

BESTSELLER 550 000 sprzedanych egzemplarzy! **NOWOŚĆ W POLSCE!**

Iwan Nieumywakın

woda utleniona

NA STRAŻY ZDROWIA

- Naturalna produkcja nadtlenu wodoru (H_2O_2) w systemie odpornościowym człowieka
- Woda utleniona jako źródło tlenu atomowego i tani ekwiwalent ozonoterapii
- Zastosowania wewnętrzne nadtlenu wodoru
- Sposoby na Candidę i pasożytniczą mikroflorę
- Autorska metoda oczyszczania organizmu
- Szkodliwy wpływ wolnych rodników
- Proste ćwiczenia oddechowe, również dla osób starszych

rama

ZASTOSOWANIA H_2O_2 , O JAKICH NIE SŁYSZAŁEŚ!

hartig

Iwan Nieumywakin

**WODA UTLENIONA
NA STRAŻY ZDROWIA**

 WYDAWNICTWO

hartigrama

Warszawa 2008

Od Autora

OSTATNIMI laty zacząłem publikować (szczególnie w gazecie „ZSZ” - „Zdrowy Styl Życia”) swoje prace poświęcone nadtlenkowi wodoru (H_2O_2), które zostały napisane ponad 30 lat temu i nie były dotąd publikowane. Być może wiązało się to z tym, że metody zastosowania nadtlenu wodoru i inne ówczesne opracowania były dla mnie drugorzędne w stosunku do wywiązywania się z zadań mi wówczas powierzonych, dotyczących „Szpitala Kosmicznego”. Dopiero kilka lat temu zrozumiałem wagę tych pierwszych w wyjaśnianiu kwestii zdrowotnych u ludzi.

Masowe zainteresowanie wodą utlenioną pojawiło się w Rosji po przetłumaczeniu książki W. Douglasa „Uzdrowiające właściwości nadtlenu wodoru” (1998 r.), w której dość przekonująco mówi się o korzyściach wynikających z zastosowania H_2O_2 nie tylko jako antyseptyka stosowanego zewnętrznie, ale i środka służącego leczeniu praktycznie każdej choroby, w tym również za pomocą zastosowania wewnętrznego.

Wydawałoby się, że nie można już nic dodać na temat wody utlenionej, której lecznicze właściwości są już w jakimś stopniu wyjaśnione, do tego przez niejednego autora. Przykładem może być książka W. P. Kazmina „Woda utleniona w twojej chorobie” (Rostów nad Donem, 2003). Wydawano również inne pozycje.

Niestety, ludzie są w większości leniwi i zwykle liczą na cudotwórcze specyfiki, które zbawią ich od chorób bez żadnego wysiłku z ich strony. W życiu jednak tak nie jest. Nie bez powodu przekadło głosi: „Bez wysiłku nie wyciągniesz nawet rybki ze stawu” [wydźwięk tego rosyjskiego przysłowia można przyrównać do polskiego „Bez pracy nie ma kołaczy”]. Rzecz jasna woda utleniona faktycznie wykazuje uniwersalne działanie, jednak ważne jest również to, w jakich warunkach i w jakim stanie organizmu ją zastosujecie. To po pierwsze.

Po drugie: w już wydanych książkach autorzy zazwyczaj nie wyjaśniają, dlaczego H_2O_2 działa tak wszechstronnie i czym różni się od, dajmy na to, tlenu cząsteczkowego, który wdychamy. Poza tym uważają oni, że H_2O_2 rozpada się na wodę i na, rzekomo, ten sam tlen cząsteczkowy. I chociaż naukowcy doświadczalni naszego kraju od dość dawna poważnie zajmują się zagadnieniem wpływu wody utlenionej na przebieg leczenia różnych chorób (gangreny, sączących się i ropnych ran w chorobie popromiennej

– A. W. Mielników i współautorzy, 1945; A. A. Gurewicz i współautorzy, 1966; A. A. Opokin, 1981; chorób nowotworowych

– G. B. Arsieniewa, 1987; D. A. Arlimow, 1990), badania te nie uzyskały szerokiego rozgłosu.

Przyczyną tego stanu rzeczy jest zajadły sprzeciw ogromnego przemysłu wytwarzającego drogie i coraz silniej działające syntetyczne lekarstwa, jako jednej z głównych gałęzi biznesu, który przynosi wielkie dochody, żerując na nieszczęściu ludzkim, oraz opór przedstawicieli tego przemysłu wobec podważania ich „autorytetu”.

Prawdą jest, że w dwóch pracach (D. Farr, 1991; W. P. Sybnikow, 1990) znalazłem mimo wszystko wzmiankę o tym, że w trakcie rozkładu wody utlenionej wydziela się tlen atomowy.

Niedawno zadzwoniłem do przyjaciela, jednego z wiodących fizjopatologów procesu oddychania, profesora E. A. Kowalienko. Zapytałem go:

- Żenia, co wiesz o wodzie utlenionej?

- Jak to? - odpowiada. - To dobry antyseptyk, przeznaczony do zewnętrznego zastosowania.

- Ależ nie - mówię. - Pytam o jej zastosowanie wewnętrzne, a nawet o iniekcję dożylną.

- Czyś ty Iwan zwariował? Wciąż coś wymyślasz!

- Na razie z mózgiem wszystko u mnie w porządku. Jeśli zaś ktoś zamierza zwariować, to będzie go można leczyć właśnie za pomocą wody utlenionej...

I to ma być profesjonalista w swojej dziedzinie, który nieraz podnosił nowatorskie idee! Cóż więc powiedzieć o pozostałych lekarzach?

Ta rozmowa zmusiła mnie do napisania o tej stronie wody utlenionej, o której, jak się okazuje, nie wiedzą nawet specjaliści o niej piszący.

Potwierdzeniem tego niech będzie fakt, że uczeni z Instytutu Neurochirurgii im. N.N. Burdenko, po wieloletnich badaniach stworzyli zawierający wodę utlenioną, aerozolowy preparat „Parkon”, który wykorzystuje się do leczenia choroby Parkinsona. Niestety, jest on bardzo drogi.

Chcę zwrócić Waszą uwagę na jeszcze kilka kwestii. Po pierwsze: w niniejszym nowym wydaniu przytaczam znacznie głębsze wyjaśnienie znaczenia procesów fizjologicznych zachodzących w organizmie, i dotyczących podstawowych źródeł tlenu cząsteczkowego, wody utlenionej i ozonu.

Po drugie: chcę zatrzymać się na następującej sprawie. Po praktycznie jednoczesnym wydaniu książki W. Douglasa „Uzdrowiające właściwości nadtlenu wodoru” i mojej książki „Woda utleniona: mity i realia” (pojawienie się której, nawiasem mówiąc, poprzedzały moje publikacje na ten temat na przestrzeni niemal 3 lat na łamach czasopisma „Zdrowy Styl Życia”), w ostatnich dwóch latach pojawiło się wiele książek o wodzie utlenionej [nadtlenu wodoru]. Jakoś tak wszyscy nagle zmądrzeli, chociaż mieli na celu raczej wzbogacenie się, przy jednoczesnym braku pojęcia, o czym w ogóle piszą.

Zapoznałem się z dziesiątkami takich książek. W niektórych prawie słowo w słowo powtarza się materiał z mojej książki, ze wskazaniem na mnie jako autora, a w innych czyni się to nie wymieniając mojego nazwiska. Rzecz jednak nie w moich ambicjach, lecz w tym, że większość tych książek napisana jest bez znajomości materii, o której traktuje. Mowa w nich jest po prostu o wodzie utlenionej sprzedawanej w aptekach, o zastosowaniu jej absolutnie bez wiedzy o tym, co dzieje się w organizmie, ani też o pokładach drzemiących w nim rezerw.

Za najbardziej znaczące wydawnictwo poświęcone nadtlenu wodoru uważam książkę M. Burowa „Wszystko o nadtlenu wodoru” (Rostów nad Donem, 2004) i niektórymi zdaniami w niej zawartymi się posłużę.

Zaś czytelnikom książki „Nadtlenek wodoru w Waszych chorobach”, którą wydano nakładem aż 30 000 egzemplarzy mówię: Nie daj Bóg stosować się do wielu jej zaleceń! A wobec autorki tej książki, L. Ż. Żałpanowej, zastosowałbym słowa wypowiedziane nie pamiętam dokładnie przez kogo, a które brzmią: „Jeśli możesz nie pisać, to nie pisz!”. I tak dość już szkody przyniosły zdrowiu łatwowiernego czytelnika tego rodzaju pozycje, frywolnie traktujące temat! Do tego takie książki podważają autorytet faktycznie właściwych i pożytecznych metod przywracania zdrowia, powodując w umysłach ludzi takie zamieszanie, że ci nikomu już nie wierzą.

Przytoczę list na ten temat od jednej z pacjentek Centrum Leczniczo-Profilaktycznego, na którego czele stoję:

Wielkie dzięki za o, że Pan w ogóle istnieje Dziś rano (29.09.2004 r.) obejrzałam audycję „Dzień Dobry” [odpowiednik polskiego programu „Kawa czy herbata”], gdzie krytykowano pracę Pańskiego Centrum i to, że zaleca Pan leczenie wielu chorób za pomocą nadtlenu wodoru. W audycji przytoczono moje nazwisko i powiedziano, że rzekomo w wyniku Pańskiego leczenia stan mojego zdrowia uległ pogorszeniu. Nic podobnego nie mówiłam reporterom. Jak można wszystko tak przeinaczać i obrzucać błotem to, co Pan robi.

A ta cała E Małyszewa [lekarka prowadząca popularną audycję pro-zdrowotną, gwiazda telewizji] mogłaby chociaż zainteresować się, co naprawdę robi się tu w Centrum. Jak może komentować to, czego nawet nie widziała ani nie spróbowała, i do tego czynić to pod Pana nieobecność. Tymczasem ona broniła honoru medycyny, która już niczego nie umie zdziałać. Tak mnie zdenerwował ten program, że już chciałam napisać skargę do sądu na audycję i na Małyszewą, ale Iwan Pawłowicz powiedział.: „Pani stan w wyniku naszego leczenia poprawił się, i to dobrze. Nie ma sensu psuć sobie nerwów bezsensownymi sprawami. Niestety mieszkamy w takim kraju, w którym rację ma nie ten, kto ją ma, a ten, kto ma więcej praw”

Wielu błędnie sądzi, że w ciągu 7-10 zabiegów można się w pełni wyleczyć i zapomina, że w trakcie całego życia nie robimy niczego, by być zdrowymi. Cuda, których dokonują lekarze w tym Centrum, to długa praca własna, której tu uczą, czego nie robi się w żadnym zakładzie oficjalnej medycyny, a co powinno stać się stylem życia. Przecież człowiek jest słaby i po jakimś czasie narusza dane mu zalecenia, a potem krzyczy: „Nieumywakin mi nie pomógł!” A on przecież wszystkich uprzedza: „Chcesz być zdrowy? Zatem działaj”.

Przeszłam wszystkie zabiegi, dzięki którym dowiedziałam się, że jest dla mnie jeszcze nadzieja. A jak tu wykonują hydrokolonoterapię, po której aż chce się latać! Metoda oczyszczenia wątroby w ogóle me ma sobie równych. Ileż to razy oczyszczałam wątrobę różnymi metodami. Ale takiego efektu jak tutaj nie mogłam osiągnąć. Nigdy me myślałam, że wyjdzie ze mnie tyle kamieni, chociaż USG nie wykazało ani razu, że mam je w jelitach czy wątrobie. Niezależnie od wszystkich tych araków-niech Bóg ma Pana w opiece. Nas, których Pan pokierował na drogę zdrowia, jest wielu i nie pozwolimy Pana obrażać. Jest już nas cała armia, a Pan, jako wojskowy, niech da tylko rozkaz, byśmy na całe gardło oświadczyli, kto jest kim. Kochamy Pana jako najlepszego człowieka, a Pańscy współpracownicy są dla nas jak członkowie najbliższej rodziny

O.Abramowa, Moskwa

Nie mogę w tym miejscu powstrzymać się od przywołania jeszcze jednego listu, który przyszedł na adres „Zdrowego Stylu Życia”, oraz odpowiedzi redaktora naczelnego gazety, Anatolija Korszunowa:

Jestem od dawna prenumeratorem „Zdrowego Stylu Życia” Z niecierpliwością czekam na każdy kolejny numer. Znajduję tu bardzo wiele informacji dla siebie. Nie umknęły mojej uwadze również pozytywne opinie na temat przyjmowania nadtlenu wodoru i już od 2 lat przyjmuję H₂O₂. Wszyscy moi znajomi, podobnie jak i ja, są ludźmi wiekowymi i przyjmują nadtlenek wodoru oraz czują się znacznie lepiej.

Oto pewnego razu (sierpień-wrzesień 2004 r.) zadzwonili do mnie i powiedzieli, że w jednym z programów Eleny Małyszewej (na temat zdrowia) zadano jej pytanie odnośnie nadtlenu wodoru, na co ona bardzo kategorycznie odpowiedziała: „W żadnym wypadku! To w rezultacie doprowadzi do ciężkich powikłań”. Moi znajomi od razu zaprzestali przyjmowania nadtlenu wodoru i prosili mnie, bym do Was napisała.

I. J. Szeina, okręg Permski, Bienozniki

Odpowiedź redaktora naczelnego:

Podobnych listów przyszło do redakcji „Zdrowego Stylu Życia” wiele. Ludzie przyjmowali nadtlenek i wszystko było pięknie - łatali jak na skrzydłach. Ale gdy tylko przeczytali w miejscowej gazecie notatkę lub usłyszeli w programie telewizyjnym zdanie specjalisty... wystraszyli się.

Nie mogę zrozumieć - chociaż w głębi duszy się domyślam - po co, w jakim celu się to robi? Pisaliśmy już, że w naszej poczcie redakcyjnej, w całej długiej historii propagowania H₂O₂, pośród rozlicznych pozytywnych opinii na temat przyjmowania mieszanki, znajdują się doniesienia o nie więcej niż dwóch, trzech negatywnych rezultatach. U kogoś podwyższyło się ciśnienie, u kogo innego pojawiły się bóle głowy... Ludzie ci zaprzestali przyjmowania nadtlenu i pewnie dobrze zrobili - „nie przyjęło się”.

Mogę przytoczyć przykład z własnego doświadczenia. Zdarzyło mi się być w Ameryce. Spotkałem się ze starym znajomym z „Sowietskiego sportu”. Wspominaliśmy przy stole przyjaciół, którzy odeszli. Niestety, wielu ich naliczyliśmy. Nad ranem odkryłem, że moja prawa noga napuchła, bolała nie do wytrzymania, zaczerwieniła się i bito od niej gorąco. Znajomy poradził, bym zwrócił się do lekarza. Ten obejrzał moją nogę i zaordynował kroplówkę.

- Co znajduje się w kroplówce? - zainteresowałem się.
- Nadtlenek wodoru, sól fizjologiczna, witamina C i antybiotyk - odpowiedział doktor.
- Nadtlenek! - odrzeknąłem. - Wy go stosujecie?'
- Tak, już od 12 lat...
- Z powodzeniem?'
- Praktycznie stuprocentowym.
- Ale ja nigdzie o tym nie czytałem!'
- I nie przeczyta pan, chociaż... Jest kilka książek...

Rzecz w tym, że amerykańscy lekarze otrzymują bezpłatne lekarstwa od producentów. Cel jest jeden - przyuczyć do nich pacjentów, by potem kupowali te zazwyczaj drogie środki w aptekach. Tym firmom raczej nie spodobałaby się wzmianka o tanim nadtlenu

Przyjąłem dwie kroplówki z antybiotykiem. Noga doszła do normy. Ale ja kontynuowałem cykl - jeszcze 6 kroplówek, z tym że już bez antybiotyku... Czy potrzebne są jakieś komentarze?'

Nasz korespondent Grigorij Mataj znalazł w Izewsku lekarzy, którzy - w odróżnieniu od swoich kolegów-oponentów - wykorzystują H₂O₂ w celu pomyślnego leczenia wielu ciężkich schorzeń.

Anatolij Korszunow

Korespondent „ZSŻ” przeprowadził wywiad z łzewskimi lekarzami i w czasopiśmie (nr 2/278 z 2005 roku) pojawił się artykuł „Są tacy lekarze. Praktyka kliniczna w zastosowaniu H2O2”, z którego wyjątki przytaczam poniżej:

Ordynator katedry chirurgii fakultatywnej Izewskiej Akademii Medycznej B. A. Sytnikow nie ukrywa, że pierwszy raz przeczytał o fantastycznych możliwościach nadtlenu wodoru w „Zdrowym Stylu Życia”.

B. A. Sytnikow: Profesor Nieumywakin był bardzo przekonujący, kiedy wyjaśniał korzyści, wynikające z zastosowania nadtlenu do stymulacji rezerw immunologicznych organizmu - opowiada Sytnikow. Zainteresowałem się tym poważnie i przeczytałem książkę amerykańskiego lekarza W Douglasa „Uzdrowiające właściwości nadtlenu wodoru”, i zrozumiałem, że to właśnie to, co jest mi nieodzowne w mojej pracy.

Nasza katedra i oddział chirurgiczny specjalizuje się w dolegliwościach ropno-zapalnych (zapalenie żył na tle żylaków, tak zwana stopa cukrzycowa, noga z zanikiem naczyń włosowatych, spowodowanym atrofią tkanek przewlekle pozbawionych tlenu). Niegojące się wrzody, prowadzące często do nieuniknionej amputacji kończyny, która nierzadkim skutkiem choroby

Możliwość nasycania tkanek brakującym tlenem za pomocą nadtlenu wodoru tchnęła we mnie nadzieję - być może jest to prosty i dostępny środek, którego bezskutecznie od dawna szukamy... Zaczęliśmy wprowadzać nadtlenek dożylnie i do arterii biodrowej. By osiągnąć pozytywne skutki, ściśle przestrzegaliśmy dwóch warunków: nadtlenek miał niskie stężenie 0,12% i tempo podawania nie przewyższało 14-15 ml/min. Przy takich ograniczeniach zabieg tego typu jest całkowicie bezpieczny.

Korespondent gazety: Przepraszam, Beniaminie Arsieniewiczu, ale niektórzy Pańscy koledzy uważają, że ta metoda to barbarzyństwo. Nadtlenek wodoru sam w sobie stanowi prawie truciznę. Przecież wydzielający się tlen grozi zatkaniem naczyń krwionośnych. Nie boi się Pan tak ryzykować?

B. A. Sytnikow: Nie było żadnego ryzyka. W niewielkim stężeniu nieraz nawet silna trucizna staje się nieszkodliwa. Przy powolnej iniekcji nie tworzą się pęcherzyki, a cały tlen zostaje zaabsorbowany przez „głodne tkanki”. Całkowite bezpieczeństwo zabiegu - oczywiście przy fachowym i ostrożnym wykonaniu - zostało wielokrotnie dowiedzione, zatwierdzone i propagowane jest przez nas w regionach. Moim oponentom brak argumentów, by pozostawać sceptykami.

Efektów pozytywnego oddziaływania nadtlenu jest kilka. „Głodne” tkanki, nasycając się tlenem, zostają uratowane od śmierci, znika niekiedy uporczywy ból, poprawiają się procesy

metaboliczne, w rezultacie czego u diabetyków można dwukrotnie zmniejszyć dawki insuliny i innych środków obniżających poziom glukozy we krwi.

Dzięki nowej metodzie na naszym oddziale zmniejszyła się liczba amputacji, a w przypadkach, gdy były one nieuniknione, zmniejszyła się strefa amputacji, przez co można było uratować większą część kończyny.

Korespondent gazety: Rozumiem, że wprowadzać nadtlenek do żył może jedynie wykształcony specjalista w warunkach klinicznych. Lecz jak Pan, po szczegółowym przestudiowaniu właściwości nadtlenku, zapatruje się na ideę Nieumywakina, by proponować przyjmowanie nadtlenku w wielu chorobach?

B. A. Sytnikow: Zapatruję się na to zdecydowanie pozytywnie... Jako lekarz rozumiem, że w chorobie wieńcowej, bólu dławicowym czy arteriosklerozie bardzo pożądane jest podawanie choremu nadtlenku w postaci kropelek. Przecież wchłanianie zaczyna się już na języku. Ale kłopot w tym, że nadtlenek wodoru ma bardzo niską cenę, a nasza farmakologia stworzyła cały przemysł produkujący drogie lekarstwa na chorobę wieńcową i arytmie. Nie tak łatwo zrezygnować z ogromnych zysków"

Dalej korespondent pisze:

Tajniki tej metody otworzyła przede mną Pani dyrektor Centrum Medycznego „Life”, Elmira Hamitowna Pozdiejewa, lekarz hirudoterapeutka [używająca do terapii pijawek lekarskich], fitoterapeutka, akuszerka-ginekolog.

Ciekawe, że swe umiejętności leczenia chorób przy pomocy nadtlenku wodoru nabyła nie od Nieumywakina i Sytnikowa, lecz od Aleksandra Tymofiejewicza Ogutowa - jeszcze jednego entuzjasty, który zarządza w Moskwie Centrum edukacyjnym, w którego programie znajduje się i ta metoda.

Zaczęła ona, jak to zazwyczaj bywa, od siebie. Dopiero przekonawszy się o pozytywnym działaniu, jąła polecać tę metodę pacjentom. Na sobie ciekawska pani doktor wypróbowała oczywiście o wiele większą dawkę - 1 łyżkę na szklankę wody. Jest to, jak twierdzi Pozdiejewa, uzasadnione w ostrych przypadkach.

Na przykład przeziębienia należy natychmiast traktować dawką uderzeniową nadtlenku. Może się przy tym pojawić uczucie dyskomfortu w żołądku, pieczenie błony śluzowej. Ale po upływie 3-4 dni żaden z tych objawów nie pozostanie. Zniknie za to wzdęcie, stolec wróci do normy, pojawi się uczucie lekkości, czystości w ciele i rozjaśnienie umysłu...

Publikacje te przytaczam ze względu na to, że po wystąpieniu E. Małyszewej w programie pierwszym telewizji nie tylko do redakcji „Zdrowego Stylu Życia”, ale i do innych redakcji i do radia ludzie zaczęli się zwracać z pytaniem, co robić: przyjmować nadtlenek czy nie. Na

przykład W. Kaszyn, zwracając się do czasopisma „Zdrowie” dnia 09.04.2005, pisze: „Napiszcie prawdę o nadtlenu wodoru. Cała nasza wieś to pije za radą profesora Nieumywakina”. W odpowiedzi „Zdrowie” pisze:

Ogólnie rzecz biorąc, lekarze używają nadtlenu wodoru do dezynfekowania ran, a kobiety - by przedzierzgnąć się w blondynki. Według teorii Iwana Nieumywakina, jeśli pić codziennie roztwór nadtlenu wodoru w stężeniu 3% [który jest w Polsce nazywany wodą utlenioną; w rzeczywistości Iwan Nieumywakin mówi o rozcieńczaniu takiego roztworu, a więc o daleko mniejszych stężeniach, co będzie objaśnione w dalszej części książki, a czego nie zauważył widać autor tego negatywnego komentarza], to tkanki wewnętrzne będą nasycać się tlenem i pomoże to organizmowi walczyć z każdą infekcją, podniesie odporność i ochroni przed rakiem, oraz wyleczy z depresji

Jak nam wyjaśnił zastępca dyrektora naukowego Instytutu Naukowo Badawczego imienia I. M. Siechenowa, doktor nauk biologicznych, profesor Wsiewołod Kisieliow, nadtlenek wodoru nie może wzbogacać krwi tlenem - niezależnie od tego, ile go wypijemy albo ile kompresów przyłożymy.

