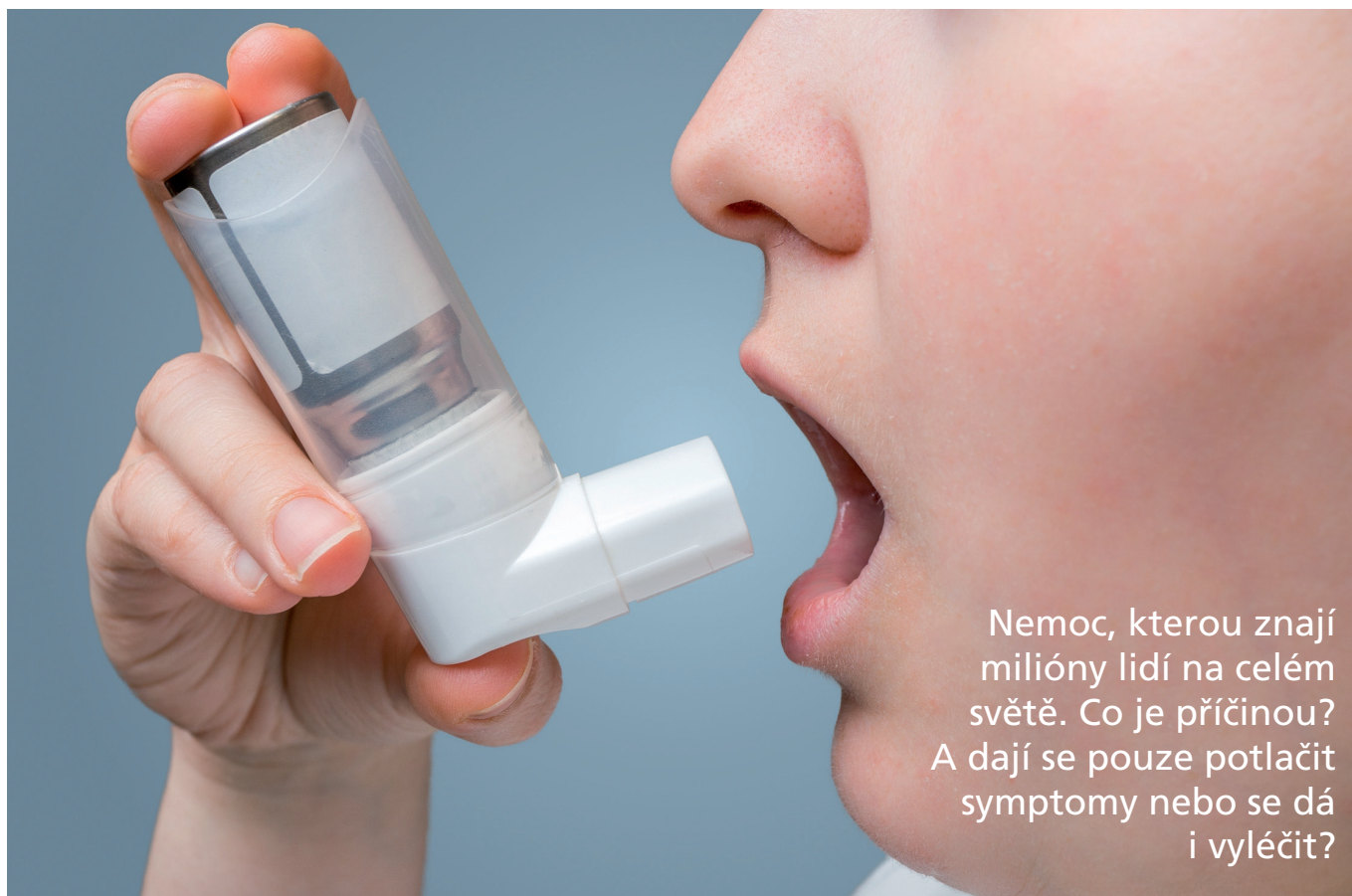


nímu stárnutí se věnuje málo pozornosti, druhá je zatím tajemství.

Spousta lidí řeší otázku různých způsobů hubnutí a diet. Máte nějaká univerzální pravidla a doporučení?

