

# Sekrety kuracji oczyszczających

Czy kiedyś zastanawialiście się, dlaczego w TV, prasie, radiu pojawia się tak dużo reklam, które jednoznacznie namawiają nas do zażywania i kupna różnorodnych leków na nadkwasotę, wzdęcia, bóle głowy, stawów, odchudzanie? Środki te nie leczą przyczyn choroby, lecz objawy, i dlatego trzeba je stosować nie przez kilka dni, ale nawet całymi latami, o co *de facto* chodzi koncernom farmaceutycznym. Dzieje się tak, gdyż osłabione trawienie, zanieczyszczony – i nigdy nieoczyszczony – przewód pokarmowy stanowią główną przyczynę problemów zdrowotnych. Brytyjska Królewska Akademia Lekarska ogłosiła, że „90% wszystkich chorób oraz stanów złego samopoczucia ma bezpośredni związek z zanieczyszczeniem jelit”.

System trawienny jest skomplikowanym układem organów (jednym z nich są właśnie jelita), w którym zachodzą złożone procesy z udziałem kwasów trawiennych, bakterii i enzymów.

Raport Harvardzkiej Szkoły Medycznej sugeruje, że zdrowe, prawidłowe trawienie powinno być jednym z naszych priorytetów, ponieważ – jeśli o to nie zadamy – wędrówka składników pożywienia przez cały (ponad dziesięciometrowy!) przewód trawienny może wywołać wiele problemów zdrowotnych.

## Dwa fakty do zapamiętania

Słabo funkcjonujący układ trawienny powstrzymuje przemianę składników odżywczych z pożywienia w energię życiową, której tak bardzo potrzebujemy.

Zablokowany układ trawienny jest najczęstszą przyczyną zaparć, a jednocześnie hamuje wydalanie pasożytów oraz toksyn (autointoksykacja), które następnie gromadzą się w naszym wnętrzu i uszkadzają między innymi wątrobę, pęcherzyk żółciowy, trzustkę i inne ważne organy.

Oczyszczanie ciała ze szkodliwych toksyn, pasożytów i złogów pozwala systemowi trawiennemu w pełni absorbować i wykorzystywać składniki odżywcze te dostarczane z pokarmem, jak i te pochodzące z naturalnych suplementów diety. Jeżeli na co dzień obserwujesz takie objawy jak zaparcia, wzdęcia, pobołowania żołądka, migrena, anemia, ciągłe zmęczenie, alergie, depresja, biegunki, powiększenie węzłów chłonnych, gorączka, gazy, objawy przeziębienia, nocne zgrzytanie zębami, pokrzywki, nadwrażliwość jelit, rozdrażnienia, żółtaczkę, bóle stawowe i mięśniowe, zaczerwienienie oczu, zaburzenia snu, nadwaga lub niedowaga, nerwowość, i jeśli, mimo stosowania diety, nie możesz stracić nadmiaru kilogramów, oznacza to, że Twój organizm jest zanieczyszczony toksynami pochodzącymi z odżywiania, pasożytami i robakami.

Znawcy schorzeń układu pokarmowego głoszą, że przyczyną 90% z nich jest zanieczyszczona okrężnica.

Aż 60% populacji skarży się na zaparcia o różnym nasileniu. Ale nie przywiązujemy do tego należytej wagi. Podobnie

jak do odrobaczania – regularnie poddajemy temu procesowi nasze zwierzęta, ale nie myślimy o tym, że sami możemy mieć robaki czy pasożyty. Tymczasem ten problem dotyczy wielu z nas.

Musimy porzucić fałszywy wstyd i zacząć dbać o własną okrężnicę, by w ten sposób zapobiegać chorobom pasożytniczym – dopóki nie jest za późno! Życie w cywilizowanym świecie nie chroni nas przed atakiem pasożytów.

Najczęstsze objawy zakażenia pasożytami to: zaparcia, utrata wagi lub otyłość, zwiększone łaknienie, nadmierna pobudliwość i poirytowanie, biegunki, wzdęcia i obrzęki, podrażnienie jelit, bóle mięśniowe i stawowe, anemie i alergie.