Jeśli komuś się wydaje, że mu to pomaga, to nic w tym dziwnego. Niektórzy „leczą” się rtęcią i również zaczynają czuć się lepiej, tylko czy na długo? To się nazywa efekt placebo. Każde lekarstwo, zanim znajdzie się w aptece, przechodzi przez badanie placebo. Połowa grupy kontrolnej otrzymuje lekarstwo, druga połowa środek neutralny - placebo. U 35% nawet ciężko chorych pacjentów zachodzi polepszenie stanu zdrowia... w wyniku łkania kredy. W przypadku z nadtlenu wodoru zachodzi ten sam fenomen.

Cóż mogę rzec w odpowiedzi? E. Małyszewa jest zaledwie doktorem nauk medycznych i, prowadząc swe programy zazwyczaj według wcześniej przygotowanego scenariusza, może nie znać wszystkich niuansów fizjologii, podobnie jak i wielu innych lekarzy o wąskich specjalizacjach.

Jednak jeśli profesor, i to jeszcze profesor medycyny molekularnej, nie wie niczego o silnych mechanizmach gromadzenia rezerw w systemie odpornościowym, a dokładniej - o nadtlenu wodoru, to już jest niewybaczalne... Można jedynie wyobrazić sobie, z jakim zasobem wiedzy zaczynają pracę lekarze po ukończeniu tej akademii!

Tymczasem tacy lekarze jak profesor B. A. Sytnikow, od razu zrozumiałszy mechanizm działania nadtlenu wodoru, w odróżnieniu od profesora W. Kisieliowa, który rozprawia o tym, czego nie zna, nie boją się wziąć na siebie odpowiedzialności i odważnie wykorzystują dawno zapomniane, stare metody, które znane są od ponad stu lat, ponieważ rozumieją, że przyszłość medycyny to symbioza medycyny oficjalnej i ludowej (z której, nawiasem mówiąc, powstała

medycyna oficjalna), plus dogłębna wiedza o procesach fizjologicznych zachodzących w organizmie. Niestety, bardzo wielu lekarzy, przyzwyczajonych do leczenia zatwierdzonymi metodami, wciąż nie chce samodzielnie myśleć: tak przecież jest wygodniej i faktycznie nie trzeba za nic odpowiadać. Ale wmuszać drogie, i do tego wątpliwej jakości, suplementy diety albo niesprawdzone pod względem jakości lekarstwa zza oceanu, byle by zarobić swój procent od sprzedaży - to przychodzi im z łatwością.

Mam przyjaciela, interesującego człowieka, Iwana Sawieliewicza Biedinskiego. Rozmawiałem z nim jakiś czas temu. Dręczyła mnie wtedy kwestia, dlaczego zamiast walczyć na poziomie Państwowym o program uzdrowienia nacji, ludzie odpowiadający za tę kwestię sprzyjają raczej temu, by w kraju było więcej aptek, zawałonych drogimi preparatami chemicznymi wątpliwej zagranicznej produkcji, które nie leczą, tylko wpędzają chorych w stan, z którego jest już jedna droga - na tamten świat.

Podyktował mi wtedy wiersz, który trafnie opisuje to, co obserwujemy.

Światło i zwierciadła

O jakże wielki intelekt jest człowieka:

Co skrzyżowanie, to nowa apteka.

N. Zabołocki

W świecie Mocne Światło świeci,
Co ziarna mądrości zasiało,
By ludzi zbawić od sieci,
Mgłę głupoty rozwiało.

Rosję wiedzę zrosiło
A świadomość dobrymi płody,
I pokazało, i nauczyło
Brać zdrowie od Przyrody.

Lecz zwierciadła się wzburzyły,
I miast odbicie tworzyć,
W dzwony gromko zabiły
- Zniekształceń Administratorzy.

Jak grzybów w lesie urodzaj niewąski,
Tak kraj zaścielon aptekami.
Śmieć wiozą nam zamorski
Biznesu ludzie cwani.

Dogmatów wymierających gardło.
Grzech jatrogenny* stał się normą.
W Rosji władza krzywe zwierciadło
Ze zwyrodniałą formą.

Biedinski

* Jatrogenny - z greckiego „*iatros*” - lekarz i „*genao*” - rodzę. Stan chorobowy albo wręcz choroba, wynikające jako reakcja na niewłaściwe zinterpretowanie przez chorego słów, zachowania lekarza lub przeczytanej literatury medycznej itd. Nie na darmo mówi się: „Słowo leczy i kaleczy”. Na przykład w onkologii: jedni lekarze są zdania, że choremu należy mówić prawdę, inni - że nie należy tego robić. Ma to miejsce, ponieważ według większości lekarzy każda choroba onkologiczna, zapalenie wątroby typu C i tym podobne dolegliwości to choroby nieuleczalne. Ich zdaniem pacjent, usłyszawszy taką diagnozę, wpadnie w szok i uzależnienie od lekarstw. W rzeczywistości te choroby to stan, z którego - przy mobilizacji własnych sił oraz ukierunkowaniu świadomości - można wyjść, o czym dowiedzie się w dalszej części niniejszej książki [przypis autora].

O właściwościach fizjologicznych procesu oddychania

W CIĄGU 57 lat działalności lekarskiej, z czego 40 poświęciłem pracy naukowej, w sumie ponad 15 lat zajmowałem się kwestiami oddychania. Wystarczy powiedzieć, że moja pierwsza praca z czasów studenckich, którą napisałem na wydziale fizjologii u profesora G. P. Konradi (1946 r.), poświęcona była roli dwutlenku węgla w regulacji wymiany gazowej.

W okresie od roku 1959 do 1964 zajmowałem się zagadnieniami związanymi z opracowaniem metod i środków odczytywania parametrów fizjologicznych kosmonautów w czasie lotu i przekazywania ich za pomocą kanałów telemetrycznych. W ten sposób została stworzona seria przyrządów służących do studium funkcji oddychania zewnętrznego, co stało się podstawą mojej pracy doktorskiej.

Stworzono na przykład przenośny suchy spirometr, pozwalający otrzymywać dane o stanie płuc w takich warunkach, w których przy użyciu istniejących wówczas przyrządów nie byłoby to możliwe. Mój promotor, akademik [członek Akademii Nauk] B. E. Wotczał powiedział: „Nie wątpię, że Pańskie dalsze życie będzie związane z zagadnieniami dotyczącymi oddychania. Proszę zwrócić przy tym uwagę na to, że w organizmie jest ogromna siła, bez której nie byłoby możliwe nasze życie - jest to nadtlenuk wodoru”.

W 1964 roku powierzono mi pracę nad stworzeniem środków i metod służących udzielaniu pomocy medycznej kosmonautom w czasie lotów różnej długości.

Dzięki pomocy ówczesnego ministra zdrowia, B.W. Pietrowskiego, i jego zastępcy, A.I. Burnazjana, do prac nad tym problemem zostały włączone dziesiątki specjalistycznych instytucji kraju, które w późniejszym czasie pomogły mi rozwikłać również kwestie dotyczące oddychania.

By rozeznąć się w mechanizmach oddychania, od którego zależy faktycznie całe nasze życie, konieczne trzeba zrozumieć, oczywiście w formie uproszczonej, przynajmniej następujące zagadnienia:

- jak odbywa się wymiana gazowa w organizmie i jaką rolę pełnią gazy wchodzące w skład powietrza atmosferycznego,

- od czego zależy równowaga kwasowo-zasadowa albo procesy utleniająco-redukcyjne, będące podstawą naszego zdrowia,
- gdzie znajduje się serce (o czym nie wie nawet wielu lekarzy),
- na czym polega mechanizm pracy i rola układu immunologicznego, w tym również nadtlenu wodoru jako jego części składowej.

Zatem podstawy naszego życia stanowią: powietrze, woda i pokarm. Oczywiście, bez tych składników organizm nie może istnieć, ale jeśli ocenić je pod względem ważności, to bez powietrza człowiek może przeżyć najwyżej od 3 do 5 minut (potem zachodzą nieodwracalne procesy), bez wody - od 3 do 7 dób, bez pożywienia - 30 i więcej dni.

Przede wszystkim uściślijmy, czym oddychamy. Ogólne ciśnienie w organizmie wynosi, podobnie jak w atmosferze, 760 mm słupa rtęci, a ciśnienie parcjalne (częściowe) rozkłada się następująco: azotu - 600 mm (około 79%), tlenu - 159 mm (21%), dwutlenku węgla - 0,01-0,03%, argonu - 1%, i nieznaczna ilość innych gazów.

W naszych czasach dowiedziono, że w związku z wysokim poziomem gazów, zadymieniem powietrza, szczególnie w miastach, w tym również w związku z niemądrym zachowaniem człowieka (palenie itp.), tlenu w atmosferze jest prawie 20% mniej, co stanowi prawdziwe niebezpieczeństwo, które jawi się przed ludzkością w całej swej okazałości.

Skąd bierze się osłabienie, uczucie zmęczenia, senności i depresja? Otóż jest to związane z tym, że organizm nie otrzymuje właściwej ilości tlenu. Oto dlaczego w chwili obecnej coraz większą popularnością cieszą się, jako wypełnienie tej luki, koktajle tlenowe. Jednak prócz krótkotrwałego efektu nic nie dają. Cóż zatem pozostaje człowiekowi robić?

Gazowe składniki organizmu, %					
Gaz	Atmosfera	Płuca	Krew tętnicza	Krew żylna	Tkanki
Azot	79	79	79	79	79
Argon	1	1	1	1	1
Tlen	21	13-14	10-12	4-4,4	4,5-5
Dwutlenek węgla	0,01-0,03	6-7	6-6,5	6-7	6,5-7,5

W tabeli ukazano, w stanie jakiej równowagi wobec siebie powinny pozostawać gazy w organizmie. Naruszenie tej równowagi jest brzemienne w skutki, choć każdy gaz ma inne przeznaczenie.

Azot

Co się tyczy roli azotu w procesie oddychania, to sprowadza się ona do następującego: Obecnie dowiedziono, że azot w organizmie przyswaja się za pomocą specjalnych mikroorganizmów, znajdujących się w odcinku tracheobronchialnym [krtaniowo-oskrzelowym] płuc oraz w jelitach, podobnie jak w glebie - przy pomocy bakterii. Okazuje się, że związki zawierające azot, znajdujące się w organizmie człowieka i zwierząt mogą rozkładać się do postaci azotu cząsteczkowego i można wydychać go nawet więcej niż się wdycha. Wychodzi na to, że nie tylko oddychamy azotem, a dodatkowo jeszcze odżywiamy się nim, z tym że nie azotem atmosferycznym, a związanym, białkowym.

O ile wcześniej uważano azot za gaz inercyjny [bezczyanny], to teraz amerykańscy uczeni ustalili, że w silniku spalania wewnętrznego, przy temperaturze powyżej 1000°C, azot zawarty w powietrzu łączy się z tlenem, tworząc tlenki azotu (substancje posiadające dość wysoką aktywność chemiczną). Jeśli przyjąć, że w taki właśnie sposób proces ten zachodzi w organizmie (G. Pietrakowicz), to synteza aktywnych połączeń azotu w zasadzie staje się w nim możliwa.

Chemikom znany jest fakt, że w roztworach wodnych (krew) tlenki azotu przekształcają się w azotany [nitraty], a następnie w aminokwasy - podstawę budowy struktur białkowych. Znana jest opinia wielu badaczy uważających, że pierwotna cząsteczka białka powstała z azotu zawartego w powietrzu, przy oddziaływaniu wyładowań elektrycznych i wysokich temperatur.

No i mamy reaktor termojądrowy w organizmie, o którym wiele się mówi, ale nikt nie umiał wyjaśnić, na czym polega. Staje się jasne, dlaczego w wielu przypadkach sportowcy stosujący określony tryb odżywiania nie tracą wagi po udziale w maratonie, a nawet przybierają na masie.

Podobne zjawisko zaobserwowała również G.S. Szatałowa. Opowiadała, że po wielokrotnym przejściu przez piaski Karakum u uczestników wycieczki, mimo niskokalorycznego pożywienia, waga pozostała bez zmian lub nawet się zwiększała.

By nie pogubić się w dalszej części naszych rozważań, należy od razu powiedzieć kilka słów o ukazanym w tabeli gazie argonie, na który zazwyczaj nikt nie zwraca uwagi. Jak dowiedli zajmujący się opracowaniem zestawów podtrzymania procesów życiowych w statkach kosmicznych W. Smolin, B. Pawłów i inni, gaz ten zwiększa rezystancję (opór) organizmu w stosunku do azotu przy obniżonym poziomie tlenu (hipoksji) - zarówno w podwyższonym, jak i w normalnym ciśnieniu, a także przy kompresji i dekompresji.

Wskazana praca otwiera kuszące perspektywy nie tylko dla przyszłych lotów kosmicznych, ale i dla ochrony zdrowia w ogóle (opracowanie mieszanek tlenu z argonem, helem, ksenonem i kryptonem w celu leczenia rozmaitych dolegliwości).

Tlen

Tlen występuje w przyrodzie w kilku postaciach: cząsteczkowej [molekularnej] w atmosferze, w organizmie - atomowej, uzyskiwanej z nadtlenu wodoru, oraz w postaci ozonu, który występuje w przyrodzie szczególnie po burzy, nad morzem, w pobliżu wodospadów oraz w nieznacznej ilości - w organizmie. Oprócz tego istnieją jeszcze izotopy tlenu O^{17} i O^{18} , i chociaż jest ich skrajnie mało, mogą ze względu na swój potencjał energetyczny wносить wkład w procesy biologiczne organizmu. Istnieją interesujące dane statystyczne: ciążę wielopłodową i rodzenie dzieci o unikalnych cechach związane są z wysokim potencjałem energii i tworzeniem się tych izotopów przy zbyt energicznym kontakcie płciowym. I odwrotnie - rodzenie dzieci z zespołem Downa częściej obserwuje się u par wiekowych, w związku z niedostateczną ilością energii (tlenu) w organach płciowych.

W rzeczywistości tlen molekularny jest niezdolny do działania. Dzięki procesom biochemicznym przekształca się on w tlen atomowy, który stanowi końcowe ogniwo reakcji - zarówno ozonu, jak i nadtlenu wodoru.

Obecnie coraz modniejsza staje się tak zwana „ozonoterapia”, na temat której przeprowadzono już trzy kongresy. W rzeczywistości terapia ta nie jest terapią ozonową. Ozon to substancja toksyczna, i aby wykorzystać go wobec człowieka, nieodzowne jest jego określone stężenie. W organizmie momentalnie przeradza się on w tlen atomowy. Innymi słowy: w organizmie działają tylko atomy tlenu (tlen atomowy). A zatem działają wszystkie postacie tlenu - co prawda z różną energią, ale ostatecznym ogniwem w łańcuchu procesów utleniania jest tlen atomowy.

Dlatego też nazwa „ozonoterapia” najwyraźniej używana jest w celu przyciągnięcia uwagi do jakoby nowej metody leczenia. W istocie to tlen oddziałuje i metoda ta powinna nazywać się „tlenoterapią”.

Mechanizm powstania życia na Ziemi pozostaje do dziś zagadką, lecz większość badaczy zgadza się z tym, że jej atmosfera składała się w znacznej mierze z dwutlenku węgla, i organizmy roślinne, które się pojawiły, znalazły w tej substancji nieograniczone zasoby dla fotosyntezy, w procesie której z dwutlenku węgla i wody powstały związki organiczne i wolny tlen, będący podstawą życia biosfery. Jednocześnie, przy udziale wysokich temperatur i wyładowań elektrycznych, azot w powietrzu, łącząc się z tlenem, tworzył tlenki azotu - substancje dysponujące dość wysoką aktywnością chemiczną - w rezultacie czego pojawiły się pierwotne cząsteczki białka. Chemikom znany jest fakt, że w roztworach wodnych krwi tlenki azotu mogą przekształcać się w azotany, a następnie w aminokwasy, bez czego nie byłoby możliwe życie.

Ponieważ fotosynteza przebiega w wodzie znacznie sprawniej niż na lądzie, w rezultacie tego procesu, w którym biorą udział dwutlenek węgla, tlen, azot i ozon, w atmosferze powstał określony stosunek gazów, który nie zmienia się już od wielu milionów lat: 79% azotu, 1% argonu, 0,033% dwutlenku węgla.

Oddalając się coraz bardziej od fizjologicznych podstaw życia, uczeni zajmujący się człowiekiem do dnia dzisiejszego nie odkryli prawdziwej istoty życia komórki: co leży u podstaw jej procesów życiowych. Zamiana zaszczepionych w organizmie podstaw Przyrody na metody chemiczne, które osłabiają jego rezerwowe mechanizmy ochronne, sprzyja pojawieniu się coraz to cięższych dolegliwości i skróceniu życia człowieka.

Moje życie tak się ułożyło, że zajmowałem się działalnością badawczo-naukową od lat sześćdziesiątych XX wieku i poszukiwałem metod leczenia chorób, które rzekomo były nieuleczalne. Wciąż zadawałem sobie pytanie: jakie naturalne mechanizmy mogą nie dopuścić do żadnych zachorowań w ciągu życia człowieka bez stosowania środków chemicznych? Po pierwsze: oznaczało to w praktyce poszukiwanie przyczyny chorób, usunąwszy którą można nie tylko zapobiec chorobom, ale i pozbyć się tych, które już nam doskwierają.

Po drugie: powszechnie wiadomo, że tlenu jest w organizmie 65% i nie może zachodzić bez niego żadna reakcja biochemiczna i energetyczna. Na czym polega uniwersalność tlenu, a przede wszystkim - jaki jest mechanizm jego działania, i czy istnieje coś, czym można by go było zastąpić? Tym bardziej, że z wiekiem generowanie tlenu z wielu powodów (coraz mniej ruchu, zanieczyszczenie organizmu i inne) ulega znacznemu zmniejszeniu. Podczas analizy procesów biologicznych ustalono, że w organizmie trwa ciągły proces tworzenia przez komórki układu odpornościowego (i nie tylko przez nie, ale i na przykład przez pałeczki jelitowe) nadtlenu wodoru i ozonu z wody i tlenu cząsteczkowego, które to substancje wydzielają w procesie rozpadu na tlen atomowy. A bez niego komórka byłaby martwa!

Idąc dalej, rola tlenu cząsteczkowego w organizmie sprowadza się do tworzenia tlenu atomowego, który zaspokaja zachodzące w strukturach komórkowych procesy utleniania i redukcji, a także utrzymuje zdrowie na poziomie komórkowym. Naruszenie tego procesu stanowi właśnie przyczynę chorób.

W ten sposób powstaje trzecia kwestia - jak i co należy robić, by zapobiec wymienionym nieprawidłowościom bez uciekania się do stosowania środków farmakologicznych, za pomocą których możliwe jest usunięcie jedynie skutków, a nie zasadniczej przyczyny?

Biorąc pod uwagę fakt, że tlen atomowy wytwarzany jest w organizmie z wody i tlenu molekularnego przez nadtlenek wodoru i ozon, zdecydowano, że przy zaburzeniu tego naturalnego procesu (zaburzenia takie obserwuje się wraz z pojawieniem się jakiegokolwiek

choroby lub też z obniżeniem możliwości rezerwowych organizmu wraz z wiekiem), należy użyć nadtlenu wodoru w zastosowaniu zewnętrznym, doustnie, w lewatywach, a nawet dożylnie.

Efekty nie kazały na siebie długo czekać. Tym bardziej, że metoda stosowania nadtlenu wodoru jest bardzo prosta i, co nie mniej istotne, praktycznie nic nie kosztuje.

Po czwarte - czy nie można by oddziaływać na organizm efektywniej z użyciem naturalnych metod fizjologicznych, dostarczających energii za pomocą fal ultrafioletowych nie tylko przez naświetlanie z zewnątrz, ale również dożylnie? Przez ponad 15 lat trwały poszukiwania zakresu promieni ultrafioletowych, w którym działa każda komórka. Jest to szczególnie ważne, ponieważ pod wpływem ultrafioletu powstaje ozon, który w organizmie błyskawicznie zmienia się w tlen atomowy. W celu osiągnięcia zamierzonego efektu określono czas oddziaływania, zakres promieni ultrafioletowych i ilość napromieniowywanej krwi, w rezultacie czego zbudowano instrument „Helios-1” do zastosowania w medycynie, „Helios-2” - do użytku w weterynarii, i maszynę MUFOR - w gospodarstwach rolnych.

Okazało się, że promieniowanie ultrafioletowe, oddziałując na krew, sprzyja szybszej przemianie tlenu molekularnego w atomowy, przy czym dodatkowo wytwarza ozon, również błyskawicznie przekształcający się w tlen atomowy, wykazujący silne działanie normalizujące naruszone procesy bioenergetyczne.

Z początku metoda była oczywiście dopracowywana i sprawdzana na zwierzętach - bydło rogatym. Na przykład u krów ras wysokomlecznych, szczególnie tych sprowadzanych z zagranicy, w związku ze złymi warunkami chowu rozwijał się ropień kopyta, z którym nie można było sobie poradzić.

Po jednym, dwóch zabiegach naświetlania, dolegliwość ustępowała. Cielęta, które dopiero co przyszły na świat, stawały się rześkie i wyprzedzały swych rówieśników pod względem wzrostu, wagi oraz innych parametrów. Doświadczenia kliniczne, przeprowadzone potem przez wiodące instytucje naukowe kraju, potwierdziły wysoką efektywność leczniczo--profilaktycznego zastosowania proponowanego instrumentu praktycznie we wszystkich dolegliwościach.

Tlen stanowi najbardziej rozpowszechniony pierwiastek na Ziemi. W atmosferze jest go około 21%, w składzie wody - około 89%, w ludzkim organizmie - około 65%.

Czysty tlen występuje prawie wyłącznie w atmosferze, i jego ilość szacuje się na 10^{15} ton. Jest to tlen molekularny [cząsteczkowy], stanowiący podstawę wszystkich procesów biologicznych na Ziemi. W obecnej epoce geologicznej obieg tlenu związany jest przede wszystkim z węglem i wodorem. Na przykład w skład białek, poza węglem (50-55%), tlenem (19-24%) i wodorem (6,5-7,5%), w minimalnych ilościach wchodzi i inne pierwiastki (fosfor, żelazo, siarka, miedź

itp. - prawie połowa tablicy Mendelejewa), od których elektrolitycznej równowagi zależy prawidłowe funkcjonowanie komórek. Ogromne znaczenie w tym układzie mają jednak tlen i dwutlenek węgla.

Tlen sprzyja spalaniu substancji trafiających do organizmu. Co ma miejsce w organizmie, a właściwie w płucach, podczas wymiany gazowej? Krew, przechodząc przez płuca, nasycy się tlenem. W tym czasie skomplikowany twór, jakim jest hemoglobina, przekształca się w oksyhemoglobinę, która wraz z substancjami odżywczymi jest rozprowadzana po całym organizmie. Krew przybiera przy tym intensywnie czerwoną barwę. Wchłonawszy w siebie wszystkie przetworzone produkty przemiany materii, krew przypomina już ściek. W płucach, przy dużej koncentracji tlenu, produkty rozkładu ulegają spalaniu, i zbędny dwutlenek węgla zostaje wydalony.

Kiedy organizm jest zanieczyszczony w przebiegu różnych chorób płuc, u pacjentów palących itp. (gdy zamiast oksyhemoglobiny powstaje karboksyhemoglobina, w istocie blokująca cały proces oddychania), krew nie tylko nie oczyszcza się i nie odżywia nieodzownym tlenem, ale w takiej postaci wraca do tkanek, i człowiek dostaje zadyszki, spowodowanej niedostateczną ilością tlenu. Krąg się zamyka i już kwestią przypadku pozostaje, w jakim miejscu układ ulegnie awarii.