O tom jsou celé knihy, i ty moje. Jestli vás ale zajímají dvě největší tajemství hubnutí, na které jsem za ty roky přišel, rád vám je prozradím. Zprv nikdy nechodte z práce domů hladoví – ještě před odchodem nebo po cestě domů si dejte něco, co má v sobě alespoň trochu zdravého tuku a cukru, třeba hořkou čokoládu s mandlemi nebo sušené ovoce s oříšky. Mírně hladoví naopak chodte spát, abyste se těšili na snídani. Netušili byste, jak moc to pomáhá!

Zdroj: časopis BIOREVUE, autorka rozhovoru Taťána Kročková



Nemoc, kterou znají
milióny lidí na celém
světě. Co je příčinou?
A dají se pouze potlačit
symptomy nebo se dá
i vyléčit?

Astma bronchiale

Statistiky uvádí, že v naší desetimiliónové republice trpí astmatem asi 300 tisíc lidí. To už je opravdu velké číslo. Typické astma se projevuje stavy dušnosti, které přicházejí jak v klidu, tak při námaze. Je doprovázeno postupným zmenšováním kapacity plic, omezuje se tedy respirační výkonnost, což má za následek problémy s okysličováním celého organismu. Kyslík je přitom nezbytný pro funkci mnoha orgánů, především mozku. Znamená to zvýšenou zátěž a námahu pro srdce. Je proto velice důležité pokusit se tohoto onemocnění zbavit.

Astma je nervová choroba

Na začátku je potřeba říci, že nejde o plicní nebo průduškové onemocnění v pravém smyslu slova, ale že astma je vlastně nervová choroba, tedy onemocnění nervového systému. Průsvit průdušek a práce celého dýchacího systému je řízena nervem, který se čes-

ky jmenuje bloudivý, latinsky *nervus vagus*. Bloudivý se nazývá proto, že z mozku prochází přes mnoho struktur a orgánů, vine se kolem průdušek a nakonec se dostává až do žaludku. Tento nerv může ovlivňovat funkci celé řady orgánů a jde o nerv tzv. smíšeného charakteru, protože má různé funkce. Jedna z nich se týká i autonomního nervového sys-

Průsvit průdušek a práce celého dýchacího systému jsou řízeny nervem, který se česky jmenuje bloudivý, latinsky *nervus vagus*.

tému. Autonomní se jmenuje proto, že nepodléhá naší vůli ani jiným vlivům a pracuje nezávisle, tedy autonomně. To je právě velice důležité a zřetelné právě u onemocnění astmatem, protože záchvaty přicházejí často bez jakéhokoli předchozího varování nebo

podnětu. Nemocný tak netuší, v které chvíli se záchvat objeví. Můžeme se samozřejmě setkat i s kombinacemi, kdy je astma doprovázeno nějakým plicním onemocněním nebo kdy je kombinováno s alergií. Podněty vyvolávající záchvat dušnosti pak mohou mít vztah k alergiím, infekcím nebo jiným impulsům. Toxiny, způsobující toto onemocnění,

samozřejmě nebývají izolované jenom na jeden nerv. Tak to v organismu skutečně nefunguje. Setkáváme se s tím, že toxiny pracují na více frontách. Vzniká pak komplikovanější onemocnění, protože působí jak v centrálním nervovém systému, tak v peri- ▶

ferním nervovém systému i ve tkáních dýchacího ústrojí.