Pasożyty rozmnażają się szybko i wydzielają odchody, na które organizm może zareagować alergią. Istnieje duże ryzyko wystąpienia niedożywienia, bo pasożyty kradną składniki odżywcze potrzebne dla zdrowia i budowy komórek i zużywają resztki krzemu, bez którego nie ma połączenia mózgu z resztą organizmu. Pasożyty mogą nawet doprowadzić nas do śmierci. WHO szacuje, że 1/4 populacji cierpi na uporczywe infekcje pasożytnicze, mające szkodliwy wpływ na wzrost, niedożywienie i rozwój funkcji intelektualnych u dzieci. Pasożyty mogą zniszczyć każdą część ludzkiego organizmu. Szacunkowe dane mówią o 55 mln dzieci w Ameryce Południowej zainfekowanych pasożytami, nie licząc zakażeń popularnym owsikiem. Uszczerbki na zdrowiu wywołane pasożytami stały się globalnym problemem. Światowa analiza przypadków śmierci wskutek chorób zakaźnych wykazuje 80-procentowy udział chorób pasożytniczych. Schisomatoza zabija rocznie 200.000 ludzi. Światowy Raport Zdrowia ujawnia, że 90.000 osób rocznie jest uśmiercanych przez glistę ludzką. 70.000 ludzi rocznie zabija pełzak czerwony, a 60.000 ginie od wielkiego obleńca. To szokujące liczby. Większość infekcji pasożytniczych dociera do nas wraz z pożywieniem. Jednak bycie wegetarianinem nie chroni przed pasożytami. Żyją one w niemytych i źle oczyszczonych owocach i warzywach. Pasożyty i robaki rozwijają się w organizmach zwierząt. Można więc je znaleźć w wielu produktach mięsnych. Choćby wołowina daje schronienie różnym tasiemcom osiagającym w ludzkich jelitach długość do 7,5 metra. Wbrew powszechnemu przekonaniu, nawet ugotowana wieprzowina może zawierać włóśnie tasiemca przenikające do mózgu czy mięśni.

Z badań naukowych wynika, że nawet zwierzęta domowe w naszym otoczeniu, darzone zwykle wielkim zaufaniem, także mogą przenosić robaki i pasożyty. Na dodatek pasożyty żyją zadziwiająco długo – nawet 50 lat. Wykryto je w ciałach żołnierzy walczących w Azji i Pacyfiku w czasie II wojny światowej. Według książki „Podstawy wiedzy o pasożytach” ludzie są nosicielami ponad 100 rodzajów pasożytów, nie licząc bakterii, wirusów i

grzybów. Trudno znaleźć zwierzę domowe, które nie jest nosicielem choćby jednego pasożyta. A często pasożyty stają się nosicielami innych pasożytów.

Czas porzucić złudzenia i uświadomić sobie dwie kwestie: po pierwsze, są bardzo duże szanse, że w naszym organizmie żyje jeden lub więcej rodzajów pasożytów. Po drugie, pasożyty, które mamy, stanowią zagrożenie dla naszego życia, zdrowia i dobrego samopoczucia.

## Jakie są sposoby pozbycia się pasożytów?

Wcześniej należałoby przedyskutować inny temat, równie drażliwy jak rozmowy o pasożytach. Chodzi o Twoją okrężnicę.

Okrężnica to coś jak kompost, w którym pasożyty mieszkają, „jedzą” i składają swoje jaja. Gdy jedzenie trafia do przewodu pokarmowego, mogą stać się trzy rzeczy:

1. Twoje ciało użyje je jako źródła energii i składników odżywczych.
2. Nadmiar jedzenia zostanie wydalony z organizmu.
3. Niepotrzebna część może zostać w systemie trawiennym. Drobinę jedzenia – nieużyte i niewydalone – pozostają w naszym ciele, głównie w okrężnicy. Gromadzą się warstwa za warstwą.

Tworzy się gnijący i skondensowany kał. Okrężnica ma wychwytywać resztki składników odżywczych, ale pokryta zwartą warstwą fekalii wychwytuje głównie toksyny, które powinny być wyeliminowane. To proces autointoksykacji, czyli samozastrucenia. Nieświadomie trujemy swoje ciało toksynami skumulowanymi w okrężnicy. Jak to niesie problemy zdrowotne? Naturopaci twierdzą, że większość objawów przypisywanych chorobom to reakcje organizmu na obecność toksyn, głównie tych z okrężnicy.