Z drugiej strony im pożywienie jest bliższe przyrodzie (roślinne), poddane jedynie nieznacznej obróbce, tym więcej znajduje się w nim tlenu, uwalniającego się podczas reakcji biochemicznych. Dobre odżywianie nie oznacza przejadania się i łączenia wszystkich produktów żywnościowych „do kupy”. W smażonych, konserwowanych produktach żywnościowych tlenu nie ma w ogóle. Taki produkt staje się „martwy” i dlatego do jego trawienia potrzeba jeszcze większej ilości tlenu.

To jednak tylko jedna strona problemu.

Działanie naszego organizmu zaczyna się od jego jednostki strukturalnej - komórki, w której jest wszystko, co nieodzowne do życia, czyli przetwarzania i wchłaniania żywności, przetwarzania substancji w energię i wydalania zużytych substancji.

Jednak proces uzyskania energii i użycie jej w komórce w dalszym ciągu jest rozpatrywany przez współczesną naukę z punktu widzenia praw chemicznych, zgodnie z którymi szybkość zachodzących reakcji nie powinna przekraczać $1 \times 10^6 \text{ s}^{-1}$. Oznacza to, że w żywej komórce nie ma miejsca na reakcje kwantowe przebiegające z ogromną szybkością. Dodatkowo istnieje wiele przesłanek, że procesy bioutleniania kończą się u nas nie powstaniem witaminy B₂ (ATP), tylko powstaniem pola elektromagnetycznego o wysokiej częstotliwości i zjonizowanego promieniowania protonowego.

Oryginalne zdanie na ten temat - z punktu widzenia procesów biofizycznych, zachodzących w organizmie - wypowiedział wielki, z woli Boga, chirurg, Georgij Nikołajewicz Pietrakowicz. Jak dowiódł, komórka zdolna jest nawet wytwarzać tlen i energię, dzięki tworzeniu wolnych rodników nasyconych kwasów tłuszczowych. Lecz musi do tego otrzymać bodziec energetyczny, który zapewniają erythrocyty we krwi.

Wiadomo, że cząsteczka erythrocytu jest naładowana ujemnie [autorowi chodzi o ujemny ładunek cząsteczki substancji, która znajduje się w błonie komórkowej erythrocytu; ujemny ładunek obserwuje się na powierzchni całej komórki erythrocytu]. Wytwarzany w procesie reakcji bioenergetycznej w błonie erythrocytu elektron przyciąga wchodzący w skład hemoglobiny atom żelaza. Dlatego w krążącej krwi żelazo zawsze jest dwuwartościowe. Pozostała część nagromadzonych elektronów zużyta zostaje na naładowanie całego erythrocytu. Wielkość tych ładunków u różnych erythrocytów jest różna w zależności od ich wieku i stanu. Zdziwiałe, że mający średnicę 3-4 razy większą od naczynia włosowatego [kapilary] erythrocyt, mimo wszystko przez nie przechodzi. Jak to się dzieje?

Pod ciśnieniem krwi w kapilarach, niczym w kolejce, gromadzą się erythrocyty (pod mikroskopem wyglądają jak ułożone w słupek monety). Ponieważ posiadają kształt soczewki podwójnie wklęsłej, w przestrzeni między nimi w płucach znajduje się mieszanka powietrzno-tłuszczowa, a w komórkach - błonka tlenowo-tłuszczowa.

W warunkach aerobowych (tlenowych) swobodne utlenianie nasyconych kwasów tłuszczowych błon komórkowych odbywa się jak zwykle spalanie, w rezultacie czego powstaje woda, dwutlenek węgla i ciepło. Ponadto w warunkach anaerobowych (przy niewystarczającej ilości tlenu) zachodzi reakcja powstawania ciał ketonowych (aceton, aldehydy) oraz spirytusu (w tym etylowego). Zachodzi również zmydlenie tłuszczów przez substancje czynne powierzchniowo, tak zwane surfaktanty.

I oto na skutek powstania w kapilarach ciśnienia, między erythrocytami ma miejsce detonacja - wybuch jak w silniku spalania wewnętrznego. W charakterze świecy występuje tu atom żelaza, przechodzący ze stanu dwuwartościowego w trójwartościowy, a jeśli wziąć pod uwagę, że w skład jednej cząsteczki hemoglobiny wchodzi tylko 4 atomy żelaza, a w jednym erythrocycie jest ich około 400 milionów, możecie sobie wyobrazić, jaka jest siła wybuchu. Nie wyrządza to jednak szkody, ponieważ wszystko zachodzi na poziomie molekularnym, atomowym i w małej przestrzeni.

Fizycy dowiedli, że na poruszającą się w polu elektromagnetycznym, naładowaną cząsteczkę oddziałuje siła Lorenza, która zakrzywia trajektorię ruchu erythrocytu, rozszerzając przy tym mikrokapilary i zmuszając erythrocyt do przeciskania się przez otwór, który jest od niego 3-4-

krotnie mniejszy. Siła ta jest tym większa, im wyższy jest ładunek erytrocytu, im silniejsze pole magnetyczne. Dzięki temu usprawnia się przebieg procesów zachodzących w tkankach i szybciej ulegają likwidacji procesy patologiczne.

Pod wpływem wybuchu w płucach ma miejsce sterylizacja powietrza, wytrąca się woda i utrzymywana jest temperatura ciała. W momencie zatrzymania się owego „słupka monet” i ściśnięcia erytrocytu w kapilarze w rezultacie wybuchu, zachodzi wydzielenie energii cieplnej i elektrycznej oraz swobodne utlenianie produktów przy pomocy tlenu znajdującego się w płynie międzykomórkowym. Jednocześnie uwalniają się „okienka” w błonach komórkowych i tam zmierza potas (w związku z różnicą gęstości płynu wewnątrz i na zewnątrz komórki), ciągnąc za sobą tlen, wodę i wszystkie substancje w niej rozpuszczone.

Najważniejsze jednak w tym procesie jest to, że koncentracja tlenu cząsteczkowego i dwutlenku węgla musi mieścić się w granicach wielkości przytoczonych w tabeli. Jeśli tlenu będzie więcej - oczywiście kosztem zmniejszenia ilości dwutlenku węgla - nastąpi skurcz kapilar, co doprowadzi do zachwiania procesu zaopatrywania tkanek w niezbędne składniki i odprowadzania odpadów, tak więc najpierw będą miały miejsce zmiany czynnościowe, a następnie patologiczne.

Ponieważ komórkom praktycznie wiecznie brakuje tlenu, człowiek zaczyna głęboko oddychać. Jednak nadmiar tlenu atmosferycznego nie zawsze jest korzystny. Częściej okazuje się przyczyną powstawania wolnych rodników. Pobudzone niewystarczającą ilością tlenu atomy komórek, wchodząc w reakcje biochemiczne z wolnym tlenem cząsteczkowym, sprzyjają właśnie powstawaniu wolnych rodników, mających na swej orbicie niesparowany elektron.

Wolne rodniki

Wolne rodniki są zawsze obecne w organizmie i ich rola polega na tym, by pochłaniać komórki patologiczne. Lecz ponieważ są bardzo agresywne, przy zbytnej koncentracji zaczynają niszczyć komórki zdrowe. Podczas głębokiego oddychania w organizmie zwiększa się ponad normę koncentracja tlenu. Wypierając z krwi dwutlenek węgla, nie tylko narusza on równowagę, co doprowadza do skurczu kapilar, będącego przyczyną każdej dolegliwości, ale dodatkowo przyczynia się do powstania jeszcze większej ilości wolnych rodników, co z kolei oddziałuje zgubnie na organizm. Właśnie z tego powodu istnieje w organizmie jeszcze jeden mechanizm związany z tlenem. Jest to nadtlenek wodoru, wytwarzany przez komórki układu odpornościowego, oraz ozon. Mechanizm ten, podczas ich rozkładu, wydzielają tlen atomowy i wodę.

Właśnie tlen atomowy stanowi jeden z najmocniejszych antyoksydantów, usuwających deficyt tlenowy w tkankach. Co nie mniej ważne, niszczy on wszelką patogenną mikroflorę (wirusy, grzyby, bakterie itp.), a także nadmiar wolnych rodników.

Dwutlenek węgla

Jest to drugi po tlenie - pod względem znaczenia - regulator i substrat życia. Dwutlenek węgla stymuluje proces oddychania, sprzyja rozszerzeniu naczyń krwionośnych mózgu, serca, mięśni i innych narządów, podtrzymuje niezbędną kwasowość krwi, wpływa na intensywność samej wymiany gazowej, zwiększa możliwości rezerwowe organizmu i układu odpornościowego.

Na pierwszy rzut oka wydaje się, że oddychamy we właściwy sposób, ale to nieprawda. W rzeczy samej mamy rozregulowany mechanizm zaopatrywania komórek w tlen, z powodu naruszenia stosunku tlenu do dwutlenku węgla na poziomie komórkowym. Rzecz w tym, że zgodnie z prawem Verigo, przy deficycie dwutlenku węgla w organizmie tlen tworzy mocne połączenie z hemoglobina, które zapobiega oddawaniu go tkankom.

Wiadomo, że jedynie 25% tlenu dociera do tkanek, a pozostała ilość wraca żyłami do płuc. Dlaczego tak się to odbywa? Problem tkwi w dwutlenku węgla, który powstaje w organizmie w ogromnej ilości (0,4-4 l na minutę), jako jeden z produktów końcowych procesu utleniania (wraz z wodą) substancji odżywczych. Przy tym im większemu obciążeniu fizycznemu poddany jest człowiek, tym więcej dwutlenku węgla się wytwarza. Przy stosunkowym bezruchu i ciągłym stresie, procesy przemiany materii spowalniają i zmniejsza się ilość produkowanego dwutlenku węgla.

Niezwykłość dwutlenku węgla polega na tym, że przy jego stałej, prawidłowej koncentracji w komórkach, sprzyja on rozszerzeniu kapilar, przy czym więcej tlenu dostaje się do przestrzeni międzykomórkowej, i potem, drogą dyfuzji, do komórek. Należy zwrócić uwagę na to, że każda komórka posiada własny kod genetyczny, w którym zapisany jest program jej działalności i funkcji.

Jeśli stworzyć komórce prawidłowe warunki zaopatrzenia w tlen i wodę, odżywianie to będzie działać przez określony przez Przyrodę czas. Sztuka polega na tym, by oddychać rzadziej i nie zbyt głęboko, a na wydechu robić więcej zatrzymań oddechu, tym samym sprzyjając zachowaniu ilości dwutlenku węgla w komórkach na właściwym poziomie, usunięciu skurczu kapilar i normalizacji procesów metabolicznych w tkankach.

Należy zapamiętać również ważną okoliczność: im więcej tlenu dostaje się do organizmu i do krwi, tym gorzej ze względu na niebezpieczeństwo powstawania związków tlenu. Przyroda dobrze to wymyśliła, dając nam obfitość tlenu, ale należy obchodzić się z nim ostrożnie, po-

nieważ nadmiar tlenu to zwiększenie ilości wolnych rodników. Na przykład w płucach powinno być dokładnie tyle tlenu, ile znajduje się na wysokości 3000 m nad poziomem morza. To optymalna ilość, której przekroczenie prowadzi do patologii.

Dlaczego na przykład górale długo żyją? Oczywiście czysta ekologicznie żywność, nieśpieszny tryb życia, ciągła praca na świeżym powietrzu i czysta, świeża woda to ważne czynniki. Najistotniejsze jest jednak to, że na wysokości do 3 km nad poziomem morza, gdzie znajdują się osady górskie, procent zawartości tlenu w powietrzu jest stosunkowo niski. I właśnie przy umiarkowanej hipoksji (deficycie tlenu) organizm zaczyna oszczędnie nim gospodarować, komórki znajdują się w stanie oczekiwania i zadowolają się ścisłym limitem, przy prawidłowej koncentracji dwutlenku węgla. Już dawno zauważono, że przebywanie w górach znacznie poprawia stan chorych, szczególnie z dolegliwościami płuc.

Obecnie większość badaczy uważa, że w przebiegu każdej choroby powstają nieprawidłowości w oddychaniu tkanek, przede wszystkim ze względu na głębokość wdechów, ich częstotliwość i nadmierne ciśnienie parcjalne tlenu, co obniża koncentrację dwutlenku węgla. W rezultacie tego procesu włącza się wewnętrzny mechanizm powodujący skurcz, który jedynie na krótki czas daje się zlikwidować za pomocą spazmolityków [leków rozkurczowych]. Naprawdę skuteczną metodą w takim wypadku będzie po prostu wstrzymanie oddechu, co zmniejszy ilość dostarczanego tlenu, i tym samym obniży ilość wypłukiwanego dwutlenku węgla. A wraz ze zwiększeniem jego koncentracji do prawidłowego poziomu, skurcz minie i powróci proces utleniania oraz odbudowy.

W każdym chorym narządzie, z zasady, można znaleźć niedowład włókna nerwowego i skurcz naczyń. Tak więc nie istnieją choroby, które zachodzą bez zakłócenia nasycenia krwi tlenem. Od tego zaczyna się samozatrucie komórki z powodu deficytu tlenu, substancji odżywczych i powolnego wydalania produktów metabolizmu. Innymi słowy - każde zakłócenie pracy kapilar stanowi zasadniczą przyczynę wielu dolegliwości. Oto dlaczego prawidłowy stosunek koncentracji tlenu i dwutlenku węgla odgrywa taką ważną rolę. Wraz ze zmniejszeniem częstotliwości i spłyceniem oddechu, normalizuje się ilość dwutlenku węgla w organizmie, a tym samym likwiduje się skurcz naczyń krwionośnych, komórki rozluźniają się i zaczynają pracować. Zmniejsza się również ilość zużywanego pokarmu, ponieważ polepsza się proces jego przyswajania na poziomie komórkowym.

O ścisłym związku tlenu z dwutlenkiem węgla można przekonać się przy pomocy testu hipoksycznego, opracowanego przez wybitnego naturopatologa, profesora A. G. Ugułowa. Sens testu polega na tym, że wobec zbyt małej ilości tlenu dostającego się do mózgu, może dojść do uruchomienia wielu zjawisk, w wyniku których człowiek doświadcza lęków, rozmaitych reakcji neurotycznych, negatywnych wpływów (klątwa, urok), a nawet rozstroju układu nerwowego.

Z początku po 20 przysiadach wywierany jest nacisk na górną część jamy brzusznej pacjenta, w okolicy przepony. Następnie uciska się tętnice szyjne, w rezultacie czego pacjent w ciągu kilku sekund traci przytomność.

Charakterystyczne jest to, że u pacjenta obserwuje się przy tym mimowolne, konwulsyjne ruchy, krzyki, niezwykle reakcje, czego potem nie pamięta, jako że jego świadomość była wyłączona. W tym czasie jednak, jak w kalejdoskopie, przed oczami pacjenta przemyka całe jego życie, a z podświadomości, gdzie przechowywane są informacje, usuwana jest informacja negatywna, która wpływa na wszystkie procesy życiowe w teraźniejszości (niepowodzenia, lęki, niepewność, wątpliwości, i wiele innych).

Oczywiście zabieg ten może przeprowadzać jedynie lekarz zapoznany z tą metodą. Przeciwwskazania w tym wypadku obejmują chorych na nadciśnienie 2. i 3. stopnia, objawiające się arteriosklerozą i innymi.

Rola dwutlenku węgla jest tak znacząca, albowiem utrzymując jego koncentrację na właściwym fizjologicznie poziomie, można wiele osiągnąć: przerwać wewnętrzny skurcz naczyń krwionośnych, odblokować wszystkie „blokady” wewnętrzne, zlikwidować „drzazgi” w pamięci, i tym samym unormować stan zdrowia i pozbyć się wielu problemów.

Przemiana materii w organizmie oraz jej unormowanie

W PISANIU tego i kolejnych rozdziałów uczestniczył znany biofizyk i jeden z autorów promiennika ultrafioletowego „Helios-1”, Iwan Iwanowicz Kondratiew.

Zaburzenia procesów przemiany materii jako początek choroby

Co się dzieje w organizmie przy zaburzeniu procesów przemiany materii, które leżą u podstaw początku choroby. W jakim kierunku zmienia się równowaga kwasowo-zasadowa, która prawidłowo powinna się mieścić w przedziale $7,4 \pm 0,15$?

Dzięki Słońcu, oddziaływaniu dwóch strumieni promieniowania fotonów i elektronów, na Ziemi pojawiło się życie w dwóch postaciach: roślinność (flora) i zwierzęta (fauna). Różnica polega na tym, że komórki roślinne żyją dzięki fotosyntezie, a zwierzęce - dzięki beta-syntezie, będącej formą procesów jądrowych, lecz z małą wymianą energii i emisją ciepła. Obie te formy syntezy oparte są na zdolności nagrzanych ciał do emitowania głównie fotonów lub elektronów.

Podczas beta-syntezy elektrony, oddziałując na struktury komórkowe, gdzie azot również włącza się w reakcję jądrową, tworzą własny tlen, w tym również atomowy, biorący udział w budowaniu niezbędnych organizmowi: głównie kwaśnych aminokwasów, cukrów, białek, tłuszczów itd., które zapewniają prawidłowe działanie komórek, utlenianie i wydalanie produktów odpadowych.

Życie roślinne jest możliwe jedynie w środowisku zasadowym, czyli w tym samym, które samo generuje. Życie zaś zwierzęce przeciwnie - produkuje środowisko kwaśne, i zdolne jest oczywiście istnieć w środowisku kwaśnym. Pojawia się pytanie: jakie środowisko bardziej sprzyja powstaniu komórek chorobowych? Przecież organizm człowieka, wykorzystując produkty żywnościowe zarówno roślinnego, jak i zwierzęcego, pochodzenia stanowi układ, w którym wszystko się przemieszało.

Obecnie jest udowodnione ponad wszelką wątpliwość, że jeśli guz pochodzenia onkologicznego umieści się w środowisku kwaśnym, to rozwija się w dalszym ciągu. Jeśli zaś w środowisku zasadowym - w szybkim tempie obumiera. Oto dlaczego równowaga kwasowo-zasadowa w organizmie, regulowana głównie za pomocą wapnia (neutralizującego nadmierną kwasowość), musi wynosić 7,35-7,45. Jeśli pH jest mniejsze od tego przedziału i zbliża się do 6, ma miejsce znaczne zakwaszenie organizmu, pogłębione dodatkowo przez deficyt tlenu, bez którego rozkwitają komórki nowotworowe oraz rozmaite patogenne wirusy i grzyby. W takim stanie człowiek może nawet umrzeć.

Oznacza to, że powinniście konsumować jak najwięcej pokarmów z prawidłowym pH. Jeśli odczyn danego produktu żywnościowego jest niższy, oznacza to, że taki produkt zakwasza organizm i jedynie szkodzi zdrowiu.

Przyjrzyjcie się, jak różnią się pod względem odczynu kwasowo-zasadowego różne artykuły żywnościowe pochodzenia zwierzęcego i roślinnego.

Produkt	pH
Mięso	3,98
Ryba	3,76-5,78
Drób	3,34
Jajka	6,45
Kasze	5,52
Żółty ser	5,92
Białe pieczywo	5,63
Chleb pszenny	4,89
Czarna kawa	5,59
Herbata	4,26
Piwo	6,19
Woda żywa	9,5
(nie z wodociągu)	
Olej kukurydziany	8,4
Olej sojowy	7,9
Oliwa z oliwek	7,5
Kapusta	7,5
Ziemniaki	7,5
Miód, hurma	7,5

[Hurma - owoc jedzony po uprzednim zamrożeniu i rozmrożeniu, dzięki czemu zamiast cierpkiego, zyskuje smak słodki].

Kiełki pszeniczne,	7,4
dynia, awokado	
Marchew	7,2
Buraki ćwikłowe	7,0
Arbuz	7,0
Sałata	7,0

Jeśli w organizmie brakuje pierwiastków zasadowych, takich jak wapń, krzem i magnez, oraz dużej ilości kwasów organicznych, to równowaga kwasowo-zasadowa zmienia się w stronę kwaśną. Jak wraz ze współautorami wykazał w swych badaniach A. G. Suszański, organizm zakwasza się i alkalizuje przykładowo w 60-80%. Rzecz w tym, że pokarmy pochodzenia zwierzęcego spożywane w przetworzonej formie - gotowane, konserwowane (czyli pozbawione tlenu), źle przeżute, niestrawione przez sok żołądkowy, rozcieńczony płynem (przez co traci on stężenie, gdy popijacie pokarm w czasie posiłku albo pijecie kawę czy herbatę bezpośrednio po jedzeniu) - zakwasza organizm, stwarza napięcie w płynnym „taśmociągu”, zmniejszając jego przepustowość i wchłanianie nieodzownych dla komórek substancji.

Natomiast w żywności pochodzenia roślinnego znajduje się wiele pierwiastków alkalicznych i kwasów organicznych, które rozkładając się, tworzą słabe kwasy i mocne zasady, oraz wydzielają dodatkową energię (4 kcal). Kwasy rozpadają się dzięki wapniowi, wydzielając dwutlenek węgla i wodę, z pomocą której odprowadzane są odpady oraz nadmiar zużytej wody, co zmniejsza opuchlizny.

Pierwiastki zasadowe, które pozostają w organizmie w postaci soli potasu, wapnia, sodu i magnezu, zmieniają odczyn kwasowo-zasadowy w kierunku zasadowym. A zatem nawet kwaśna żywność pochodzenia roślinnego, jaką na przykład doradza B. W. Bołotow, zawsze sprzyja alkalizacji organizmu, a każda żywność pochodzenia zwierzęcego zakwasza go, czym sprzyja pojawieniu się różnych zaburzeń i chorób.

Nie na darmo Przyroda mądrze zadysponowała, że $\frac{3}{4}$ wszystkich artykułów spożywczych posiada odczyn zasadowy, a tylko $\frac{1}{4}$ kwaśny, czego wszyscy powinniśmy się trzymać w swoim jadłospisie, jeśli pragniemy być zdrowi. Jest to szczególnie ważne dla osób w podeszłym wieku.

Koniecznym należy wziąć przy tym pod uwagę, że woda ma ogromne znaczenie dla zachowania równowagi kwasowo-zasadowej na właściwym poziomie fizjologicznym. Organizm to swego rodzaju kwasowo-zasadowy akumulator. Tak więc woda naładowana elektronami, a mikroelementy rozpuszczone w płynie między- i wewnątrzkomórkowym transportują elektrony (kwanty energii) od komórki do komórki, dzięki czemu żyjemy.

Organizm noworodka jest nasycony wodą w 90%, i dopiero potem, z wiekiem, ilość wody w organizmie zmniejsza się do 70% i bardziej, co stwarza w organizmie określone warunki dla chorób układu sercowo-naczyniowego i niewłaściwej przemiany materii. Oto dlaczego, tracąc w ciągu doby do 1,5-2 l płynu, należy koniecznie uzupełnić tę ilość również przy pomocy pokarmu roślinnego, w którym zawartej jest dużo strukturalnej (żywej) wody i błonnika, wchłaniających i odprowadzających metabolity.

Rozpatrzmy na przykładzie spożycia alkoholu pojawienie się bólu głowy. Czterdziestoprocentowa wódka posiada odczyn zasadowy 7,4. Alkohol uderza do głowy i wywołuje przyjemne wrażenie, ponieważ zakwaszone środowisko wewnętrzne otrzymuje porcję zasady o praktycznie jednakowym odczynie jak krew. Po jakimś czasie spirytus w organizmie przeobraża się w kwas octowy, którego pH wynosi 2,9, co negatywnie oddziałuje na mózg, przez co pojawia się ból głowy.