Zaměříme se na střevní symbiózu, těžké kovy, gliový systém a očkování

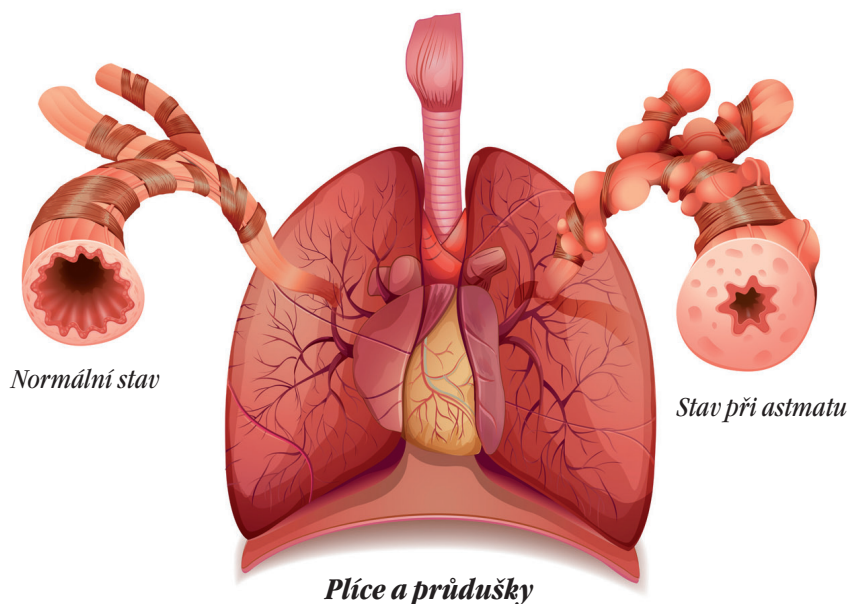
Jako vždy a u každého zdravotního problému bych doporučoval začít **střevní symbiózou**, tedy nasazením preparátu **Activ-Col**. Jak známo, dysbióza střev výrazně ovlivňuje imunitu, která hraje zásadní roli i u bronchiálního astmatu. Ovlivňuje také různé tkáně – například v případě, když se ze střeva uvolňují toxiny, které pak oslabují funkci těchto tkání. Prostřednictvím prorůstání plísni skrze střevní stěnu a její následné porušení se do organismu mohou dostávat různé alergeny. Zde bude velice často záležet na tom, co jíme, jak aktivní je naše střevní dysbióza. Zkrátka a dobře, funkce dýchacího ústrojí přímo souvisí se stavem střeva, jak o tom uvažovala už čínská medicína i ajurvěda. Ne nadarmo věnovaly tyto starověké léčebné systémy očistě střeva mimořádnou péči.

Hlavní roli u astmatu hrají různé druhy toxinů v těle. Tentokrát bych asi začal **vylou-**

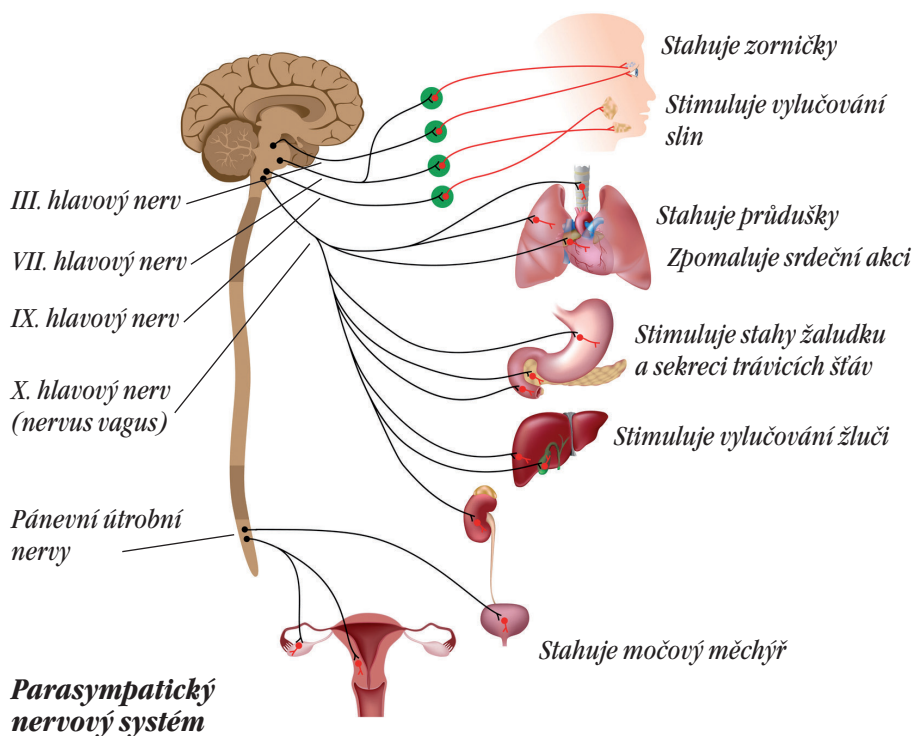
čením těžkých kovů, které mohou být právě hlavní příčinou astmatu; zde se jedná především o rtuť a stříbro. Víme, že kovy jsou vodivé a v organismu tím pádem způsobují elektrické poruchy – každý neuron je totiž zdrojem elektrického potenciálu a jednotlivé neurony pak mezi sebou vzájemně probíjí.