## Co można zrobić?

Najpierw zapanuj nad swoim zdrowiem – to logiczne i proste. Oczyszć ciało z toksyn, usuń pasożyty i złogi gromadzące się przez lata.

Po pierwsze, omówmy oczyszczanie okrężnicy. Najpierw pozbadźmy się warstwy toksycznych fekalii. Do tego potrzeba błonnika. Błonnik jest niezbędny w każdej fazie życia – i w młodości, i w dojrzałości. Eksperci zajmujący się zdrowiem mówią, że błonnik zapobiega chorobie wrzodowej jelit, chorobom miażdżycowym, cukrzycy, zwyrodnieniom naczyń krwionośnych, kamicy żółciowej, hemoroidom, zapaleniom wyrostka, zaparciom, a nawet nowotworom jelita grubego. Zaleca się spożycie od 25 do 35 g błonnika dziennie. Niestety, większość przedwcześnie umierających ludzi na świecie spożywa mniej niż 12 g błonnika dziennie. W Polsce średnie dzienne spożycie błonnika wynosi około 14,5 g. Mamy dwa rodzaje błonnika: rozpuszczalny i nierozpuszczalny. Ten pierwszy redukuje ryzyko chorób serca, obniżając poziom cholesterolu we krwi, drugi zaś działa niczym gąbka – wchłaniając płyny, wielokrotnie zwiększa objętość i niczym szczot-

ka, przesuwa resztki fekalii do ujścia. Regularność wypróżnień polega na równomiernym ruchu jelit przez 12-20 godzin po każdym posiłku. Jeśli tak nie jest, to z pewnością Twoja okrężnica pokryta jest warstwą szkodliwych resztek pokarmu.

## Istotne ostrzeżenia.

By troszczyć się o okrężnicę, dbaj o stosowne dzienne spożycie wody. Powinniśmy wypijać od 8 do 10 szklanek czystej miękkiej wody dziennie. W naszym kraju średnie dzienne spożycie wody to 650 ml. Ale co można zrobić z pasożytami? Jeżeli chcesz oczyścić okrężnicę, zrób pierwszy ważny krok. Odpowiednio dobrane i za-

stosowane zioła od tysięcy lat pomagały zwalczać pasożyty.

Martwmy się nie o to, czy mamy pasożyty, ale o to, jak się ich pozbyć.

I jeszcze jedna myśl: zacznij dbać o swoje zdrowie! Wyruguj efekty globalnych zagrożeń. Im szybciej zaczniesz, tym szybciej wyzdrowiejesz, by prowadzić zdrowe i satysfakcjonujące życie.

Jak wykazują statystyki, ponad 50% ankietowanych osób w ogóle nie zdaje sobie sprawy z zagrożeń, jakie niesie ze sobą zanieczyszczenie organizmu, a także nie widzi konieczności usuwania toksyn.

## Skąd biorą się toksyny?

Powietrze, spaliny. Zanieczyszczona woda, pestycydy, środki ochrony roślin. Pożywienie (konserwanty, barwniki, antybiotyki), nadmiar tłuszczów, białka, pieczywa, cukru. Użytki: kawa, herbata, coca cola, papierosy, alkohol, narkotyki. Opakowania soków – w środku aluminium. Synteza ok. 3.000.000 związków chemicznych.

Niektórzy autorzy wymieniają siedem stopni zanieczyszczenia organizmu I. Mimo zdrowego wyglądu odczuwamy częste zmęczenie.

II. Do zmęczenia dołącza się łamanie w kościach i bóle głowy.

III. Pojawiają się alergie, wysypki, egzemy.

IV. Występuje piasek, kamienie, guzy, torbiele, nadwaga.

V. Pojawiają się zwyrodnienia kości i stawów oraz bóle pleców.

VI. Nękają nas choroby układu nerwowego.

VII. Następuje degeneracja komórek i organów powodująca tworzenie się nowotworów..

## ” ZALECENIE!

**Kto powinien poddać się oczyszczaniu? Każdy!!!**

**Jak często? Przynajmniej dwa razy do roku, najlepiej na wiosnę i na jesieni. Czym możemy to skutecznie zrobić?**

**Zestawem „Colon Pack”**

Dr Eugeniusz Siwik