Należy powiedzieć, że każdy ból głowy związany jest z zakwaszeniem płynu, w tym tego, który znajduje się w mózgu, do którego właściwej pracy zużywanych jest 20% wszystkich płynów w organizmie. Dlatego by poradzić sobie z bólem głowy nie trzeba łykać tabletek, a raczej wypić niewielką ilość osolonej wody (dlaczego osolonej, dowiecie się później).

Jeśli pojmować organizm z punktu widzenia równowagi kwasowo-zasadowej, każde zachwianie tej równowagi w stronę kwasowości należy rozpatrywać jako początek gnicia, zakwaszenia i pojawienia się chorób. A rola tlenu w tych procesach jest ogromna.

Rola nadtlenu wodoru w organizmie

Z obszernej poczty zacytuję dwa listy.

Droga redakcjo gazety „Zdrowy Styl Życia”!

Profesor I. P. Nieumywakin zaleca przyjmowanie nadtlenu wodoru wewnątrznie, a doktor Duk zdecydowanie się temu sprzeciwia (jako chemik przychylam się do jego argumentacji). Cóż więc robić”? [w oryginale znajduje się rosyjskie przysłowie: „Dokąd ma się udać chrześcijanin?”]. Pić nadtlenek czy nie pić”? Mam wielką prośbę do profesora I. P. Nieumywakina, by wyjaśnił tę sprzeczność. Możliwe, że dmucham na zimne, ale znam przypadki niepomyślnych rezultatów stosowania rad ze „Zdrowego Stylu Życia”. Być może istnieją nieznanne nam niuanse stosowania tej metody przywracania zdrowia”?

W. W Mitina

Szanowny Iwanie Pawłowiczu!

Zawracam Panu głowę z klinicznego szpitala wojewódzkiego w N. Jeden nasz pacjent cierpi na gruczolaka żołądka o małym stopniu zróżnicowania w IV stadium rozwoju. Leżał w moskiewskim centrum onkologicznym, gdzie stosowano odpowiednie leczenie i skąd został wypisany z rokowaniem przeżycia jeszcze jednego miesiąca, o czym poinformowano jego najbliższych. W naszej klinice poddano chorego dwóm cyklom zabiegów endolimfatycznego wprowadzenia

Fluorouracilu i Rondoleukiny Do tego kompleksu leczniczego dodaliśmy polecaną przez Pana metodę dożylnego wprowadzenia nadtlenu wodoru o stężeniu 0,003%, w połączeniu z napromieniowaniem krwi ultrafioletem. Nadtlenek wodoru aplikowaliśmy codziennie w ilości 200 działek roztworu fizjologicznego nr 10 i przeprowadzaliśmy naświetlanie krwi za pomocą aparatu „Izolda”, ponieważ me mamy skonstruowanego przez Pana urządzenia „Helios-1”.

Od przeprowadzonego przez nas leczenia upłynęło już 11 miesięcy. Pacjent żyje i pracuje. Zdziwił nas i zainteresował ten przypadek. Niestety, spotykaliśmy się z publikacjami o zastosowaniu nadtlenu wodoru w onkologii jedynie w literaturze popularnej i w Pańskich artykułach - wywiadach w „Zdrowym Stylu Życia”. Jeśli jest to możliwe, czy mógłby Pan dostarczyć bardziej szczegółowych informacji, dotyczących zastosowania nadtlenu wodoru? Czy istnieją artykuły medyczne na ten temat?

Szanowni koledzy! Jestem zmuszony was zmartwić: oficjalna medycyna robi wszystko, by nie widzieć i nie słyszeć tego, że są jakieś alternatywne środki i metody leczenia, w tym również leczenia chorób onkologicznych. Przecież należałoby wówczas zrezygnować z wielu zatwierdzonych i nie po prostu źle rokujących, lecz wręcz szkodliwych metod leczenia, do jakich należy w wypadku onkologii na przykład chemioterapia. Wiktorii Wjaczysławownie (autorce pierwszego z przytoczonych listów) można rzec, że powinna dawno zrozumieć, że każdy człowiek jest inny. Jednym pomaga to, a innym co innego, o czym redaktor naczelny „ZSŻ” A. M. Korszunow nie przestaje przypominać swoim czytelnikom. Uniwersalnego środka leczenia dla wszystkich nie było i nie ma... nie licząc nadtlenu wodoru, szczególnie w połączeniu z naświetlaniem krwi ultrafioletem za pomocą urządzenia zmodyfikowanego przeze mnie osobiście, o czym będzie dalej mowa.

Przyroda zadbała, by w naszym organizmie istniał mechanizm obronny, nazywany układem immunologicznym. Jego komórki - leukocyty i granulocyty (odmiana leukocytów) - wytwarzają nadtlenek wodoru, który w trakcie rozkładu produkuje tlen atomowy, bez którego nie zachodzi ani jedna reakcja biologiczna czy energetyczna. Jednocześnie, będąc bardzo mocnym utleniaczem, niszczy on wszelką patogenną mikroflorę - niezależnie od tego, czy są to grzyby, wirusy czy bakterie. Gdyby nie ów mechanizm, wszystkie te pasożyty dawno by nas najzwyczajniej zjadły.

Należy zaznaczyć, że $\frac{3}{4}$ komórek układu odpornościowego znajduje się w przewodzie pokarmowym, a $\frac{1}{4}$ w tkance podskórnej, gdzie umiejscowiony jest układ limfatyczny. Wielu z Was wie, że komórka zaopatruje się w krew, do której zmierzają substancje odżywcze z jelit -

tego skomplikowanego mechanizmu przetwarzania i syntezy niezbędnych dla organizmu substancji, a także usuwania odpadów.

Lecz mało kto wie, że jeśli jelita są zanieczyszczone (co ma miejsce praktycznie u wszystkich chorych, i nie tylko), to zanieczyszcza się również krew, a następnie komórki całego organizmu. Przy czym „duszące się” w tym zanieczyszczonym środowisku komórki układu odpornościowego nie tylko nie są w stanie uwolnić organizmu od nie w pełni utlenionych produktów toksycznych, ale i wyprodukować odpowiedniej ilości nadtlenu wodoru, w celu obrony przed patogenną mikroflorą. Co zatem dzieje się w układzie pokarmowym, od którego w pełnym sensie tego słowa zależy całe nasze życie?

By całościowo ocenić jakość pracy naszego układu pokarmowego, istnieje prosty test:

Przyjmij 1-2 łyżki stołowe soku z buraka ćwikłowego (niech sok wcześniej postoi 1,5-2 godziny). Jeśli potem uryna zabarwi się na kolor buraczkowy, oznacza to, że Twoje jelita i wątroba przestały wypełniać swoje funkcje detoksykacyjne, i produkty rozpadu – toksyny - dostają się do krwi i nerek zatruwając cały organizm.

Moje doświadczenie w zakresie medycyny ludowej, wynoszące ponad dwadzieścia pięć lat, pozwala wysnuć wniosek, że organizm to doskonały, samoregulujący się energoinformacyjny układ, w którym wszystko jest wzajemnie ze sobą powiązane i zależne od siebie, a rezerwa wytrzymałości jest zawsze większa od jakiegokolwiek czynnika uszkadzającego.

U podstawy praktycznie wszystkich chorób leży zakłócenie pracy układu pokarmowego, albowiem jest to skomplikowany „zakład produkcyjny” - rozdrabniający, przetwarzający, przyswajający i wchłaniający niezbędne dla organizmu substancje, a także wydalający produkty metabolizmu. I w każdym dziale tego „zakładu pracy” (usta, żołądek, itd.) proces przetwarzania pokarmu powinien być doprowadzony do końca.

Podsumujmy więc:

Układ pokarmowy to miejsce rozmieszczenia:

- 3/4 wszystkich elementów układu odpornościowego, odpowiedzialnego za „utrzymanie porządku” w organizmie;
- Ponad 20 własnych hormonów, od których zależy praca całego układu hormonalnego;
- „Mózgu” brzuszego, regulującego całą skomplikowaną pracę układu pokarmowego;
- Ponad 500 rodzajów bakterii, trawiących, przyswajających substancje aktywne biologicznie, i rozkładających szkodliwe.

Układ pokarmowy to swojego rodzaju bryła korzeniowa, od której stanu zależy każdy proces zachodzący w organizmie.

Zanieczyszczenia organizmu to:

- Konserwowana, rafinowana, smażona żywność, wędliny, słodczyce, do strawienia których potrzeba bardzo wiele tlenu, przez co organizm stale odczuwa niedotlenienie (na przykład złośliwe guzy rozwijają się wyłącznie w środowisku beztlenowym);
- Źle przeżuty pokarm, rozcieńczony jakimkolwiek płynem w trakcie posiłku lub bezpośrednio po nim (zupa to posiłek), obniżenie poziomu soków trawiennych w żołądku, wątrobie i trzustce nie pozwala im strawić pokarmu do końca, w rezultacie czego zaczyna on gnić, zakwasza się, co także stanowi przyczynę chorób.

Zakłócenie pracy układu pokarmowego to:

- Osłabienie układu immunologicznego, hormonalnego, enzymatycznego i innych układów;
- Zastąpienie właściwej mikroflory patologiczną (dysbakterioza, zapalenie błony śluzowej żołądka, zaparcia, itd.);
- Zmiana równowagi elektrolitowej (witamin, makro- i mikroelementów), co prowadzi do zakłócenia procesów metabolicznych (artretyzm, osteochondroza) i krążenia krwi (arterioskleroza, zawał serca, udar mózgu itd.);
- Przemieszczenie i ściśnięcie wszystkich narządów klatki piersiowej, okolicy jamy brzusznej i miednicy, co prowadzi do zakłóceń w ich funkcjonowaniu;
- Zjawiska obstrukcyjne w każdym odcinku jelita grubego, co prowadzi do procesów patologicznych w każdym narządzie odpowiadającym określonemu odcinkowi.

Nie nabywając właściwych nawyków żywieniowych, nie pozbawiając organizmu - szczególnie jelita grubego i wątroby - zanieczyszczeń, nie można wyleczyć żadnej choroby. Dzięki oczyszczeniu organizmu i mądrym, konsekwentnemu stosunkowi do własnego zdrowia, doprowadzamy swój organizm do współbrzmienia z częstotliwością daną nam przez Przyrodę. Tym samym odradza się endoekologiczny stan lub - innymi słowy - likwiduje się zakłócenia równowagi w połączeniach energoinformacyjnych wewnątrz organizmu i ze środowiskiem zewnętrznym. Nie ma innego wyjścia.

Teraz pomówmy bezpośrednio o zadziwiającej właściwości działania układu odpornościowego, danego naszemu organizmowi jako jeden z najsilniejszych środków walki z różnymi środowiskami patogennymi, niezależnie od ich charakteru - o tworzeniu przez komórki układu immunologicznego, przez leukocyty i granulocyty (będące odmianą leukocytów), ozonu i nadtlenu wodoru.

Ostatnimi czasy u nas i za granicą wzrosła ilość publikacji na temat zastosowania ozonu, promieniowania ultrafioletowego i, oczywiście, nadtlenu wodoru. Wiele publikacji, a także materiały konferencji poruszających te zagadnienia pokazują powtarzalność końcowych rezultatów niezależnie od zastosowanej metody oraz rodzaju choroby. We wszystkich ukazanych przypadkach najważniejszym czynnikiem leczniczym, zdaniem autorów, jest tlen, a mechanizm jego działania sprowadza się do oddziaływania na samą chorobę.

Szczególnie popularna jest obecnie tak zwana ozonoterapia, która - jak już nadmieniałem - nie istnieje w czystej postaci. Ozon uzyskuje się w rezultacie promieniowania ultrafioletowego i wyładowań elektrycznych w powietrzu lub tlenie. Badania dowiodły, że struktura cząsteczek ozonu stanowi trójkąt równoramienny z odległością jądrową $a(00) = 1,26$ angstrémów i kątem przy wierzchołku 127° . Te dane i zauważalna biegunowość cząsteczki ozonu (długość dipolu 0,10A) całkowicie wykluczają stosowaną wcześniej pierścieniową strukturę O_3 , w której wszystkie atomy tlenu były sobie równe i dwuwartościowe.

Do tego, jeśli rozpatrywać jakiegokolwiek związki zawierające tlen, molekularny jon O_2 charakteryzuje się odległością jądrową $a(00) = 1,28$ angstrémów, a zdolność neutralnej molekuly do przyłączania elektronów ocenia się na 21 kcal/mol (W. I. Kasatkin, 1945).

Wszystkie nadtlenuki można uznać za rodniki HO_2 lub łatwo rozpadających się na rodniki wielotlenków wodoru H-O-O--O-O-H. Istnienie nietrwałych HO_2 i H_2O_4 było dowiedzione przez A. N. Bacha jeszcze w 1897 roku. Analogiczną budowę mają ozonidy. Zdolność molekuly ozonu do przyłączania elektronów równa jest 77 kkal/mol, czyli w przybliżeniu trzykrotnie większa niż w przypadku molekuly tlenu. W ten sposób można wyjaśnić silniejsze niż w przypadku tlenu właściwości utleniające ozonu.

Jednak wielka wartość a , mała odległość jądrowa i obecność słabo wyrażonej biegunowości molekuly O_3 - wszystko to mówi o jej elektrolitycznej strukturze typu $O = O = O$ z czterowartościowym atomem tlenu w centrum. Powstanie takiej wartościowości wymaga wykorzystania przez dwa elektrony wysokiego poziomu energetycznego 3S, co dobrze współgra z endotermicznością ozonu i wysoką aktywnością atomu i cząsteczki tlenu, które powstają podczas rozpadu ozonu.

Uznaję za ważne kolejny raz podkreślić, że wszystkie trzy sposoby uzyskania tlenu (promieniowanie ultrafioletowe, nadtlenek wodoru, ozon) mają ten sam koniec, a mianowicie powstanie tlenu atomowego, który jest fizjologicznym stymulatorem procesów komórkowych, wzmacnia system immunologiczny, i który dodatkowo sam wytwarza nadtlenek wodoru.

Sam w sobie ozon jest gazem trującym. Szybko rozkłada się w powietrzu i płynie, wydzielając przy tym tlen atomowy z wyższym potencjałem utleniająco - redukcyjnym (redox),

który stanowi mocny utleniacz, na czym oparto leczenie. W taki sposób sam ozon nigdy nie dociera do komórek, tylko zaopatruje organizm w aktywniejszą formę tlenu. Podczas chorób mechanizm ten ulega zakłóceniu, ponieważ cały aktywny tlen zostaje zużyty na utlenienie toksyn i leków pochodzenia chemicznego, przez co organizm wchodzi w jeszcze bardziej hipoksyczny stan [charakteryzujący się niedotlenieniem] i dlatego nie może wydobyć się z chorób.

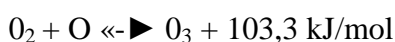
Podczas napromieniowania krwi (w której zawarty jest tlen) ultrafioletem zachodzą reakcje fotochemiczne, analogiczne do reakcji zachodzących podczas zwykłej fotosyntezy, w rezultacie czego powstaje ozon, który wzmacnia działanie tlenu cząsteczkowego, również przerabiając go na atomowy.

Oprócz tego, jak wykazały badania, nasze komórki, podobnie jak wszystkie komórki świata roślinnego, używają promieniowania ultrafioletowego o określonym zakresie, którego my właśnie używamy w urządzeniu „Helios-1”.

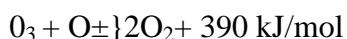
W ten sposób promieniowanie ultrafioletowe zaproponowane przez nas to z jednej strony uzupełnienie brakującej w organizmie energii, a z drugiej - produkcja ozonu z wytworzeniem tlenu atomowego, którego zawsze - a szczególnie podczas choroby - brakuje.

Budowę cząsteczki ozonu O_3 można opisać za pomocą czterech wzorów izometrycznych.

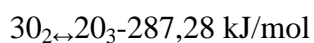
Ozon otrzymujemy w rezultacie promieniowania UV i wyładowania elektrycznego:



Zgodnie ze wzorem, ozon wchodzi w reakcję jako dipol i otrzymujemy:



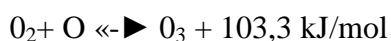
Równanie sumaryczne syntezy ozonu z tlenem z wydzieleniem produktu pośredniego (tlenu atomowego):



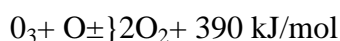
W ten sposób efekt cieplny przy powstawaniu mola ozonu z tlenu daje $287,28:2 = 143,64 \text{ kJ}$ [kilodżula].

Człowiek odczuwa za pomocą zmysłu węchu stężenie ozonu równe $0,01 \text{ mg/l}$, a w powietrzu pomieszczeń, w których pracują ludzie, dopuszczalna zawartość ozonu to $0,2 \text{ mg/m}^3$.

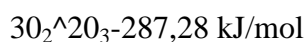
Ozon otrzymujemy w rezultacie promieniowania UV i wyładowania elektrycznego:



Zgodnie ze wzorem, ozon wchodzi w reakcję jako dipol i otrzymujemy:



Równanie sumaryczne syntezy ozonu z tlenem z wydzieleniem produktu pośredniego (tlenu atomowego):



W ten sposób efekt cieplny przy powstawaniu mola ozonu z tlenu daje $287,28:2 = 143,64 \text{ kJ}$ [kilodżula].

Człowiek odczuwa za pomocą zmysłu węchu stężenie ozonu równe $0,01 \text{ mg/l}$, a w powietrzu pomieszczeń, w których pracują ludzie, dopuszczalna zawartość ozonu to $0,2 \text{ mg/m}^3$.

Jak już wiecie, tlen i woda w odpowiednich proporcjach i warunkach temperaturowych miliony lat temu uformowały środowisko, w którym zrodziło się życie biologiczne. Według A. P. Winogradowa 99,4% masy materii ożywionej składa się z następujących pierwiastków: O_2 - 70%, C - 18%, H - 0%, Ca - 0,5%, K - 0,3%, P - 0,07%. Chociaż ludzkości od dawna znana jest rola tlenu w przyrodzie, w tym i dla zdrowia człowieka, to jednak mechanizm jego działania do dziś nie został w pełni wyjaśniony. Podczas rozmowy na temat tlenu zawsze mowa o tlenie molekularnym [cząsteczkowym], chociaż źródłem życia jest tlen atomowy. Cała medycyna i farmakologia wiedzą, że bez tlenu nie ma życia, i na tym opierają swą działalność. A dlaczego i jak działa tlen? Jego cząsteczki są neutralne i starają się zachować bezczynność, ponieważ żadne procesy w organizmie nie zachodzą bez przeniesienia wolnych elektronów. Wszystkie te reakcje zachodzą na poziomie komórkowym. Zatem odpowiedź na pytanie, dlaczego i jak działa tlen, to już sfera biofizyki. Razem z biofizykiem I.I. Kondratiewem spróbowaliśmy odtworzyć status quo tlenu atomowego oraz ustalić mechanizmy jego działania w organizmie. Nadtlenek wodoru i ozon to próba wspomoczenia naturalnego mechanizmu, w który organizm jest wyposażony, a bez którego nie mógłby istnieć.

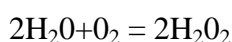
A jeśli tak, to co powinna uczynić medycyna i farmakologia? Wielotomowe foliały opisujące choroby, zestaw lekarstw i środków chemicznych będą po prostu zbędne, ponieważ wszystko polega na tym, by w obfitości zapewnić komórkom tlen atomowy i drugą, nie mniej istotną substancję - wodę. Woda to najbardziej pojemny energetycznie płyn, który może maksymalnie skoncentrować energię fal elektronowych, zawiera wszystkie rodzaje tlenu atomowego, i dlatego sama stanowi środek leczniczy.

Woda zawiera 89% tlenu, któremu nadaje się największe znaczenie. Dlatego też napisałem osobną książkę o wodzie: „Woda jako życie i zdrowie: mity i prawda”, w której wyjaśnione jest znaczenie płynnego „taśmociągu” w organizmie, znaczenie wody jako środka zapewniającego komórkom energię, tlen i niezbędne substancje, oraz usuwającego produkty metabolizmu. Dotyczy to szczególnie ludzi chorych, osłabionych i starszych, którzy przestają odczuwać potrzebę uzupełniania wody, co samo w sobie już stanowi chorobę.

Bez nadtlenu wodoru praktycznie nic się w Przyrodzie nie dzieje. Leży on u podstaw wszystkich procesów fizjologicznych, biologicznych i energetycznych, zachodzących w organizmie.

Na przykład siara matki i kobiece mleko zawierają wiele nadtlenu wodoru, co służy uruchomieniu układu odpornościowego dziecka. Również działanie sławnego interferonu opiera się na tym, że stymuluje on produkcję nadtlenu wodoru przez komórki układu odpornościowego.

Nadtlenek wodoru jest silnym regulatorem przez komórki dostaw mikro- i makroelementów oraz wapnia realizowanych do mózgu. Wpływa również na lepsze ich przyswajanie i wspomaga proces oczyszczania z odpadów. Utlenia substancje toksyczne, które dostały się do organizmu z zewnątrz, ale również i te, które powstały wewnątrz organizmu, co swoją drogą poprawia pracę tak zwanych prostaglandyn, będących bardzo ważną frakcją całego układu immunologicznego. Obecnie dowiedziono, że laktobakterie bytujące w jelicie grubym są również zdolne do wytwarzania nadtlenu wodoru. Rzecz w tym, że wszystkie mikroorganizmy chorobotwórcze, jak również komórki rakowe, mogą istnieć wyłącznie pod nieobecność tlenu. Dotyczy to nie tylko przewodu pokarmowego, ale i narządów miednicy małej, żeńskich, okolic męskich narządów rozrodczych itd. Nadtlenu wodoru powstaje w następujący sposób:



Rozkładając się, nadtlenu wodoru tworzy wodę i tlen atomowy: $\text{H}_2\text{O}_2 = \text{H}_2\text{O} + \text{O}$.

Po pierwszym stadium rozpadu nadtlenu wodoru wydziela się tlen atomowy, który jest ogniwo „uderzeniowym” tlenu podczas wszystkich procesów biochemicznych i energetycznych. Właśnie tlen atomowy określa wszystkie niezbędne parametry życiowe organizmu, a dokładniej - utrzymuje układ immunologiczny na poziomie kompleksowego zarządzania wszystkimi procesami w celu stworzenia należytego porządku fizjologicznego, co zapewnia organizmowi zdrowie.

Podczas załamania się tego mechanizmu, przy deficycie tlenu, którego jak wiecie wciąż nie starcza, a szczególnie przy deficycie tlenu alotropowego (innych postaci, w szczególności nadtlenu wodoru) pojawiają się różne dolegliwości, prowadzące nawet do śmierci organizmu.

W takich przypadkach dobrym wsparciem dla przywrócenia równowagi aktywnego tlenu i stymulacji procesów utleniania, a szczególnie jego wydzielania, jest nadtlenu wodoru. To mogący zdziałać cuda środek wymyślony przez Przyrodę w celu chronienia organizmu nawet wówczas, gdy my czegoś mu nie dostarczamy albo po prostu nie zastanawiamy się, jak tam wewnątrz działa skomplikowany mechanizm zapewniający nam byt.