Toto probíjení vede ke zvýšení elektrické aktivity celého nervového systému. Právě to může být tím inkriminovaným momentem, který vyvolá záchvat.

Dalším toxinem, na který bych chtěl upozornit a který je v souvislosti s astmatem často nalézán, je **očkování**. To je pro organis-



Astmatické záchvaty přicházejí často bez jakéhokoliv předchozího varování nebo podnětu. Nemocný netuší, v které chvíli se objeví.



mus velkou zátěží, týkající se především gliového systému. Glie jsou buňky, které tvoří výplň nervového systému. Náš celý nervový systém tedy tvoří neurony a gliové buňky. Těch je dokonce více než vlastních nervových. Nejsou ovšem pouhou „vatou“ pro neurony, ale naopak velice důležitým systémem, který se stará jak o výživu, tak i o očistu nervového systému. Pokud v těle dojde k poškození funkce gliového systému, projevuje se právě jako porucha elektrické aktivity. Tato energie nervového systému je nesmírně důležitá pro jeho správný chod a funkci. Při zmíněném poškození pak dochází k různým výbojům, poruchám, kumulaci elektrických potenciálů, probíjení mezi jednotlivými neurony. To je pak další možnou příčinou onemocnění – dráždění nervových struktur, které ovlivňují a zásadně řídí dýchací cesty.

Další, třetí oblast, kterou je nutné detoxikovat, jsou **neuroinfekce**. Především pak borelióza, bartonelóza a jiné virové infekce. Tato onemocnění pak působí v nervovém systému různé poruchy. *Nervus vagus* zde na vině nebývá sám. Jako vždy hraje roli i centrální nervový systém našeho organismu – mozek. V tomto případě jde především o tzv. spánkovou krajinu, tedy temporální krajinu předního mozku. Pokud právě tato oblast vykazuje elektrické poruchy, projevují se u klienta různým způsobem, především jako

migrény, epilepsie, zuřivost, nezvladatelný vztek, ale také astma. Protože všechna křečová onemocnění, tedy choroby, při kterých dochází ke křeči (dráždění nervového systému), mají vztah ke zmíněné části mozku.

Při odstraňování astmatických problémů se soustředíme na tyto tři zmíněné okruhy. Kromě střevní symbiomy se zaměříme na možné působení těžkých kovů, očkování a gliový systém plus chronické infekce. To, že se na začátku budeme věnovat střevní symbióze, nám zcela jistě zlepší funkci imunitního systému a my pak můžeme řešit chronické infekce. V tomto případě doporučuji preparáty, které budou pracovat s řízením imunitního systému. Přes mozek, přes centrální nervový systém – nasadíme tedy **NeuroDren a Cranium**. Tím umožníme dalším preparátům, především těm antimikrobiálním, aby se vyrovnaly s chronickou infekcí.

Onemocnění bývá kombinací různých zátěží

V této souvislosti bych rád ujasnil, že se většinou jedná o kombinaci všech těchto faktorů – na vině tedy není jedna, druhá nebo třetí zátěž. A samozřejmě, čím je nemoc závažnější, tím více typů a druhů toxinů bude přítomno. Dále si musíme zároveň všimnout i zátěží, o kterých mluvíme jinde – mikrobiální, plísňové zátěže apod. Obvykle musíme u astmatu provést komplexní a široký detoxikační záběr. Na tomto onemocnění se podílí nejen části nervového systému, o kterých se zmiňuji, ale musíme vzít na zřetel i velice moudrou starou čínskou medicínu. Právě ta nám říká, že nervový systém je velmi často ovlivňován a ovládan z jater a že celý dýchací systém je ovlivňován energií plic. Nebude

tedy od věci, když i těmto částem našeho organismu budeme při sestavení kúry věnovat pozornost.