Należy powiedzieć, że w reakcjach biochemicznych i energetycznych tlen w organizmie uczestniczy w postaci kilku rodzajów rodników: tak zwanych wolnych rodników, w których na orbicie znajduje się jeden elektron bez pary, u tlenu atomowego - dwa, a u cząsteczkowego - już cztery. Oprócz tego różnica pomiędzy nimi polega na tym, że do powstania wolnych rodników potrzeba o wiele mniej czasu i energii, nieco większej u atomowego i najwięcej u molekularnego, co wyraża się je następująco:

Wolne rodniki- O'

Tlen cząsteczkowy- O_2

Tlen atomowy-'O'

Ozon- O_3

Wielu uczonych (na przykład O. J. Ochłobystin w książce „Życie i śmierć idei chemicznych”, 1989), nie rozumiejąc różnicy we właściwościach tlenu, który znajduje się w wolnych rodnikach, tlenie molekularnym i atomowym, i nie zważając na to, że nadtlenuk wodoru został już dawno zbadany pod względem chemicznym (w tym jego znaczenie dla organizmu) zauważają, że „nadtlenuk wodoru wywołuje w DNA młodych zwierząt takie same zmiany, jak starzenie się”. Wiadomo jednak, że wolne rodniki - a jest nim tlen z jednym elektronem bez pary - są dość agresywne i w normalnych warunkach zajmują się „pożeraniem” uszkodzonych, chorych komórek, choć nie gardzą również zdrowymi.

Rola układu immunologicznego polega również na tym, by pilnować ilości wolnych rodników, bo im jest ich więcej, tym większe prawdopodobieństwo powstania różnych chorób. Badania wykazały na przykład, że w komórkach rakowych lub napromieniowanych znajduje się kilka razy więcej wolnych rodników niż w zdrowych. Zatem właśnie komórki układu immunologicznego, do których należą limfocyty i granulocyty, zajmują się niszczeniem zbędnych wolnych rodników.

Rola wolnych rodników w zakłócaniu wszystkich funkcji życiowych organizmu jest wystarczająco dowiedziona. Z wiekiem funkcje życiowe gasną, a koncentracja wolnych rodników się zwiększa, czemu sprzyjają takie czynniki jak: stres, promieniowanie (czyż nie to stanowi przyczynę powstawania przerzutów w zachorowaniach nowotworowych, zarówno po radioterapii, jak i po interwencji chirurgicznej?), choroby przewlekłe, różne toksyny, nagłe zmiany temperatury itd. W związku z tym wzrasta rola antyoksydantów, które właśnie są „pułapkami” dla wolnych rodników.

Należy mieć na uwadze fakt, że we wdychanym dymie tytoniowym wolnych rodników jest bardzo wiele, a w wydychanym nie ma ich prawie wcale. Gdzie się podziały? Czy nie tutaj skrywa się jedna z przyczyn „przyspieszonego” starzenia się organizmu?

Należy zatem rozumieć, że zawierające tlen wolne rodniki różnią się w swoim działaniu od tlenu cząsteczkowego i atomowego.

Amerykański badacz Shlegel dowiódł niepodważalnie, że nadtlenek wodoru jest źródłem tlenu atomowego. W tym celu umieścił określoną ilość mikroorganizmów w 100% kwasie azotowym, gdzie oczywiście zginęły. W innym naczyniu, do którego dodany był nadtlenek wodoru, mikroorganizmy nie tylko nie zginęły, ale zachowywały się jak w naturalnych warunkach.

W sensie chemicznym mechanizm działania tlenu atomowego w organizmie nie jest prosty. Przytoczone reakcje zachodzą w różnym tempie i z różną ilością wydzielanego ciepła. Wszystkie one zachodzą w komórce przez tworzenie związków nadtlenków, tlenu atomowego, molekularnego i wolnych rodników, z wydzieleniem energii w postaci ciepła w celu utrzymania temperatury ciała 36,6°C, „zaprowadzenia porządku” i regulacji procesu podziału komórek, a także stworzenia pola energoinformacyjnego (biopola). Mówiąc przenośnie: każda komórka stanowi „reaktor jądrowy”, dostarczający energii procesom komórkowym i życie całemu organizmowi.

Jak unormować przemianę materii w organizmie? Co należy w tym celu robić? Prawdopodobnie, by odróżnić człowieka od całego świata zwierząt, Najwyższy dał mu określoną przewagę, stwarzając go na „swoją obraz i podobieństwo”, stawiając w pozycji wyprostowanej, przez co jakby wznosząc ponad Przyrodę.

Z drugiej strony człowiek doświadcza określonych problemów, posiadając bowiem tylko dwa punkty oparcia, musi wciąż napinać układ mięśniowy i sercowo-naczyniowy, w celu zachowania organizmu w należytych stanie. Jak wiecie, zwierzętom mającym cztery - a stonogi nawet więcej - punktów oparcia, zasadniczo obce jest pojęcie osteochondrozy.

Tylko pomyślcie: człowiek, w odróżnieniu od całego zwierzęcego świata, w którym zaraz po urodzeniu zaczyna się chodzić czy też pływać, najpierw rok lub półtora raczkuje, potem stopniowo staje na nogi, choć trzecią część dalszego życia spędzi w pozycji horyzontalnej.

O ile w dzieciństwie i młodości człowiek dużo się porusza, biega, to z wiekiem jego zapał gaśnie, ruchliwość ustaje, mięśnie słabną i nie mogą już utrzymać ciała w pozycji pionowej, a człowiek choruje. Dlaczego tak się dzieje?

Jeśli się głębiej zastanowić, to lekarze nie wiedzą nawet, gdzie znajduje się prawdziwe serce człowieka. Przecież serce to swego rodzaju rozdzielacz, pojemniczek rozpraszający i przepompowujący krew do arterii. Układ naczyniowy (arterie, żyły, kapilary) człowieka, który zapewnia komórkom to, co niezbędne do prawidłowej pracy oraz wydalania zanieczyszczenia, musi bez przerwy pracować, czyli pompować płyny. W odróżnieniu od pomp technicznych, w działaniu których nie występuje obieg zamknięty, u człowieka arterie są połączone z żyłami z

dwóch końców: jeden biegnie do serca, a drugi do kapilar. Okazuje się, że pompą pompującą krew jest nie serce, lecz kapilary.

Ponad sto lat temu rosyjscy uczeni I. Szczełkow i T. Zaller dokonali odkrycia, że podczas pracy krążenie krwi w mięśniach szkieletowych wzrasta się 60-80-krotnie. Tak wielkie zapotrzebowanie mięśni na krew zaczęło być oceniane jako obciążenie dla serca. Z praw fizyki wiadomo, że nadmierne obciążenie - na przykład silnika - prowadzi do jego szybkiego zużycia. Stąd wysnuto wniosek, że w chorobach serca i naczyń nieodzowne jest zwolnienie tempa życia. Jednocześnie, jak pokazała praktyka, ci chorzy, którzy nie prowadzili zalecanego, oszczędnego pod względem aktywności fizycznej stylu życia, szybciej wracali do zdrowia. O co w tym chodzi?

W naszych czasach wykazano, że mięśnie szkieletowe są zbudowane z włókien mięśniowych, które kurczą się z określoną częstotliwością, oddziałując na rozmieszczone w pobliżu naczynia, dokładnie na ich końcowe rozwidlenia - kapilary, które są rzeczywistą pompą na styku pomiędzy sercem a żyłami, i pracują 2-3 razy ciężiej niż samo serce. A ponieważ mięśni w organizmie człowieka jest ponad pięćset, ich funkcja ssąco-tłocząca jest ogromna. Dlatego zostały one (kapilary) nazwane sercem peryferyjnym.

Włączając do energicznej pracy mięśnie, peryferyjne serce (PS) zmusza jednocześnie do działania mózg. U zwierząt, które były poddane obciążeniom fizycznym, w mózgu zaobserwowano bardziej rozwiniętą sieć naczyń krwionośnych i gęstsze unerwienie, niż u znajdujących się w bezruchu.

Elektrofizjologiczne badania, przeprowadzone na starszych ludziach potwierdziły, że u uprawiających sport, biegi czy trucht aktywność fal mózgowych była taka sama jak u młodych ludzi. Innymi słowy - trening fizyczny uzdrawia nie tylko ciało, ale i mózg. Jest to dodatkowym dowodem wzajemnego powiązania i współzależności wszystkich narządów i układów w organizmie. Kryją się tu nieograniczone możliwości nie tylko na drodze profilaktyki, ale i leczenia chorób.

Na przykład profesor A.I. Arynczyn przeprowadził zachwycający w swej prostocie eksperyment: odizolował mięsień łydki od organizmu, zamknął go w sztucznym krwioobiegu, gdzie pompował on krew. Udowodnione zostało, że o ile serce jest w stanie tłoczyć krew z ciśnieniem 120 mm słupa rtęci, to mięsień może robić to z ciśnieniem 200-250 mm słupa rtęci i więcej. Najważniejsze, że niezależnie od wieku stan tkanki mięśniowej można trenować. Trzeba tylko robić to stopniowo.

Jak już było powiedziane, jedną z ważnych przyczyn pogłębiających rozwój chorób jest ograniczenie ruchu i spoczynek, zalecane pacjentom przez lekarzy w czasie leczenia syn-

tetycznymi środkami farmakologicznymi. Okazuje się, że jak prawidłowo mawiał N.M. Asimow, choremu organizmowi ruch jest potrzebny dziesiątki razy bardziej niż zdrowemu. Jest to szczególnie ważne w chorobach układu ruchu.

Trening mięśni i więzadeł to nie tylko wsparcie dla serca, ale i dla organów, kręgow i połączeń, które przy tym biorą na siebie część funkcji, zapobiegając nadmiernym obciążeniom statycznym i dynamicznym oraz gwałtownym ruchom. Podczas ćwiczeń fizycznych odbywa się masaż mięśni, co nie tylko poprawia ich ukrwienie, ale, co niezmiernie ważne, odżywanie kości, gdyż te ostatnie nie posiadają własnych naczyń, a co za tym idzie, dzięki temu dłużej nie tracą gęstości i nie starzeją się, i wychodzi na to, że leczą się same.

Trzeba też wiedzieć, że podczas ruchu z powierzchni stawów złuszcza się nabłonek, przecierają się nacieki z kwasu moczowego (moczniaka), zamieniając się w smar, który normalizuje pracę stawów. Potwierdza się tutaj wręcz książkowo podstawowa zasada życia: czynność rodzi organ. Tylko nie wolno się lenić, bo w ruchu jest nasze zdrowie. Zauważono, że im słabsze mięśnie, tym ciężiej znosi się nawet sytuacje stresowe. Stan udręczenia może na przykład negatywnie wpływać na mięsień podłopatkowy, przez co idący człowiek ma opuszczone ramiona i zgarbione plecy. Mięsień ten ma energetyczny związek z meridianem serca, a przez to z samym sercem. Przez kondycję tego mięśnia (słabo rozwinięty, nie trenowany itd.) mogą pojawić się problemy z sercem. Im lepsze wytrenowanie mięśni, a co za tym idzie - kapilar tego serca peryferyjnego, tym bardziej zmniejsza się obciążenie serca i tym szybciej odnawia się jego funkcja. Przyjmowanie nadtlenku wodoru poprawia pracę kapilar i serca.

Rola promieni UV w funkcjonowaniu żywych organizmów

W poszukiwaniach odpowiedzi na pytanie dotyczące katalizatora procesów energetycznych zatrzymaliśmy się na świetle ultrafioletowym, promieniowaniu elektromagnetycznym, które leży u podstaw spontanicznego promieniowania mitogenetycznego (A. Gurwicz). Podczas pracy albo wymierania komórek, część uwolnionej energii zostaje pochłonięta przez inne komórki, a pozostała stymuluje procesy metabolizmu, co stwarza właśnie spontaniczną aktywność bioelektryczną odpowiedniego narządu. Komórki każdego narządu mają przy tym własne spektrum, zestaw częstotliwości zdeterminowanych przez rytmy Słońca jeszcze w procesie embrionalnego rozwoju człowieka. Na tych częstotliwościach (procesach falowych) zachodzą zależne od siebie nawzajem drgania, tworząc pole energoinformacyjne wokół komórki, organu, a następnie całego ciała. Pole to nazywamy „aurą” (biopolem). Przedstawione procesy są niemożliwe bez tlenu.

Co temu towarzyszy? Wiadomo, że dzięki sile żywej światła słonecznego zachodzi zjawisko fotosyntezy, w którym uczestniczy jedynie nieznaczna część jego spektrum. Energia Słońca, docierająca do powierzchni Ziemi, zawiera całe spektrum promieni świetlnych, różniących się długością fal: podczerwień (780-1100 nm), widzialne (380-780 nm), ultrafioletowe (200-380 nm). Uwzględniając właściwości biologicznego działania promieni słonecznych, promieniowanie UV dzieli się na trzy zakresy spektralne:

- UV A o długości fali od 320 do 380 nm;
- UV B o długości fali od 280 do 320 nm;
- UV C o długości fali od 200 do 280 nm.

Promieniowanie UV zakresu A jest słabo aktywne, ale pozytywnie wpływa na przebieg procesów zachodzących w żywych organizmach. Promieniowanie UV zakresu B jest intensywniejsze od promieniowania A i może wywoływać nawet zmiany mutacyjne, które na przykład u roślin (lecz nie tylko) mogą znacząco pobudzić wzrost, poprawić jakość i wydajność. Najintensywniejsze jest jednak promieniowanie UV zakresu C, które może już - w zależności od czasu i dawki promieniowania - doprowadzić do gwałtownych mutacji w żywych organizmach.

Oto dlaczego krótkofalowa część spektrum UV poniżej 293 nm i cały zakres C promieniowania UV zostaje w całości pochłonięty przez warstwę ozonową w atmosferze, parę wodną i inne cząstki, nie docierając do powierzchni Ziemi. Ta część promieniowania UV, która przewyższa zakres 294 nm i dociera do powierzchni Ziemi, stanowi nie więcej niż 5% ogólnej ilości promieniowania słonecznego. UV zakresu C jest niemal całkowicie nieobecne w składzie spektrum słonecznego, docierającego do powierzchni Ziemi (nieznaczna jego ilość występuje w czasie wschodu i zachodu Słońca, przez co czas ten najbardziej nadaje się do opalania). Jego rola w życiu organizmu jest jednak ogromna.

Deficyt UV C wywołuje zaburzenia w przemianie materii, osłabienie sił obronnych organizmu i powstanie różnorodnych dolegliwości. Nie na darmo promieniowanie zakresu C nazwano „witalnym”, ponieważ dysponuje mocnym działaniem bakteriobójczym.

Przez wiele lat badań ustalono, że najbardziej naturalne dla organizmu jest UV zakresu C w wąskich przedziałach 256-258 nm. Jednakowoż podczas pracy z tym spektrum częstotliwości odkryto, że wywołuje ono zmiany w procesach hematologicznych i biochemicznych, aż do patologii włącznie.

Eksperymentowaliśmy w dalszym ciągu i zrozumieliśmy, że w celu uzyskania właściwego efektu fizjologicznego nieodzowne jest spektrum UV zakresu C, ale najwyższa jego ilość powinna zamykać się w zakresie 256-258 nm i stanowić 80%, a pozostałe spektrum powinno znajdować się poniżej i powyżej wymienionego.

Zadziwiające, że nasze dane, podane do wiadomości w latach 60. i 70. ubiegłego stulecia, pokryły się z danymi fizyków E. Wartanowej i W. Ippolitowa (Alma-Ata, 1985) dowodzących, że nawet nasza myśl emituje UV w zakresie C (256-259 nm). W rezultacie długich badań klinicznych i eksperymentalnych stworzono urządzenie do napromieniowania płynów biologicznych (krew, plazma, limfa, mleko, woda) promieniami UV - „Helios-1”, w konstruowaniu którego uczestniczyli I. I. Kondratiew i W. A. Ilin.

Rezerwy organizmu są ogromne, tylko nie umiemy z nich korzystać, nie poddajemy ich ciągłemu treningowi, by zawsze pozostawały w gotowości bojowej. Promieniowanie ultrafioletowe wzmacnia „drzemiący” układ immunologiczny, szczególnie limfocyty, leukocyty i granulocyty, które właśnie wytwarzają nadtlenek wodoru i niszczą komórki patologiczne (zjawisko fagocytozy). Ilość naszych obrońców zwiększa się 2-3-krotnie. Znacznie nasila się intensywność enzymatyczna i sekrecja, rozpuszczają się zatory, znacznie polepsza się mikrokążenie krwi, wzrasta intensywność procesów biochemicznych i energetycznych.

W przypadku ludzi chorych oraz starszych obserwuje się podwyższoną krzepliwość krwi, ze względu na pojawienie się asocjatorów (czynników łączących) - „kości” erytrocytów i innych składników krwi, które - wobec osłabienia organizmu - łączą się (zlepiają) ze sobą, przez co stają się większe i nie mogą przeniknąć przez błonę komórkową.

Podczas stosowania terapii naświetlania ultrafioletem owe czynniki łączące ulegają zniszczeniu, co nie tylko poprawia przepływ krwi, ale również zwiększa zdolność erytrocytów do przechwytywania tlenu, bez którego komórki się duszą, znajdując się w stanie ciągłego niedotlenienia, czyli choroby. Nie zaszkodzi przypomnieć, że komórki rakowe powstają właśnie w środowisku beztlenowym.

Poprawa wszystkich parametrów biochemicznych i energetycznych sprzyja temu, że organizm sam zaczyna radzić sobie z zachodzącymi w nim procesami patologicznymi. Oto dlaczego zastosowanie naświetlania krwi ultrafioletem w wybranym przez nas spektrum tak skutecznie działa w przebiegu każdej choroby.

W istocie terapia kwantowa za pomocą światła ultrafioletowego nie jest środkiem leczenia jakiegokolwiek dolegliwości, lecz w sposób fizjologiczny stymuluje najważniejsze funkcje organizmu, które poprawiają procesy metaboliczne, a także podnoszą poziom energetyczny naturalnych mechanizmów regulacji i samoobrony.

Tak więc za pomocą tej terapii układ immunologiczny zaczyna działać w trybie, który został mu narzucony przez Przyrodę. Należy jedynie dodać do tego zestaw zabiegów oczyszczających organizm z odpadów, prowadzić zdrowy tryb życia i wciąż trenować swoje ciało za pomocą

umiarkowanych obciążeń fizycznych oraz używać składników naturalnych: powietrza, wody itd., które hartują nie tylko ciało, ale i duszę.

W związku z powyższym, oczywista jest uniwersalność proponowanej metody naświetlania ultrafioletem, rozpiętość i różnorodność korygowanych objawów klinicznych, brak jakichkolwiek powikłań, a także zauważalny efekt w nieodwracalnych procesach i zaniku czynności. Użycie skonstruowanych urządzeń w Afganistanie w celu leczenia chorych na wirusowe zapalenie wątroby, przy powikłaniach u rannych, sepsie, gangrenie, szoku urazowym i innych dowiodło w szczególności, że metod mogących się równać pod względem efektywności po prostu nie ma.

Opracowany przez nas „Helios-1” wywołuje za pośrednictwem promieniowania ultrafioletowego rezonansowe dożywienie organizmu, normalizując potencjał energetyczny komórki, procesy metabolizmu i odporność. Dzięki aktywacji naturalnych procesów energetycznych organizmu następnie on sam zaprowadza w sobie porządek. Przecież jeśli wziąć za przykład AIDS, to reakcja na infekcję HIV wcale nie jest specyficzna, o czym wielu lekarzy już wie, a sam wirus nie był jeszcze przez nikogo widziany, bo jest nie jeden, lecz występuje w kilku odmianach (swego rodzaju „kiści” wirusów). Ostatni fakt dotyczy ściśle diagnostyki - pomyłka jest bardziej niż możliwa, nie mówiąc już o leczeniu, które nie przyniesie żadnego efektu oprócz niekorzystnego.

Powtarzam, że najważniejszym czynnikiem powodującym pojawienie się jakiegokolwiek dolegliwości jest zakłócenie pracy układu naczyniowego i odpornościowego, których funkcje obronne powinny być silniejsze niż jakikolwiek szkodliwy czynnik lub wirus. W związku z napięciami ekologicznymi, ekonomicznymi, socjalnymi i innymi, kiedy to organizm sam przez się odczuwa silny stres, związany z koniecznością przeżycia, pojawienie się różnych chorób, nawet jeszcze nieznanymi, to problem dnia jutrzejszego.

Każde zakłócenie (choroba) w organizmie sprowadza się do deficytu immunologicznego, co jeszcze w latach 80. ubiegłego stulecia zauważyła Światowa Organizacja Zdrowia: wirusowe zapalenie wątroby, choroby przewlekłe, objawy alergiczne, astma oskrzelowa, bezpłodność, AIDS i inne. Wystarczy powiedzieć, że w 1988 roku, kiedy w naszym kraju o AIDS mało kto mówił i uważano, że choroba ta może występować jedynie w krajach kapitalistycznych, na czwartym Międzynarodowym Kongresie poświęconym AIDS w Sztokholmie (12-16 czerwca) informowaliśmy już, że przy pomocy przyrządu do naświetlania krwi ultrafioletem „Helios-1” można leczyć wymienione choroby deficytu immunologicznego.

Poza tym, wśród zalet przyrządu wymienić należy następujące:

- użycie minimalnej ilości krwi do transfuzji (zamiast 300--500 ml tylko 10-30 ml), co zupełnie wystarczy do uruchomienia naturalnych mechanizmów układu energetycznego i odpornościowego w organizmie;
- napromieniowywanie płynu ma miejsce w okolicy całej rurki, a nie jednostronnie, jak w innych urządzeniach, co zapewnia wysoki (do 80%) stopień napromieniowania krwi, a to podnosi efektywność promieniowania 1,5-2-krotnie;
- wykorzystywanie jednorazowego, standardowego sprzętu do transfuzji - przenośność;
- rozmiar urządzenia pozwala na przeprowadzanie napromieniowania UV praktycznie w każdych warunkach.

W związku z powyższym oczywistym wydaje się wniosek, że napromieniowywanie krwi ultrafioletem wykazuje wszechstronne działanie - od przeciwzapalnego i przeciwbólowego, poprzez zmniejszające opuchliznę, regenerujące, immunokorygujące, aż po odczulające, przeciwzakrzepowe, uzdrawiające i ogólnowzmacniające. Obserwuje się również działanie na płynność krwi i zwiększające potencję. Podsumowując: napromieniowywanie krwi ultrafioletem w wybranym spektrum fizjologicznym UV zakresu C sprzyja ogólnemu powrotowi do zdrowia i odmłodzeniu organizmu.

Najważniejsze jednak, że przy napromieniowywaniu ultrafioletowym powstaje ozon, z którego, na skutek jego szybkiego rozkładu, wydziela się tlen atomowy.

Przyszłość połączenia efektu leczniczego nadtlenku wodoru i promieni UV

Porównując dane otrzymane podczas leczenia za pomocą nadtlenku wodoru i napromieniowywania ultrafioletowego krwi, doszliśmy do wniosku, że u podstaw efektu tego ostatniego leży również tlen atomowy, powstający w wyniku wprowadzanej energii promieni UV w fizjologicznym zakresie częstotliwości.

Tlen atomowy jest tym czynnikiem leczniczym, który oddziałuje podczas stosowania urządzenia „Helios-1”.

Stąd płynie wniosek: nadtlenek wodoru i ultrafioletowe napromieniowywanie krwi w zaproponowanym przez nas urządzeniu to odmiana jednej i tej samej metody leczenia tlenem atomowym, przy czym właściwa dawka w różnych sytuacjach zapewnia bezpieczeństwo takiej kuracji, a sama metoda zapewnia możliwość leczenia każdej choroby bez użycia leków syntetycznych, które z zasady obniżają odporność po pierwszych objawach poprawy.

Pozostało już tylko połączyć obie te metody leczenia: jeden dzień - H₂O₂, drugi dzień - napromieniowywanie UV.

Zważywszy, że duże dawki nadtlenu wodoru mogą wywołać reakcje niepożądane, wydaje się celowym wprowadzać go dożylnie przez urządzenie do naświetlania do UV. Nadtlenek wodoru, szybko rozkładający się w świetle, jeszcze szybciej rozkłada się podczas napromieniowywania UV. Do żyły dostaje się już woda i tlen atomowy, co także pozwala w ciężkich przypadkach wprowadzać duże dawki tlenu atomowego, unikając szkodliwego działania dużego stężenia H₂O₂. Czyni to zabieg absolutnie bezpiecznym.

Jak widać, opracowane przez nas urządzenie do ultrafioletowego napromieniowywania krwi posiada istotną przewagę nad podobnymi konstrukcjami.

Biorąc pod uwagę fakt, że bez ultrafioletowego spektrum zakresu C nie może istnieć ani człowiek, ani zwierzę czy roślina, kontynuowaliśmy jednocześnie prace nad konstrukcją przyborów i urządzeń nie tylko do wykorzystania w praktyce medycznej, ale również w weterynarii i rolnictwie. Opracowano instrukcje, przybory i urządzenia, o których nie tylko zostały powiadomione zainteresowane, wydawałoby się, urzędy, ale i przedstawiono przekonujące dowody ich skuteczności (na przykład, „Helios-1” pomyślnie przechodził próby kliniczne w wiodących klinikach kraju). Lecz zastosowanie tego wszystkiego w naszym kraju okazało się niepotrzebne. A wiecie dlaczego?

Ułatwię Wam znalezienie odpowiedzi: otóż dlatego, że te przybory i urządzenia „zabiorą chleb” wielu przedsiębiorcom wypuszczającym lekarstwa syntetyczne, nawozy naturalne itd. Na przykład napromieniowanie roślin ultrafioletem (który jest im tak samo nieodzowny, jak ludziom i zwierzętom) praktycznie wyklucza konieczność używania nawozów mineralnych przy jednoczesnej poprawie plonu wszystkich kultur prawie o 1,5 raza. Następuje przy tym również rekultywacja gleby.

Jeśli mowa o medycynie, to w Ministerstwie Zdrowia Federacji Rosyjskiej znajduje się cała dokumentacja niezbędna do seryjnej produkcji urządzeń „Helios-1”, ale została skompletowana jeszcze w ZSRR, i teraz wymaga się powtórzenia związanych z nią procedur, lecz pod egidą nowego państwa - Rosji.

Nie są potrzebne nowe asygnacje, badania, nakłady czasu oraz sił. Trzeba po prostu wydać decyzje i zacząć je wprowadzać, jako że są potrzebne każdej klinice i każdemu szpitalowi.

Niestety, nic się nie zmienia: Ministerstwu Zdrowia jest to niepotrzebne. Oto dlaczego wynalazcy wcześniej nieustannie proponowali, by stworzyć przy Ministerstwie Zdrowia niezależną instytucję, która zajmowałaby się wdrażaniem do praktyki lekarskiej przyszłościowych opracowań, a jej jak nie było, tak i prawdopodobnie nie będzie w najbliższej przyszłości.

Właściwości lecznicze

i zastosowanie nadtlenu wodoru

P RZYRODA mądrze postąpiła, dając organizmowi wszystko, by prawidłowo funkcjonował jako samodzielny, samoregulujący się układ. Jedną z jego najważniejszych cech jest zdolność wytwarzania przez komórki układu odpornościowego (leukocyty i granulocyty) nadtlenu wodoru z wody i tlenu cząsteczkowego.

Nadtlenek wodoru, swoją drogą, rozpada się na wodę i tlen atomowy, co stanowi mocną broń przeciwko patogennym „wrogom”, niezależnie od tego, czy to wirusy, bakterie, grzyby, czy infekcje pasożytnicze. Ponieważ wydziela się przy tym nieodzowny dla komórek aktywny tlen, jednocześnie likwidacji ulega efekt glikolizy, który powstaje podczas niedotlenienia, na czym cierpią wszystkie reakcje biochemiczne i bioenergetyczne w organizmie, a w pierwszej kolejności mitochondria, które przestają produkować niezbędną dla komórek energię. Mitochondria odgrywają ogromną rolę w procesach życiowych nie tylko komórki, lecz i całego organizmu.

Wcześniej była już mowa o tym, że komórki rakowe mogą powstać wyłącznie w środowisku beztlenowym, czyli przy glikolizie, nawet w warunkach braku wielu makro- i mikroelementów. Laureat Nagrody Nobla O. Warburg mówił o tym jeszcze na początku zeszłego stulecia.

Tak więc jeśli mitochondria nie otrzymują niezbędnych do właściwego działania pierwiastków, przechodzą na beztlenowy tryb pracy, w rezultacie czego zakłóceniu ulega oddychanie komórki, i, w szczególności, proces powstawania nowych komórek oraz niszczenia martwych i patologicznych.

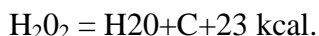
Jedną z ważniejszych funkcji organizmu jest zachowanie równowagi elektrolitycznej, czyli homeostazy, lub też równowagi kwasowo-zasadowej. Każde odchylenie od tej równowagi świadczy o procesie zapalnym w organizmie, co ma miejsce podczas niedotlenienia komórek, i odbija się przede wszystkim na mitochondriach - tych malutkich elektrowniach.

Jednakże przypominam jeszcze raz, że mowa nie o tlenie molekularnym, który dociera do naszego organizmu wraz z powietrzem, a o tlenie atomowym, który - będąc mocnym antyoksydantem - nie tylko przywraca prawidłową pracę komórek, ale i, utleniając niedotlenione substancje, likwiduje w komórce wszystko, co przeszkadza jej w pracy.

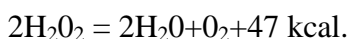
Jeśli komórki układu odpornościowego, jego „zabójcy” - leukocyty i granulocyty - nie produkowałyby nadtlenu wodoru, nasze życie byłoby w ogóle niemożliwe. Oto dlaczego nadtlenek wodoru powinien być obecny w organizmie zawsze w wystarczającej ilości, co

niestety z różnych powodów nie ma miejsca. Jak donoszą na przykład dr Fletcher i dr Maalen, u chorych na białaczkę produkcja nadtlenu wodoru jest mniejsza o 70%, i dopóki nie zostanie przywrócony jego poziom, wyleczenie takiego chorego jest praktycznie niemożliwe.

Jakie procesy zachodzą w organizmie podczas powstawania nadtlenu wodoru? Należy powiedzieć, że wzór rozpadu nadtlenu wodoru na wodę i tlen nie odpowiada całej istocie tego procesu, ponieważ przy rozpadzie jednej cząsteczki nadtlenu wodoru powstaje jeden atom tlenu atomowego:



Podczas rozpadu dwóch molekuł nadtlenu wodoru powstają dwa atomy tlenu, które łączą się w cząsteczkę tlenu:



Jednak prawdopodobieństwo powstania z nadtlenu wodoru molekuł tlenu jest niewielkie, ponieważ w związku z wysoką aktywnością tlenu atomowego jest on wykorzystywany w pierwszej kolejności do normalizacji procesów utleniania i przywracania organicznych rodników, co wymaga mniejszych energii niż powstawanie cząsteczek tlenu. Przytoczone reakcje zachodzą jednocześnie, ale w różnym czasie i warunkach z różnymi energiami i, odpowiednio, prędkościami.

W taki sposób poprzez te reakcje zachodzi bardziej złożony, zrównoważony proces uzyskiwania tlenu molekularnego i atomowego, który odgrywa naczelną rolę w procesach utleniająco-redukcyjnych. Zakłócenie jego powstawania prowadzi do rozmaitych chorób, o czym już wcześniej wspominałem. Obserwuje się przy tym określoną zależność: aktywność tlenu cząsteczkowego jest tym większa, im większe stężenie tlenu atomowego, i na odwrót.

Na przykład w lesie sosnowym występuje wysokie stężenie tlenu nie tylko molekularnego, ale i atomowego, powstającego z szybko rozpadającego się ozonu, którego zapach można nawet wyczuć.

Zatem katalizatorem reakcji bioenergetycznych, zachodzących w organizmie dzięki przemianom elektronowym, jest tlen atomowy powstający z nadtlenu wodoru.

Należy w tym miejscu powiedzieć kilka słów o Żyrandolu Czyżewskiego [niektóre źródła polskie błędnie nazywają go „lustrem” Czyżewskiego sądząc, że rosyjskie słowo „liustra” oznacza lustro]. Najważniejsza zasługa Czyżewskiego polega na tym, że udowodnił, iż w powietrzu występują aerojony, bez których człowiek nie może żyć. Nazwał je „witaminami powietrza”.

Jeśli na przykład zwierzętom (myszy, koniowi) pozwalać oddychać powietrzem przefiltrowanym przez watę, to w ciągu trzech tygodni umierają od takiego „sterylnego” powietrza. Tymczasem okazuje się, że z pomocą stworzonego przez uczonego Żyrandola powstaje powietrze zjonizowane, ozon, który rozpadając się, tworzy tlen molekularny i atomowy, wywierający tak życiodajny wpływ. Jest to takie samo zjonizowane powietrze, którym oddychamy w pobliżu górskich wodospadów.

Mamy do czynienia z jeszcze jedną ciekawą okolicznością. Otóż jeśli w specyfikacji technicznej urządzenia jest napisane, że w objętości równej 1m^3 wokół lampy powstaje określona ilość jonów naładowanych ujemnie, które poprawiają stan zdrowia człowieka, to możecie być pewni, że w tej samej objętości znajduje się dokładnie tyle samo jonów dodatnich, które pogarszają zdrowie. Rzecz w tym, że bez wzajemnego powiązania procesów dodatnich i ujemnych nic nie może w Przyrodzie istnieć.

W miarę rozwoju cywilizacji człowiek zamknął się w puszcze Faradaya [zwanej też klatką Faradaya], w której zmieniony został składnik elektromagnetyczny, kiedy to więcej jest aerojonów dodatnich niż ujemnych. W rezultacie tego komórka organizmu, tracąc ładunek w błonie komórkowej, staje się podatna na uszkodzenia przez jakikolwiek szkodliwy czynnik. Oto dlatego, znajdując się w pobliżu Żyrandola Czyżewskiego i przechwytyjąc aerojony ujemne, człowiek odczuwa ulgę.

Jedno tylko nie jest brane pod uwagę przy stosowaniu tego urządzenia. Podczas pracy elementy Żyrandola, rozkładając powietrze na jony dodatnie i ujemne, niczym odkurzacz przyciągają ku sobie wszelkie zanieczyszczenia, co w konsekwencji może wpłynąć na skuteczność działania Żyrandola i na zdrowie człowieka.

Jak więc właściwie wykorzystywać Żyrandol? Należy przewietrzyć pomieszczenie, zamknąć okna, zlikwidować przeciągi, włączyć Żyrandol na 20-30 minut, a następnie wyłączyć. Procedurę tę należy powtarzać cyklicznie co 2-3 godziny. Niestety, nigdzie nie natknąłem się na dane o tym, jak długo Żyrandol może funkcjonować w „warunkach polowych”.

Istota oddychania polega na łączeniu wodoru pochodzenia organicznego i tlenu z powietrza. W sensie chemicznym proces ten jest jednakowy w przypadku zwierząt i roślin, przy czym rośliny wydzielają 20 razy więcej tlenu niż go pochłaniają. Dlatego w atmosferze zachowana jest nieodzowna dla człowieka ilość tlenu. Wszystkie te reakcje zachodzą w następującym porządku: tlen molekularny - ozon - nadtlenek wodoru - tlen atomowy, z wydzieleniem energii podtrzymującej temperaturę ciała $36,6^{\circ}\text{C}$ i stworzeniem powłoki biopola - aury (służącej również jako doładowanie organizmu, pochodzące z otaczającego środowiska) i procesu tworzenia nowych komórek oraz niszczenia starych. Używając przenośni: każda komórka to swego rodzaju reaktor

jądrowy, dostarczający energię procesom komórkowym i zapewniający życie całemu organizmowi.

Czyż nie na tym polega geniusz Kurczatowa [Igor Wasiljewicz Kurczatow, radziecki fizyk jądrowy, uznawany za ojca rosyjskiej bomby atomowej; po zdaniu sobie sprawy z jej mocy stał się gorącym zwolennikiem zaprzestania prób jądrowych], że w celu stworzenia reaktora atomowego, do którego przewidział wykorzystanie w charakterze rdzenia właśnie wodoru, którego spadek stężenia w organizmie powoduje mutowanie komórek i niekontrolowany ich rozrost, dający się powstrzymać tylko za pomocą przywrócenia stanu równowagi w procesie tworzenia się tlenu i węgla, skopiował po prostu proces zachodzący w organizmie? Oto dlaczego tak ważna jest właściwa proporcja dwutlenku węgla i tlenu. Przecież jej zachwianie prowadzi z zasady do zmian patologicznych w pracy komórek.

Zrozumienie istoty tych procesów stanowi płaszczyznę do zastosowania nadtlenu wodoru w leczeniu różnych chorób. Wprowadzając do organizmu brakujący nadtlenek wodoru, wprowadzamy dodatkowe „paliwo”, stymulujące procesy atomowe przebiegające w komórce, pobudzając je do rozpoczęcia pracy i obrony przed czynnikami szkodliwymi. W przyrodzie występuje wiele źródeł powstawania tlenu atomowego: człowiek dobrze się czuje w lesie, w pobliżu kipiącego wodospadu, pod Żyrandolem Czyżewskiego, w kąpieli tlenowej, podczas wystawiania się na promieniowanie ultrafioletowe - wszystko to za sprawą bezpośredniego powstawania tlenu atomowego z ozonu.

Podczas wprowadzenia nadtlenu wodoru peroralnie (doustnie) lub dożylnie (w zalecanych z biologicznego punktu widzenia dawkach), jego rozpad utleniający zachodzi według wzoru przedstawionego w tabelce na poprzedniej stronie.

Wzór strukturalny nadtlenu wodoru H-O-O-H ukazuje, że 2 atomy tlenu są połączone bezpośrednio ze sobą, i że łączenie to jest nietrwałe. Na przykład czysty nadtlenek wodoru może rozpadać się na wodę i tlen, z towarzyszącym temu wybuchem, przez co wykorzystywany jest w medycynie w postaci roztworów wodnych. Jak już powiedziano, nadtlenek wodoru dysponuje niewielkimi właściwościami kwasowymi i na tym polega jego funkcja utleniająca w środowisku kwaśnym, a redukcyjna w środowisku zasadowym. Jest to ta funkcja, którą obserwuje się w zanieczyszczonym organizmie.

Aktywność tlenu atomowego jest bardzo duża i w pierwszej kolejności utlenia on atomy pierwiastków, które są niewłaściwe dla danego organizmu. Cała flora patogenna boi się jak ognia spotkania z takim tlenem, ponieważ sama powstaje praktycznie tylko przy jego niedoborze.

Najważniejsze, że przeznaczeniem tlenu atomowego jest korygowanie częstotliwości rezonansowej komórek, wspomaganie rozwoju nowych i niszczenie starych oraz chorych.

Taki mechanizm działania nadtlenu wodoru potwierdzony jest szeregiem obserwowanych przypadków.

- Pacjentka N, 40 lat, zachorowała na raka piersi z rozległymi przerzutami Odmówiono jej operacji, po czym wyjechała na syberyjską wieś, gdzie rósł las cedrowy. Mieszkała tam 6 miesięcy. Wróciła całkowicie zdrowa
- Młody, 16-letni człowiek wrócił ze szkoły i zasnął w czasie kolacji. Spał 3 miesiące. Ojciec, ordynator oddziału reanimacji w Wołgogradzie, zwracał się o pomoc do wszystkich instancji, włącznie z Moskwą. Nikt nie mógł obudzić syna.

Wykonano dwa zabiegi napromieniowywani ultrafioletowego krwi, za pomocą skonstruowanego przez nas instrumentu „Helios-1”. Następnego dnia młodzieniec obudził się, najpierw poznał siostrę, potem matkę, a następnie całkowicie doszedł do siebie.

- Pacjent K., 83 lata, stale krwawiący nowotwór złośliwy prawej skroni (wielkości jajka kurzego!). Prowadzone leczenie nie przynosiło rezultatu i lekarze odmówili dalszej opieki nad pacjentem. Zdecydowano, by na ranę przykładac tampony zmoczone w 5%, a potem 30% roztworze nadtlenu wodoru. Po tygodniu krwawienie ustało, po miesiącu zniknął sam nowotwór. Powierzchnia prawej skroni stała się czysto, jakby niczego tam wcześniej nie było. Lekarze nie mogli uwierzyć, że w taki sposób została zlikwidowana narośl, z którą oni nie mogli sobie poradzić.

W książce U. Douglasa „Uzdrowiające właściwości nadtlenu wodoru” wylicza się choroby spowodowane stanami immunodeficytowymi (reumatoidalne zapalenie stawów, zapalenia tkanki miękkiej, alergię itd.), które praktycznie wszystkie są wyleczalne za pomocą nadtlenu wodoru, szczególnie podawanego dożylnie.

Tak w ogóle, to ludzie o dociekliwych umysłach wykorzystują nadtlenek wodoru jako środek leczniczy w najróżniejszych chorobach już około 200 lat.

Zakończone sukcesem użycie nadtlenu wodoru w postaci infuzji dożylniej zostało przeprowadzone we Francji przez lekarza Nenstena w 1811 roku, co ogłosił w piśmie „Lancet”, wydawanym przez doktorów Terkliffa i Stebbinga, którzy również (1916 rok) używali H_2O_2 w celu wlewania dożylnego w różnych stanach, z dość dobrym efektem terapeutycznym. Mimo to metoda ta do dzisiaj nie zyskała szerszego zastosowania. Spowodowane jest to jej prostotą i taniością.

Oczywiście wykorzystanie nadtlenu wodoru doprowadzi do zachwiania ogromnego, niezmiernie dochodowego przemysłu, wytwarzającego i dystrybuującego chemiczne preparaty lecznicze, który bogaci się za cenę pogorszenia stanu zdrowia użytkowników leków.

Rzecz w tym, że medycyna to jedna z najbardziej konserwatywnych nauk, nie zauważających szkody, jaką przynoszą lekarze o wąskich specjalizacjach. Oczywiście specjaliści są nieodzowni, znają bowiem wszystkie najdrobniejsze szczegóły na temat tego czy innego organu lub układu, lecz zarzucić im można, że nie biorą pod uwagę faktu wzajemnego powiązania i zależności wszystkiego w organizmie.

Jak działania lekarzy usprawiedliwia anatomopatolog? Ból był tłumiony środkami przeciwbólowymi, stan zapalny się utrzymywał - podawano środki przeciwzapalne. Organizm pacjenta był osłabiony - podawano mu witaminy. I dlatego nikt nie ma pretensji do lekarza. A chory zmarł w wyniku niedoboru wody w organizmie, zanieczyszczeń i niedotlenienia. Lecz lekarzom nie starczyło już rozumu, by się tego domyślić. A jak mają się domyślić, jeśli nikt ich tego nie uczył, bo uczą ich tacy, jak na przykład profesor W. Kisielow, zastępca dyrektora naukowego Instytutu Naukowo-Badawczego medycyny molekularnej im. Siechenowa, niczego chyba niewiedzący i niechący wiedzieć o produkcji nadtlenu wodoru w organizmie, ale z mądrą miną rozprawiający o jego rzekomej szkodliwości dla organizmu.

Jednak nie stanowi to usprawiedliwienia dla lekarzy, którzy doprowadzili do śmierci pacjenta. Wszyscy się uczyliśmy, ale najważniejsze jest to, że nie przestaliśmy się uczyć i nie oduczyliśmy się myśleć samodzielnie.

Postaci rynkowe H₂O₂ i jego tradycyjne zastosowanie

Nadtlenek wodoru to bezwonna, bezbarwna ciecz (w dużych stężeniach lub objętościach lekko niebieskawa). Związek nietrwały, dobrze rozpuszczający się w wodzie i rozpadający się w świetle nawet w temperaturze pokojowej, w związku z czym należy go przechowywać w naczyniach z ciemnego szkła.

Nadtlenek wodoru występuje również jako Perhydrol, Hydroperyt, Hyperol i Laperol. Japończycy niedawno opracowali ekwiwalent nadtlenu wodoru pod nazwą Fluzol, którego używają z dobrym rezultatem w radioterapii u chorych na raka.

Perhydrol - skoncentrowany roztwór H₂O₂, w którym nadtlenu wodoru jest 27,5-35%. W sieci aptek zazwyczaj sprzedaje się 3% roztwór, często bez określenia na etykiecie stężenia.

Wielu niepokoi się tym, że H_2O_2 jest zanieczyszczony i zawiera rzekomo szereg substancji szkodliwych dla organizmu, szczególnie ołów i cynk. W odróżnieniu od technicznego, H_2O_2 trafiający do aptek jest dość czysty, szczególnie ten przygotowany dla akuszerki. Oczywiście obecność domieszki ołowiu jest niepożądana, ale w tych ilościach nadtlenu wodoru, które są zalecane do stosowania wewnętrznego lub dożylnego, można te zanieczyszczenia zlekceważyć, biorąc pod uwagę efekt leczniczy, który wywołuje - tym bardziej, że ilość ołowiu trafiającego do organizmu z innych źródeł zawsze przekracza dopuszczalne normy.

Cynk zaś stanowi nieodzowny pierwiastek, bez którego nie zachodzi wiele reakcji biochemicznych i energetycznych.

Hydroperyt - produkowany jest w tabletkach i zawiera około 35% H_2O_2 . Przed użyciem należy rozpuścić tabletki w wodzie: 1 tabletka na 1 łyżkę stołową wody (15 ml), co odpowiada 3% roztworowi H_2O_2 . Hydroperyt można stosować tylko zewnętrznie, gdyż nie jest wystarczająco oczyszczony.

Nadtlenek wodoru tradycyjnie stosuje się jako środek antyseptyczny, tamujący krwotoki, jako wybielacz, w celu uzyskania tlenu i jako utleniacz w technologii raketowej. W organizmie nadtlenek wodoru pod wpływem enzymu katalazy zamienia się w wodę i tlen atomowy, chroniąc struktury tkanek przed uszkodzeniami. W przeciwnym razie komórka ulega zanieczyszczeniu i proces apoptozy (likwidacji martwych i chorych komórek, a także pasożytów) nie zachodzi.

Dowodzono, że nadtlenek wodoru uczestniczy we wszystkich bioorganicznym procesach przemiany materii: białek, tłuszczu, węglowodanów, soli mineralnych, a także w tworzeniu witamin, pracy wszystkich układów enzymatycznych, hormonalnych, i w wytwarzaniu ciepła w organizmie. Sprzyja również przedostawaniu się cukru z plazmy krwi do komórki bez pomocy insuliny.

Jednak oprócz nasycenia organizmu tlenem atomowym, nadtlenek wodoru pełni jeszcze jedną, kto wie czy nie ważniejszą rolę - utlenia toksyczne substancje. Właściwość tę dr Farr nazwał „utleniającą detoksykacją”. Uściślając, utleniając tłuszcze, odkładające się na ściankach naczyń, nie tylko zapobiega zachodzeniu zjawiska arteriosklerozy, ale i likwiduje je.