K detoxikaci je vždy nutno přistoupit v tom nejširším pojetí, neboť se jedná o celostní medicínu. Nejde tedy o jednotlivé oddělené orgány, ale o celkovou harmonii organismu. V této souvislosti bych se rád zmínil o stresu. Ten působí nejen disharmonii našeho organismu, ale oslabuje imunitní systém, mění chemické procesy, působí na vylučování některých látek, které mají vliv na chod našeho imunitního a nervového systému. Proto bude vítaným pomocníkem u jakéhokoli zdravotního problému vždy i preparát **Stresson**. Neznám vlastně žádný zdravotní problém, na němž by se stres nepodílel. Musíme si všimnout i jiných oblastí, například emočních, protože stavy jako jsou úzkost, nejistota nebo strach, ale i další negativní emo-



Kúra na astma dle nejnovějších poznatků MUDr. Jonáše: **Activ-Col** (dospělí a děti od 12 let) nebo **Bambi Symbiflor** (dětí od 3 let) nebo **Embrion** (od narození, mazat na kůži) + **Activ-Acid** (dospělí a děti od 12 let) nebo **Biosalz** (u dětí mazat na kůži) + **NeuroDren, Cranium, RespiDren**.

ce, působí na organismus tak, že není schopen zbavovat se toxinů sám. Kdybych to řekl úplně stručně, tak uvolněný, relaxovaný a nestresovaný organismus v dobrém emocionálním rozpoložení si dokáže všechny problémy krásně vyřešit i bez naší pomoci. Ale protože takový život se prakticky nikomu nepodaří nastolit, musíme počítat

s tím, že emoce, stresy a jiné psychické nepochybně budou způsobovat kumulaci toxinů v našem těle. A tyto toxiny se pak budou předávat z generace na generaci. Právě proto se s těmito problémy můžeme setkat i u úplně malých dětí, které si vlastně samy o sobě ještě nemohly nějaké psychické problémy způsobit. Toto předávání z předchozích generací plus samozřejmě i další psychické vlivy, které dítě od svých rodičů přejímá, hrají závažnou roli jak v těhotenství, tak v době hned po narození. Chci tím jen upozornit na to, že v komplexní detoxikaci u každého zdravotního problému, natož *astmatu bronchiale*, hrají kromě hmotných toxinů velmi významnou roli i stresové a emoční toxiny. V detoxikaci u astmatu určitě přijde řada i na **RespiDren**. Plíce totiž vylučují histamin, který ve větším množství dráždí nervová zakončení u dýchacího traktu a způsobuje zánětlivou reakci.

*Zdroj: Rozhovor
MUDr. Josefa Jonáše
pro I-televizi ATaDEP,
redakčně upraveno
(www.asociace-tdp.cz)*