Utleniające właściwości nadtlenu wodoru są bardzo silne: jeśli 10-15 ml H_2O_2 wlać do 1 l wody, to ilość drobnoustrojów zmniejszy się w niej tysiąckrotnie! Giną przy tym nawet takie patogenne mikroorganizmy, jak zarazki cholery czy duru brzuszego, a także spory węglik, bardzo wytrzymałe w środowisku zewnętrznym. Zdolność nadtlenu wodoru (przy wprowadzeniu do wewnątrz) do efektywnej walki z infekcjami bakteryjnymi, grzybiczymi, pasożytniczymi i wirusowymi, a także do stymulowania pracy układu immunologicznego i powstrzymywania rozrostu nowotworów, udowodniona została przez znaczną ilość badań

laboratoryjnych i klinicznych. (W. Douglas, 1998). Po infuzji dożylniej H_2O_2 , komórki-zabójcy - limfocyty T, odpowiedzialne za intensywność pracy układu immunologicznego - uzyskują większą aktywność.

A połączenie zastosowania nadtlenu wodoru z naświetlaniem krwi ultrafioletem wywiera jeszcze silniejszy efekt terapeutyczny, szczególnie w przypadkach chorób związanych z takimi stanami deficytu immunologicznego, jak wirusowe zapalenie wątroby, choroby przewlekłe, bezpłodność, tak zwane AIDS, astma oskrzelowa itd.

Metody leczniczego zastosowania nadtlenu wodoru

Otrzymuję wiele listów i zdarza się, że jest w nich mowa o niebezpieczeństwach wynikających z zastosowania nadtlenu wodoru, a szczególnie jego wlewu dożylnego.

Zanim w ogóle cokolwiek polecam innym, najpierw wypróbuję to na sobie. I tak oto nadtlenek wodoru wprowadzam dożylnie sobie i swoim krewnym za pomocą strzykawki u mnie w domu, w kuchni.

I co? Żyję!

Nadtlenek wodoru to roztwór, w którym molekuly tlenu atomowego są oddzielone od siebie molekułami wody, a co za tym idzie - w odróżnieniu od cząsteczek czystego tlenu - są bardzo małe i ryzyko embolii gazowej [zatoru w naczyniach krwionośnych, spowodowanego pęcherzykami gazu] jest praktycznie wykluczone.

Negatywne działanie nadtlenu wodoru przy stosowaniu wewnętrznym wyjaśnić należy tym, że w przewodzie pokarmowym jest mało enzymu katalazy lub nie ma go wcale. Oto dlatego dobrano dawkę nie przekraczającą 10 kropeł w trakcie jednego wlewu 30 minut przed posiłkiem lub 1,5-2 godziny po posiłku. Do tego nieprzypadkowo początkowy etap przyjmowania nadtlenu wodoru (10 dni), również w przypadku przyjmowania dożylnego, opracowany jest jako tryb przywykania. Nawet sami chorzy mogą określić dla siebie dawkę, która wydaje się im do przyjęcia i nie wywołuje dyskomfortu, na przykład nawet nie przekraczającą 3-5 kropeł jednorazowo.

W naszym „cywilizowanym życiu” jemy smażone, wędzone, a dodatkowo zatrute chemią, pozbawione tlenu pokarmy, i dlatego do ich strawienia potrzeba go bardzo dużo. A tkanki żyją praktycznie w środowisku beztlenowym i zmuszone są walczyć o każdy dodatkowy łyk powietrza. Dlatego u niektórych osób przyjęcie nawet 2 kropeł nadtlenu wodoru wywołuje nieraz różne dolegliwości z omdleniem włącznie, podobnie jak to ma miejsce z mieszcuchem, który ocknął się w lesie. Jednak w związku z tym, że organizm ludzki - na skutek siedzącego

trybu życia, sposobu żywienia i innych czynników - praktycznie zawsze odczuwa niedobór tlenu, przyjmowanie nadtlenku wodoru przy jakichkolwiek zaburzeniach nie okaże się zbędnym.

Jeśli po zażyciu nadtlenku wodoru pojawią się jakiegokolwiek nieprzyjemne efekty, bóle, ociążałość i inne, to przerywajcie zażywanie na 1 -2 dni, albo też zmniejszcie dawkę do 3-5 kropel. W czasie używania nadtlenku należy zażywać witaminę C (jeden ząbek czosnku dziennie spełni to zadanie).

Zastosowania zewnętrzne

- **Jako kompresy**, wcierania w dowolne chore miejsce (okolica serca, stawy itd.), smarowania powierzchni skóry przy chorobie Parkinsona, stwardnieniu rozsianym: 1 -2 łyżeczki 3% roztworu nadtlenku wodoru [standardowa woda utleniona] na 50 ml wody, ze stopniowym zwiększeniem stężenia roztworu aż do 3% [czyli do stężenia nierozcieńczonej wody utlenionej];

- **Do płukania jamy ustnej**

Stosować 1 łyżeczkę 3% roztworu na 50 ml wody

- **W chorobach skóry** (egzema, łuszczyca i inne) można stosować nie tylko nierozcieńczoną wodę utlenioną

[3% roztwór nadtlenku wodoru], ale i 15-25-33% nadtlenek wodoru, przygotowany z tabletek Hydroperytu, który można nabyć w sklepach z odczynnikami chemicznymi. Należy smarować wysypki 1 -2 razy dziennie, aż do całkowitego ich ustąpienia.

- **Jeśli cierpicie na grzybicę stóp albo innych części ciała, lub brodawki na ciele i inne wykwity**, należy je smarować 3% roztworem H_2O_2 [nierozcieńczoną wodą utlenioną] przez kilka dni, a dolegliwości znikną.
- **Przy zainfekowanych ranach, procesach ropnych, krwiakach itp.**, nadtlenek wodoru sprzyja szybszemu gojeniu się. Jak wiadomo, dobrym środkiem dezynfekującym przy płytkich ranach, pęknięciach i chorobach skóry są ałuny [uwodnione kryształy podwójnych siarczanów (VI) metali trój- i jednowartościowych; potocznie przez ałun rozumie się uwodniony siarczan potasowo-glinowy, czyli $KAl(SO_4)_2 \cdot 12H_2O$, o który - w związku z jego zastosowaniami w kosmetyce i medycynie - chodzi autorowi]. Ich zastosowanie będzie skuteczniejsze w połączeniu z nadtlenkiem wodoru: do 10% roztworu ałunów (na 10 ml wody 10 g ałunów) dodać 1 łyżeczkę 3% nadtlenku wodoru. Roztwór ten jest świetnym środkiem do leczenia wrzodów, chorób skóry, powierzchniowych ran i zapalenia węzłów chłonnych.

Wykorzystanie nadtlenku wodoru w kąpielach. Zazwyczaj zwracamy niewiele uwagi na naszą skórę, a przecież jej powierzchnia to $2m^2$. Działa ona jak nerki i płuca. Znacząco to, że przez skórę również oddychamy, i przez nią odprowadzane są produkty metabolizmu. Oto dlaczego po

ćwiczeniach fizycznych i po spoceniu się należy koniecznie wziąć lekki prysznic, w przeciwnym bowiem razie szkodliwe substancje ponownie znajdą się w organizmie.

Bardzo dobrze działa na skórę sauna parowa z nadtlenkiem wodoru, która jest już od dawna oficjalnie zalecana w wielu krajach: Anglii, USA, Kanadzie.

W celu zażycia jednej ciepłej kąpieli należy wziąć 5-6 buteleczek wody utlenionej (po 40 ml). Czas kąpieli to 30-40 minut.

Następnie należy dolać trochę ciepłej wody i umyć się. Pamiętajcie jednak, że mydła i szampony, szczególnie z oceanu, zawierają w swym składzie zasady, i zmywając z powierzchni skóry kwaśną warstwę ochronną, czynią nas naprawdę nagimi wobec infekcji, które mogą przeniknąć przez skórę. Cykl zabiegów-5-6 kąpieli co drugi dzień można powtórzyć po upływie dwóch tygodni.

Jak zatem działają kąpiele z nadtlenkiem wodoru? Normują stolec, wypędzają glisty, regulują powłokę skórną w egzemie, łuszczycy, zapaleniach skóry i wrzodach troficznych, łagodzą ból kręgosłupa, stawów i mięśni.

Uwaga! Podczas kąpieli z nadtlenkiem wodoru możliwe jest zaobserwowanie podwyższonej temperatury ciała, pojawienie się zaróżowień na skórze, niewielkie kłopoty ze stolcem. Nie ma w tym nic niepokojącego - są to oznaki zanieczyszczenia organizmu. Im większe zanieczyszczenie, tym bardziej wyrażą się te objawy. Natomiast zdrowy człowiek po takiej kąpieli odczuje jedynie ulgę.

• **Zastosowanie w kosmetyce.** Wszystkie istniejące środki kosmetyczne - kremy, żele i balsamy - wykazują jedynie zewnętrzne działanie. A przecież zaburzenie funkcji komórki zależy od wewnętrznego stanu organizmu - od jego zanieczyszczenia. A ono z kolei zależy przede wszystkim od tego, czy komórki otrzymują odpowiednią ilość tlenu. Suchą skórę, zaskórniki, zmarszczki i wiele innych likwiduje się dobrze przy pomocy nadtlenu wodoru.

Należy przemywać twarz ciepłą wodą, dobrze ją wytrzeć i - zmoczywszy watkę w nadtlenu o stężeniu 1 -2%, a potem 2%-wymasować twarz i szyję. Po 20-30 minutach należy ponownie opłukać twarz w ciepłej wodzie.

Identyczny zabieg możecie wykonać przy cellulicie, wzmocnijcie tylko działanie nadtlenu wodoru za pomocą masażera lub aplikatora Kuzniecowa, a najlepiej Lyapko [każda inna rękawica lub gumowa gąbka do cellulitu spełni tu swą rolę]. Należy wymasować biodra, brzuch, ręce i nogi, a następnie zwilżyć powierzchnię skóry 3% nadtlenkiem wodoru.

Zastosowanie wewnętrzne

Zażywać, zaczynając od 1 kropli na 2-3 łyżki wody (30-50 ml) 3 razy dziennie, 30 minut przed posiłkiem lub 1,5-2 godziny po posiłku, codziennie zwiększając dawkę o jedną kroplę, aż do 10 kropeł dziesiątego dnia. Przerwać kurację na 2-3 dni i przyjmować już 10 kropeł, robiąc przerwę co 1 - 3 dni. Niektórzy pacjenci nie robią przerw w ogóle.

W razie konieczności dzieciom do 5 roku życia można podawać po 1 - 2 krople na łyżkę wody, od 5 do 10 roku życia-po 2-5 kropeł, od 10 do 14 lat-po 5-8 kropeł jednorazowo, również 30 minut przed posiłkiem lub 1,5-2 godziny po posiłku.

Aplikacja do nosa i do uszu

- W każdej chorobie, stanach dyskomfortu (grypa, przeziębienie, ból głowy) - szczególnie w chorobie Parkinsona, stwardnieniu rozsianym, dolegliwościach górnych dróg oddechowych (zapale nie zatok przynosowych lub czołowych), szumie w uszach i innych, należy zakrapiać nadtlenek wodoru do nosa, rozcieńczywszy 15 kropeł w łyżce stołowej wody. Całą pipetkę wkrapiać najpierw do jednej, a potem do drugiej dziurki.

Po 1 -2 dniach można zwiększyć dawkę - po 2-3 pipetki do każdej dziurki. Potem można wprowadzać do jednego centymetra sześciennego za pomocą jednogramowej strzykawki.

Kiedy po upływie 20-30 sekund z nosa zacznie wydzielać się śluz, należy udać się do łazienki, skłonić głowę na ramię, zatkać palcem tę dziurkę w nosie, która znajduje się wyżej, a przez dolną spokojnie wydmuchać wszystko, co wydostaje się z nosa.

Następnie przechylić głowę na drugie ramię i powtórzyć to samo.

Przez 10-15 minut nic nie jeść i nie pić.

- Przy krwotokach z nosa (o tym dobrze wiedzą lekarze pogotowia) nos zatyka się tamponami z 3% nadtlenkiem wodoru, a następnie szuka się przyczyny krwawienia.
- W różnych dolegliwościach uszu i w niedosłuchu należy stosować początkowo 0,3-0,5% roztwór nadtlenku wodoru (ok. 1 ml 3% H₂O₂, czyli wody utlenionej, na 1 stołową łyżkę wody). Po kilku dniach można stężenie roztworu zwiększyć do 1 -2% (zakrapiać lub umieszczać w uchu tampon z waty).

Reakcje pacjentów

Szanowny Iwanie Pawłowiczu!

Chcę podzielić się z Panem tym, co stało się ze mną w czasie, gdy zaczynałam zażywać H₂O₂.

Mam 73 lata, przeszłam zawał serca i udar mózgu. Prawa strona [ciała] praktycznie nie działała. Na skutek bólów kręgosłupa, stawów oraz w okolicy serca, z trudem poruszałam się po

pokoju. Głowę mogłam odwracać jedynie wraz z tułowiem, a to i tak nie wszystko. Zaczęłam przyjmować H₂O₂ zgodnie z Pańskim zaleceniem, zakrapiać do nosa, i nawet nacierać się nim. Po jakichś 2 tygodniach poczułam niewielką ulgę, a pod koniec miesiąca jak gdyby rozluźniła się jakaś sprężyna, po czym praktycznie zanikły bóle w okolicy serca i w stawach.

Minęło już 7 miesięcy, a ja czuję się jak 10 lat przed chorobą. Samodzielnie chodzę do sklepu, wykonuję gimnastykę, a całe lato kopałam w ogródku. Nawet chodziłam na bosaka i od czasu do czasu chłostałam się pokrzywą. Teraz wszyscy moi sąsiedzi przeszli na taki sam tryb życia i zrozumieli, że nie wkładając wysiłku w swoje zdrowie, nie osiągnie się żadnego pożytku - tym bardziej używając lekarstw, którymi nas tylko trują. Dziękuję Bogu, że jest Pan na świecie. Życzę zdrowia Panu i Pańskim współpracownikom.

T. Gordiejewa, Kirów

Komentarz. Jak widzicie, efekt pojawił się nie od razu, a ponieważ komórki chorych żyją faktycznie w środowisku beztlenowym, okres przyjmowania nadtlenu wodoru nie jest niczym ograniczony.

Mam 64 lata. Mając 50 lat przeszedłem zawał, po półtora roku pojawiło się nadciśnienie, przy czym ciśnienie podniosło się do 250/140 mm słupa rtęci. Zanim skończyłem sześćdziesiątkę, doszła arytmia z migotaniem komór, tachykardia napadowa oraz przerost prostaty, który przerodził się w guza prostaty. Od 52 roku życia mam grupę inwalidzką. Niezależnie od dużej ilości przyjmowanych lekarstw oraz leczenia w szpitalach, mój stan się pogarszał. W rezultacie miałem ciężką zadyszkę, z trudem chodziłem. W związku z napuchniętymi nogami nie byłem w stanie się schylić, poruszałem się wyłącznie z pomocą bliskich, pogarszała się pamięć, a w głowie wciąż mi szumiało. Myślałem już o tym, by zakończyć swe życie na Ziemi, by nie męczyć siebie i najbliższych oraz lekarzy, którym od samego mojego widoku robiło się niedobrze.

Na początku roku 2000 zapoznałem się z zaleceniami profesora Nieumywakina i zacząłem przyjmować nadtlenek wodoru według jego metody. Zacząłem się również gimnastykować na tyle, na ile pozwalały mi siły, przyjmowałem naprzemienne prysznice, wychodzić niezależnie od pogody. Przestałem zatem liczyć na osoby trzecie, zająłem się własnym zdrowiem - jak mawia Iwan Pawłowicz - całościowo.

W efekcie obecnie (październik 2003 r.) uważam się za praktycznie zdrowego człowieka. Ciśnienie krwi spadło do 130-140/ 85-95 mm słupa rtęci, ekstrakystole (nadkomorowe pobudzenia przedwczesne serca) oczywiście zdarzają się, ale nie zauważam ich. Swobodnie

chodzę, kręgosłup zgina się, wykonuję stanie w pozycji „świecy”, stoję na głowie, opuchlizna nóg ustąpiła.

Profesor Nieumywakin ma rację: na zdrowie trzeba sobie zapracowywać. Ja poświęcam na poranną gimnastykę i zabiegi około godziny, a w ciągu dnia 1-1,5 godziny na spacer i bieg truchtem. Pozostały czas to praca na działce. Ale przecież mimo tego, że przybyło mi lat, czuję się o wiele lepiej niż przed chorobą. Okazuje się, że wszystko jest bardzo proste, ale bez własnego wkładu pracy zdrowia nie będzie. Nie chodzę do lekarzy, a jeśli już się do nich wybiorę, to dziwią się, że jeszcze żyję, bo według ich prognoz powinienem już dawno umrzeć. Mówię im, że nie doczekają się. Zresztą niektórzy z nich sami już umarli.

I co się okazuje? Wielu, do których wcześniej się zwracałem nie mogło mi zalecić, co mam robić. Mógł to uczynić jedynie Główny Uzdrowiciel Narodowy Rosji. Jaki mam mieć teraz stosunek do oficjalnej medycyny, która porzuca pacjentów, dla których w ogóle istnieje?

Z szacunkiem i wdzięcznością za mądre i proste rady, których zastosowanie zmienia chorych w zdrowych.

I. P. Potzorow, Lipieck

Na starość uzbierało się wiele bolączek, i już wydaje się, że przywykliśmy do nich, ale ciągle uczucie osłabienia, rozbicia, zmęczenia - nawet po nieznacznym wysiłku - uczyniły życie „nie do życia”. Za radą I.P. Nieumywakina zaczęliśmy (ja i mąż) przyjmować nadtlenek wodoru. Po pierwszych dziesięciu dniach niczego nie poczułam, ale potem zaczęły dziać się cuda. Jelita zaczęły wyrzucać z siebie coś niewyobrażalnego. Jakieś błonki, czern, kamyki - i trwało to ponad tydzień. Wkrótce to samo zaczęło się u męża. Jeśli by Pan tylko wiedział, jak odżyliśmy. Można by rzec: odmłodzieliśmy o 10-15 lat. Czy to możliwe, że to wszystko przez nadtlenek wodoru?

W. I. Morozowa, Tomsk

Komentarz. Rzecz w tym, że wydzielany w organizmie podczas rozkładu nadtlenu wodoru tlen atomowy jest nie tylko mocnym, dodatkowym źródłem nasycenia tkanek tlenem, ale i utleniaczem produktów toksycznych, które blokowały pracę jelit. Niektórzy uczeni twierdzą (profesor Jelienułow), że nadtlenek wodoru uszkadza komórki nabłonka rzęskowego [epithelium rzęskowe] jelita grubego, co w konsekwencji upośledza jego pracę. Nadtlenek wodoru jest nie tylko produktem działalności komórek-zabójców [limfocytów], likwidujących wszelką patogenną mikroflorę, grzyby i wirusy. Jest jeszcze swego rodzaju uniwersalnym środkiem utrzymującym na właściwym fizjologicznie poziomie wszystkie ważne dla życia

procesy. Komórki układu immunologicznego - limfocyty i granulocyty - to nasi ratownicy, a nie niszczyiele. Oto dlaczego nadtlenuk wodoru, dotleniwszy niedotlenione substancje, wyrzucił je z organizmu, „zaprowadzając porządek” w jelitach.

Z całego serca dziękuję za zalecenie dotyczące zażywania nadtlenuk wodoru. Jestem inwalidą II grupy, mam 77 lat. 44 lata pracowałem dla nauki. W 1990 roku przebyłem rozległy zawał serca. Od tamtej chwili cierpię na bóle dławicowe. Nie mogłem przejść 5 minut od domu do Instytutu bez zatrzymywania się i zażycia nitrogliceryny, i to mimo faktu, że leczyłem się najnowocześniejszymi środkami. Rok temu stan gwałtownie się pogorszył i byłem zmuszony odejść na emeryturę. Przeczytawszy o korzystnym wpływie nadtlenuk wodoru w informatorze „ZSZ”, zacząłem przyjmować go po 30 kropli dziennie. Po kilku tygodniach stenokardia, która jak wiadomo związana jest z niedotlenieniem mięśnia sercowego, całkowicie znikła. Tlen z nadtlenuk wodoru w pełni zaspokoił potrzeby serca Stopniowo wykluczyłem przyjmowanie wszystkich leków służących rozszerzeniu naczyń. Zażywając tylko nadtlenuk wodoru, czuję się wspaniale - jakby podmieniono mi serce. Z przyjemnością prowadzę samochód, latem pracowałem na działce, kopałem grządki, sadziłem, pielęgnowałem, zbierałem plony. Obecnie bez wysiłku przechodzę dystans 5 km.

Profesor G. P. Kutuzow, Łobnia

Szanowny Iwanie Pawłowiczu!

Zwraca się do Pana emerytka, weteranka wojenna, z prośbą o rozszyfrowanie metodyki przyjmowania nadtlenuk wodoru. 16 marca 2003 roku zaczęłam przyjmować nadtlenuk, począwszy od jednej kropli, i doszłam do 30 kropel, z przerwami. Ponieważ widocznie nieuważnie przestudiowałam Pańskie zalecenia, przyjmowałam nadtlenuk dwa razy dziennie, rano i wieczorem po 30 kropel. Po zażyciu nie było żadnych zakłóceń wewnętrznych, przeciwnie, pojawiła się rześkość. I o ile wcześniej z trudem się przemieszczałam, to zaczęłam lepiej i szybciej chodzić, nie odczuwając zmęczenia. Jednak po 1,5 miesiąca takiego przyjmowania nadtlenuk zauważyłam, że zaczął mi się gwałtownie pogarszać wzrok. Ponieważ przez wiele lat rozwijała się u mnie postępująca zaćma, zwróciłam się do lekarza, który orzekł, że stosowanie nadtlenuk wodoru mogło przyspieszyć rozwój zaćmy, i że konieczna jest natychmiastowa operacja. Co mam dalej robić? Zażywać nadtlenuk czy nie?

N. Swindowa, Kazań

Komentarz. Szanowna Nadieżdo Siergiejewna!

W organizmie stopniowo nakładają się zjawiska, które dochodząc do określonej granicy, wylewają się w tę lub inną chorobę. Zaćma przecież od dawna dojrzewała, a nadtlenek wodoru swym działaniem mógł przyspieszyć procesy wymiany w oku, co być może w przyszłości posłuży rozpoczęciu rozpuszczania katarakty, czego świadkiem byłem już niejednokrotnie. Ale przede wszystkim proszę nie przekraczać zalecanej dawki jednorazowej nadtlenu wodoru - 10 kropeł na 30-50 ml wody.

Opowiem o tym, jak w ciągu sześciu lat cierpiałam na astmę oskrzelową. Szczególnie w nocy było niedobrze. Nie mogłam spać, dusiłam się. A w tym informatorze przeczytałam wywiad z profesorem I. P. Nieumywakinem. Natychmiast uwierzyłam w nadtlenek wodoru i zaczęłam przyjmować go zgodnie z zaleceniami doktora. No i stał się cud. Męcząca mnie tyle lat astma oskrzelowa rozstała się ze mną. Jakież to szczęście, gdy człowiek się nie dusi i może prowadzić normalne życie!

Walentyna K, Dimitrowgrad

Rok temu moje choroby - reumatyzm, zapalenie stawów i zwyrodnienie stawów kolanowych - doprowadziły mnie do oplotanego stanu. Miałam piekielne bóle, prawie nie mogłam chodzić. Mieszkam sama i nie miał mi kto pomagać, a jakoś trzeba było żyć. Do pracy pęzłam drobnymi kroczkami, niemal tracąc przytomność. Lekarze orzekli, że to nie ich specjalność, i praktycznie zostawili mnie samej sobie. Doszedłszy do granic wytrzymałości, poczułam się skazana na powolne umieranie w mękach. Nie spałam prawie cały miesiąc. Żyłki napuchły, nogi pokryły się ogromnymi guzami, bez przerwy męczyły mnie dreszcze nie do zniesienia.