PLÁNOVANÉ PREDNÁŠKY PRE TERAPEUTOV

KE	16. 1. 2017	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(13:00-16:00)	poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	19. 1. 2017	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(09:00-16:00)	poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BB	20. 1. 2017	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Kapitulska 17
	(13:00-16:00)	poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
KE	4. 2. 2017	Seminár V***** osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(10:00-16:00)	osobne, mierne pokročilí a pokročilí terapeuti, poplatok 50 EUR
BA	16. 2. 2017	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(09:00-16:00)	poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BB	17. 2. 2017	Praktiká so Salviou a EAM*****, Hlavné centrum, Kapitulska 17
	(13:00-16:00)	poplatok 20 EUR/1hod., je potrebné sa nahlásiť
BA	11. 3. 2017	Seminár I* osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(10:00-16:00)	poplatok 50 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
BA	12. 3. 2017	Seminár II** osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(10:00-16:00)	poplatok 40 EUR, pokračovanie I
KE	1. 4. 2017	Seminár I* osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(10:00-16:00)	poplatok 50 EUR, v tom 25 EUR registrácia a zľava na preparáty na 1 rok
KE	2. 4. 2017	Seminár II** osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(10:00-16:00)	poplatok 40 EUR, pokračovanie I
B+K+BB	26. 4.	Skúška č. 1 Hlavné centrá, Čechinová, Vodárenská a Kapitulska
	(14:00-15:00)	osobne, alebo on-line, poplatok 1 EUR, po absolvovaní kurzu I+II
BA	6. 5. 2017	Seminár III*** (A+B+C) osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(10:00-16:00)	poplatok 50 EUR, pokračovanie I+II
BA	7. 5. 2017	Seminár IV**** osobne, Hlavné centrum, Čechinová 3
	(10:00-16:00)	poplatok 40 EUR, tematický seminár
KE	20. 5. 2017	Seminár III*** (A+B+C) osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(10:00-16:00)	poplatok 50 EUR, pokračovanie I+II
KE	21. 5. 2017	Seminár IV osobne, Hlavné centrum, Vodárenská 23
	(10:00-16:00)	poplatok 40 EUR, tematický seminár
B+K+BB	7. 6.	Skúška č. 2 Hlavné centrá, Čechinová, Vodárenská a Kapitulska
	(14:00-15:00)	osobne, poplatok 10 EUR, po absolvovaní skúšky č. 1, III. a IV seminárov

Zmena plánovaných termínov seminárov je vyhradená!!!!

***seminár I** – úvod do problematiky detoxikácie. Zoznámenie sa s rozdelením toxínov v ľudskom organizme a ich pôsobením. V rámci seminára je vykonané ukážkové meranie. Účastníci si odnášajú DVD. **Cena: 25 EUR + 25 EUR registrácia.**

****seminár II** – nadväzuje na seminár I. Účastníci sa naučia využívať čínsky pentagram v praxi a sú oboznámení s logickou diagnostikou. Účastníci si odnášajú DVD. **Cena: 40 EUR**

*****seminár III** – seminár III. A – teória (preberieme postupne teóriu merania na prístroji Salvia), seminár III. B – praktické meranie na prístroji Acucomb a Salvia so sadami a EAM programom, seminár III.C - praktické postupy riešenia zdravotných problémov so Salviou a EAM. **Cena: 50 EUR.**

******seminár IV** – nadväzuje na semináre III. praktické postupy riešenia zdravotných problémov. **Cena: 40 EUR.**

*******seminár V + VI** – nadväzné školenie určené pre mierne pokročilých a pokročilých terapeutov. **50 EUR**

*******praktiká s EAV a Salviou a EAM programom** – sú určené záujemcom, ktorí nemajú dostatok istoty pri práci s prístrojom Acucomb a Salvia a EAM programom a absolvovali semináre. Osobne v pobočkách firmy MAN-SR, s. r. o. **Cena: 20 EUR.**

Na uvedené akcie sa prihlasujte:

e-mail: man-sr@man-sr.sk, internet: www.joalis.sk

Centrum Košice: Vodárenská 23,

tel./fax: 055 / 799 6881, 0904 734 418

Centrum Bratislava: Čechinová 3,

tel./fax: 02 / 4342 5939, 0903 311 063

Centrum Banská Bystrica: Kapitulska 17,

tel./fax: 048 / 415 6186, 0911 758 00

Sledujte seriál o zdraví

MUDr. Jonáš prostredníctvom televíznej stanice Kino svet rozoberá zdravotné problémy, vrátane ich príčin a riešenia prípravkami Joalis

Archív na: www.joalis.sk, aktuálny

Nový prípravok MUDr. Josefa Jonáše

Activ-Acid

Tobolky s morskými
minerálmi, inulínom
a kremíkom

3 krát účinný
bonusy pre organizmus

- morské riasy poskytujú
cenné minerály
a biogénne prvky
- zásadité prvky zaisťujú
acidobazickú rovnováhu
a odkyslenie organizmu
- odstraňuje biogénne soli
z organizmu



**Zásadný, veľmi dôležitý krok
v detoxikačnom procese podľa MUDr. Josefa Jonáša**

Viac informácií na www.Joalis.sk