I oto, gdy śmierć wydawała się już szczęśliwym wybawieniem, wpadł mi w ręce artykuł profesora I P. Nieumywakina o nadtlenu wodoru. Chwała Bogu, że dowiedziałam się o tym zadziwiającym lekarstwie! Od razu zaczęłam przyjmować nadtlenek wodoru. Rozpoczęła się bardzo powolna, ale ciągła poprawa. Teraz normalnie żyję i pracuję, i mam nadzieję na całkowite wyzdrowienie. By poczuć działanie nadtlenu wodoru należy, jak się okazuje, pić go przez długi czas. Efekt jest niewątpliwy. Cofają się nawet ciężkie dolegliwości, jakie miałam, ale skurcze w nogach odczuwam nadal...

Przeczytałam również artykuł o urządzeniu „Newofon” - trochę drogim, nie na moją kieszeń. I wówczas mnie olśniło: Czymże jest to urządzenie? Zwyczajny kawałek magnezu zamknięty w plastiku i zgrzany. Wzięłam śrubokręt, poszłam do kuchni i wykręciłam z szafek kuchennych magnesy. Wzięłam taśmę klejącą i przykleiłam magnes na mięsień tydki. I zawyłam! Przez 10

minut odczuwałam silny ból, który potem zelżał. Przykleiłam drugi magnes na drugą nogę i położyłam się spać. Okazało się, że oprócz tego, że zlikwidowały ból, wykazują działanie moczopędne - całą noc biegałam do toalety. Rano spojrzałam na nogi i krzyknęłam ze zdziwienia. Żadnej opuchlizny! W ciągu jednej nocy znikły wielkie guzy reumatyczne. Przez całą noc nie pojawił się ani jeden skurcz. Spróbowałam większych magnesów, ale zbyt mocno oddziałują, dlatego używajcie małych. Przy osteochondrozie, artrozach [artroza to reumatyzm stawów, inaczej osteoartretyzm] i bólach, magnesy świetnie pomagają. Mój bardzo stary ojciec ledwo chodził: miał chore stawy. Namówiłam go, by przykleił sobie magnesy. I co? Po trzech dniach zaczął sprawnie chodzić

Larysa Pietrowna Katczenko, Pietropawłowsk

Komentarz. Szanowna Laryso Pietrowna! Całkowicie przypadkowo, a raczej intuicyjnie znalazła Pani metodę, którą opracował Zasłużony Wynalazca Rosji, W. S. Patrasienko, założyciel nowej dziedziny - magnetoterapii oraz służących do niej magnetronów. Rzecz w tym, że pole magnetyczne Ziemi jest obecnie z wielu względów znacznie osłabione i nasz organizm jeszcze na to nie reaguje. A tymczasem nasze komórki odczuwają już głód energetyczny. Tak więc wynalazca Patrasienko odkrył składnik elektromagnetyczny, który swą strukturą, skalą i wektorem odpowiada polu magnetycznemu ziemi, i za pomocą swych magnesów naturalnie podnosi poziom brakującej energii w komórkach, które zaczynają prawidłowo działać. I proszę - nawet zwykłe magnetyczne zamknięcia przy drzwiczkach szafek (zresztą to również jego wynalazek) okazały się cudotwórcze. Rzecz w tym, że magnetrony wywołują efekt reologiczny (płyn zaczyna lepiej przepływać). W starszym wieku, u mało ruchliwych ludzi, w efekcie zmian krzepkości tworzą się we krwi asocjaty (grona, kiście) - sklejone składniki krwi złożone z erytrocytów, które - zwiększając swą masę - nie są już w stanie przeniknąć przez błonę komórkową, co samą komórkę doprowadza do odczuwania głodu i choroby. Magnetrony z kolei dostarczają komórce energii, i erytrocyty, rozklejając się, ponownie stają się samodzielne i zaczynają zapewniać dostarczanie substancji odżywczych oraz odprowadzanie metabolitów.

Nie pomyłę się, jeśli powiem, że każdy z nas najbardziej boi się udaru mózgu, ja również. Jakies 20-25 lat temu zaczęło się u mnie co jakiś czas pojawiać obrzmienie lewego policzka, a przy nacisku na lewy policzek odczuwałam ostry ból. Jednocześnie powstawał stan zapalny lewego ucha i lewej powieki. Zwróciłam się do lekarzy. Otolaryngolog przepisał mi wibromasaż chorego ucha, a na wzrok i w celu zlikwidowania zaczerwienienia powiek zalecono mi zwykły masaż powiek przy pomocy szklanego pręcika. Kiedy po dwóch tygodniach przekonałam się o absolutnej nieskuteczności tych zabiegów, po prostu z nich zrezygnowałam. Straciłam tylko na-

daremnie swój czas i niemal przegapiłam moment, kiedy jeszcze można było sobie pomóc. Wówczas to postawiłam sobie diagnozę - stan przedudarowy.

I co teraz robić, jak się ratować'? Zauważcie, że był to przełom lat 70. i 80. Zabroniona była joga, oddychanie metodą Butenki, Borys Bołomow znalazł się w więzieniu za swą książkę „Nieśmiertelność - to realne”. Odszukiwano dysydentów, wsadzano ich do więzień, a artykuły w „Zdrowiu” były jednakowe, nic niemówiące i stereotypowo prostackie. Prosty umysł mógł się tym udławić, a ja postanowiłam w pojedynkę stawić czoła mojej chorobie!

Pomocny okazał się mój zawód. Jestem inżynierem geologii i większość swego życia spędzałam w zdrowych warunkach. Mieszkaliśmy w namiotach bez telewizora, był za to stary radioodbiornik „Rekord”, za pomocą którego wraz z kolegami słuchaliśmy „Radio Swoboda” [Wolna Europa], Bezlitośnie zagłuszano tę stację, ale my wśród piekielnego szumu staraliśmy się rozróżnić słowa. Na tej fali o 5.00 rano zawsze podawano (i podaje się do dziś) wszelkie nowinki o zdrowiu nacji amerykańskiej. W jednej z tych audycji usłyszałam, co następuje (przytaczam niemal dosłownie):

„Udar nie zagraża tym, którzy regularnie dbają o zęby przy pomocy nadtlenu wodoru i wody pitnej. Amerykańscy uczeni, którzy w ciągu 10 lat obserwowali dwadzieścia tysięcy pacjentów, doszli do wniosku, że to znacznie mniejsza ryzyko wylewu krwi do mózgu. Przepis jest następujący: do 0,5 łyżeczki wody pitnej nakapać 5-6 kropeł nadtlenu wodoru, wymieszać i nanieść na tampon z gazy lub wacik. Następnie tamponem tym czyścić zęby i lekko masować dziąsła przez 4-5 minut. Zabieg ten należy wykonywać rano po przebudzeniu. Można również wieczorem przed snem”.

Od tej pory do dnia dzisiejszego wykonuję ten zabieg codziennie. Przecież nadtlenek wodoru jest tani, łatwy w użyciu i dostępny jako środek do przemywania otwartych ran. Jest pomocny w leczeniu całkiem poważnych chorób i pozwala opierać się całej armii szkodliwych bakterii i wirusów. Jaki jest rezultat 20 lat wiernej służby nadtlenu wodoru? Zacznę od tego, że w wieku 64 lat mam wszystkie swoje zęby, wzrok stuprocentowy, czytam najdrobniejszy druk w „ZSZ”, dykcję mam wyraźną, pamięć bez zakłóceń, smak, węch i apetyt najwyższej klasy. Nie zostało nawet wspomnienie po chorobie ucha. Jestem bezgranicznie wdzięczna za przypadkowo usłyszaną informację. Zresztą teraz już nasi uczeni twierdzą, że jeśli nasze białe ciałka krwi nie produkowałyby nadtlenu wodoru (który wytwarzają z tlenu atmosferycznego i wody), to Ziemia dawno już należała by wyłącznie do bakterii, wirusów, grzybów, pasożytów i innego świństwa.

Oczywiście, jeśli wraz z zastosowaniem tej recepty wykorzystania nadtlenu wodoru, prowadzić rozsądny tryb życia (a ja to wiem, bo zawód geologa uczy ascetycznego stylu życia), wymagający ciągłego treningu organizmu, to problemy zdrowotne gdzieś znikną.

Mam 64 lata. W ciągu 40 lat bez przerwy miałam wysoki opad erytrocytów (OB 35-40 ml/h) [prawidłowy to 1-2/h]. Zasięgałam porady wszelkich lekarzy, próbowałam znaleźć przyczynę i wszystko na próżno. Doszłam do wniosku, że w czasie porodu zarażono mnie streptokokiem, który znajduje się we krwi. Lekarze nie wiedzieli, jak się go pozbyć. Przeczytawszy artykuły profesora I.P. Nieumywakina o nadtlenu wodoru, natychmiast w niego uwierzyłam i zdecydowałam się działać. Wykonałam oczyszczenie jelit i zaczęłam pić H₂O₂ według recepty. Po 10 dniach zrobiłam analizę krwi i nie uwierzyłam własnym uszom, gdy lekarz powiedział, że wszystkie wyniki są idealne. Nawet EKG było w normie, chociaż wcześniej pokazywało zakłócenia przewodzenia. Radość moja, rzecz jasna, nie miała granic. Cierpiałam 40 lat i w czasie 10 dni stałam się zdrową inwalidką II grupy: astma oskrzelowa, stenokardia (wszystkie dolegliwości można by długo, długo wyliczać). Po wywiadzie z Nieumywakmem z dnia 26 marca, zaczęliśmy przyjmować bez konsultacji z lekarzami nadtlenek wodoru 2 razy dziennie po 10 kropeł, plus dwie drażetki witaminy C. Zdecydowaliśmy, że nie mamy nic do stracenia. A nuż pomoże? I początek już jest! Mąż zaczął mówić, nie wypada mu już z lewej strony ust pożywienie, pojawiło się uczucie łaknienia i sytości, zaczął odróżniać smaki, poprawił się kolor skóry, zaczął zapamiętywać przystanki autobusowe. U mnie też widać postępy, choć nie takie jak u męża.

T. Wierbito, Krasnojarsk

Mąż ma gruczolaka stercza. Przeszedł wszelkie operacje. Niezależnie od tego pogorszyło się oddawanie moczu i stan jelit. Po lekturze „ZSZ” zaczął przyjmować nadtlenek wodoru. Skutek: wartość znacznika PSA [ang. Prostatę Specific Antigen, antygen gruczotny krokowy] obniżyła się z 6,6 do 2,0, co stanowi normę. Unormowała się czynność pęcherza moczowego. Nocą rzadko wstaje, a wcześniej zdarzało się to 3-5 razy. Jelita zaczęły normalnie pracować.

L. Gnnberg, Saratów

Od 35 roku życia cierpię na nadciśnienie, arytmie, zapalenie żył z towarzyszącym obrzękiem nóg. Po punkcji szpiku kostnego w ciągu 20 lat męczyło mnie zapalenie korzonków. Leczyli mnie, ale i tak chodziłam zgięta jak paragraf. Zaczęłam pić nadtlenek wodoru. Po pierwszym cyklu dziesięciodniowym niczego szczególnego nie zauważyłam. Za to po kolejnych dziesięciu dniach zaczęły działać się cuda.

Znikła arytmia, ciśnienie krwi, które nie spadało poniżej 160/100 wyniosło 120/90. Obrzęki nóg z objawami zapalenia żył znikły również. Lecz - co zadziwiające - wyprostowały się plecy i zaczęły czernieć włosy.

Galina Konstantynowna, 65 lat, Moskwa

Dzień dobry, Szanowny Iwanie Pawłowiczu! Otrzymałam Pańską książkę, napisaną wraz z Ludmiłą Stiepanowną [chodzi o książkę „Endoekologia zdrowia”] - to skarbnica mądrości i prostych zaleceń, których nie spotkałam w żadnej innej pozycji traktującej o medycynie ludowej. Już osiem miesięcy stosuję się do wszystkich rad i piję nadtlenek wodoru, jak również aplikuję go do nosa. Wielkie Wam za to dzięki! Zapomniałam, co to takiego „ból głowy” (a lekarze bez żadnego wyjaśnienia postawili diagnozę „napięciowy ból głowy”) i praktycznie zapomniałam o bólach stawów.

Zaprzęta mnie tylko jedna kwestia: Czy można przyjmować nadtlenek wodoru w czasie ciąży? Mam 32 lata i nie tracę nadziei na urodzenie jeszcze jednego dziecka.

J. Zurawliowa, Wołgograd

Komentarz. Szanowna Julio! Jak napisano w książce, przyjmowaniu nadtlenu wodoru w zalecanych dawkach nie ma przeciwwskazań. Tym bardziej dotyczy to ciąży, kiedy to dziecku potrzebne jest czyste środowisko, bez patogennej mikroflory, co możliwe jest jedynie dzięki nadtlenu wodoru.

Jak wiadomo, informator „ZSŻ” cieszy się dużą popularnością w USA, rzecz jasna wśród osób rosyjskojęzycznych. Co więcej, niektórzy amerykańscy fani nierzadko piszą do Rosji listy. Najaktywniejszy z nich to człowiek, który przeszedł wylew i ukrywa się pod pseudonimem ENGE. Przywołuję fragment z jego materiałów z rubryki „Życie po wylewie”, konkretnie „Pomaga mi nadtlenek wodoru”.

Zaznajomiwszy się z materiałami I. P. Nieumywakina o nadtlenu wodoru, zdecydowałam się napisać do Was. Pojawił się u mnie interesujący materiał, potwierdzający teorię i praktykę profesora.

Mnie osobiście 3% roztwór nadtlenu wodoru pomaga. Podam tylko jeden przykład. Po przebytych wylewie pojawiło się u mnie wiele nieprzyjemnych, tak zwanych efektów ubocznych, które były skutkiem ordynowanych przez lekarzy medykamentów. Komplikowało to i tak skomplikowaną już sytuację.

Z pomocą nadtlenu wodoru udało mi się uwolnić konkretnie od brodawek, które pojawiły się w bardzo niewygodnym miejscu - w kroczu. Lekarze, do których się zwracałem, zaproponowali ich usunięcie operacyjne. Jednak przewidując powikłania, mogące mieć miejsce w moim opłakanym stanie, zdecydowałem uciec się do nadtlenu wodoru.

Przed snem żona pomagała mi nałożyć tampony, wykonane z papierowych serwetek, namoczonych w 3% roztworze nadtlenu wodoru [czyli w nierozcieńczonej wodzie utlenionej] bezpośrednio na zaatakowane miejsca. Pozostawiała je tam do rana. Powtarzałem te zabiegi przez 3 tygodnie. Jakież było moje zdziwienie, kiedy pewnego poranka odkryłem, że wszystkie brodawki znikły. Wcześniej usuwano mi je kilkakrotnie za pomocą przypalania jakimiś urządzeniami, ale pojawiały się znowu w tych samych miejscach.

Co zaś tyczy stosunku działaczy medycyny oficjalnej do nadtlenu wodoru, to w większości jest to stosunek negatywny. I nie ma się co dziwić - sprzedaż drogich lekarstw jest o wiele bardziej zyskowna, niż sprzedaż nadtlenu wodoru. Poza tym nie zaprzestaje się prób produkowania i sprzedaży lekarstw, za których podstawę służy właśnie nadtlenek wodoru z wszelkimi możliwymi niedziałającymi dodatkami, ale już w cenie wielokrotnie przewyższającej wartość owej podstawy. I, wyobraźcie sobie, że ludzie kupują te śliczne buteleczki i pojemniczki, albowiem cieszą się one popularnością napędzoną za pomocą reklamy (to samo ma miejsce i w Rosji).

Należy zauważyć, że we wszystkich tych produktach zawartość tlenu jest o wiele mniejsza niż w zwyczajnym nadtlenu wodoru (wodzie utlenionej).

Do tego zawartość tlenu to ważny aspekt. Iwan Pietrowicz Pawłow powiedział swego czasu, że życie to ciągła walka z niedotlenieniem. Znane porzekadło uznanego na całym świecie uczonego dotyczy wszystkiego, co żyje na naszej planecie.

Wiadomo, że nadtlenek może działać jak katalizator w plazmie i białych krwinkach. Ma zdolność do przenikania przez, błonę komórkową erytrocytów, zapewniając im dodatkową ilość tlenu.

Zresztą komórki naszego ciała, które walczą z infekcjami, nazywamy granulocytami. Produkują one nadtlenek wodoru i są jakby pierwszą linią obrony przed bakteriami i wirusami

Obecność cząsteczek nadtlenu wodoru w organizmie człowieka odgrywa ogromną rolę. Uczestniczą one w wielu procesach zachodzących w naszym ciele. Nie zamierzając rozwijać tu wykładu z mikrobiologii, chcę tylko nadmienić, że proteiny, karbohydraty, witaminy i minerały, by uczestniczyć w pełnieniu ważnych funkcji życiowych, nieodzownie wymagają obecności nadtlenu wodoru. Nieprzypadkowo w naukowej literaturze medycznej opublikowano ponad sześć tysięcy badań naukowych nad zastosowaniem nadtlenu wodoru, powtarzam - prostego, taniego i w znacznym stopniu wszechstronnego środka. Jednak oficjalna medycyna woli ten fakt

przemilczać. Na całego za to reklamuje się szalenie drogie preparaty, których efekt nie został do końca zbadany, a konsekwencje ich zażywania są niejasne.

Zatem życzę Wam zdrowia. Nie przyjmujcie lekarstw, nie mając o nich dokładnej informacji.

Nadtlenek wodoru to wielkie źródło tlenu atomowego, i do tego uczestniczy on w procesie niszczenia przez komórki krwi szkodliwych bakterii. Właśnie dlatego wciąż płuczę usta mieszanką nadtlenku wodoru, i szczerze mówiąc czuję, że mój stan ogólny się poprawił. Oprócz tego, jak już pisałem, udało mi się z pomocą właśnie nadtlenku pozbyć brodawek, które przeszkadzały mi w poruszaniu się, dzięki czemu życie znów się do mnie uśmiechnęło. Teraz jestem w stanie sam robić to, czego nie mogłem wcześniej. Wielkie dzięki redakcji i profesorowi Iwanowi Pawłowiczowi Nieumywakiniowi. Popchnęliście mnie do skorzystania w procesie leczenia z nadtlenku wodoru i efekt okazał się na szczęście pozytywny.

Unikalność nadtlenku wodoru polega jeszcze na tym, że można go stosować wraz z inną terapią. Trzeba tylko wiedzieć, że zażywać nadtlenek wodoru należy zawsze osobno, na pusty żołądek, i nigdy nie łączyć go z innymi preparatami...

ENGE, Kalifornia

Niektórzy pacjenci w swych listach przytaczają dane o uczuciu dyskomfortu po przyjęciu wewnętrznym nadtlenku wodoru. Chodzi o uczucie ciężaru w żołądku i pulsujący ból. Wywołuje to niepokój, czy nie powstaje owrzodzenie lub rak spowodowany zniszczeniem błony śluzowej żołądka.

Rzeczywiście, nadtlenek wodoru wchodzi w żołądku w reakcję z kwasami tłuszczowymi, tworząc wolne rodniki, co stanowi zasadniczy czynnik chorobotwórczy. Lecz jak już wiecie, w organizmie tworzy się wiele enzymów, w tym katalaza, która rozkłada nadtlenek wodoru na wodę i tlen atomowy. Lecz w żołądku - w zależności od jego kondycji - enzymów tych jest niewiele, albo nie ma ich wcale.

Jednak jak pisze w swej książce W. Douglas: W odpowiedzi na tezę japońskich badaczy, negatywnie wyrażających się na temat wewnętrznego zastosowania nadtlenku wodoru, Departament Żywności i Lekarstw w USA oświadczył w 1981 roku, co następuje:

„Po analizie całości materiałów dotyczących nadtlenku wodoru uważamy, że są one niewystarczające do tego, by zaliczyć nadtlenek wodoru do środków kancerogennych [rakotwórczych], wywołujących złośliwy nowotwór dwunastnicy”.

Z własnego doświadczenia i danych W. Douglasa wnoszę, że dawka dobową nie przekraczająca 30 kropeł, a jednorazową 10 kropeł, jest dawką bezpieczną. Natomiast w razie wystąpienia jakichkolwiek reakcji, należy na jakiś czas zmniejszyć dawkę. I bardzo ważna rzecz:

przyjmowanie nadtlenu wodoru powinno odbywać się zawsze na pusty żołądek, co oznacza 30-40 minut przed jedzeniem i 1,5-2 godzin po posiłku.

Dożylne zastosowanie nadtlenu wodoru

Należy zwrócić Waszą uwagę na to, że najbardziej wrażliwy na niedotlenienie są mózg, serce i siatkówka oka. I tutaj na pierwszy plan wychodzi dożylne zastosowanie nadtlenu wodoru. To nie tylko zapewnienie tlenu wskazanym narządom oraz oczyszczenie naczyń, w tym również tętnicy kręgosłupowej, ale również przywrócenie wielu funkcji mózgu i nerwu wzrokowego w jego zaniku, którego jak wiadomo nie leczy się, a człowiek ślepie.

W związku z tym, że praktycznie we wszystkich chorobach organizm żyje w stanie niedotlenienia, pierwsze wprowadzenie dożylne 60 kropli na minutę przeprowadza się w stosunku 2 ml 3% nadtlenu wodoru na 200 ml soli fizjologicznej (0,03%). Jest to swego rodzaju dawka uwrażliwiająca. Następne zabiegi wykonuje się po 5,8 i 10 ml 3% nadtlenu wodoru na 200 ml soli fizjologicznej (0,15-0,20%).

Powtarzając cykl, również należy zaczynać od małych dawek i małego stężenia, a w ciężkich przypadkach chorobowych doprowadzić nawet do 15 ml 3% H_2O_2 na 200 ml soli fizjologicznej.

Ilość iniekcji wykonywanych codziennie zależy od charakteru choroby. W szeregu przypadków już po 3-5 zabiegu występuje znaczna poprawa, ale zasadniczo koniecznych jest 10-12 zabiegów, a nieraz 15-20.

Ponieważ organizm jeszcze nie przechodzi w tryb samodzielnego uzyskiwania H_2O_2 - w tym celu konieczna jest przebudowa całego życia: zmiana nawyków żywieniowych, aktywności fizycznej, oczyszczenie organizmu itd.-to następnie trzeba wprowadzać H_2O_2 co 1 - 2 dni przez tydzień, a potem co 3 - 7 dni, aż do osiągnięcia widocznej poprawy.

W swej praktyce korzystaliśmy z 3% nadtlenu wodoru, przygotowywanego w aptekach do praktyki akuszerskiej, na którym podaje się datę przydatności 15 dni. Ten nadtlenek zawiera mniej ołowiu.

Jednak wielu szuka takiego nadtlenu wodoru i nie znajduje go w aptekach, bo przygotowuje się go tylko dla porodówek. Dlatego korzystajcie z nadtlenu wodoru dostępnego w zwykłych aptekach, nawet jeśli nie podaje się zawartości procentowej, ponieważ sprzedawany jest zawsze w stężeniu 3%.

Zastosowanie dożylne H_2O_2 zazwyczaj wiąże się z użyciem jednorazowego zestawu do płynów perfuzyjnych [perfuzja, łac. Perfusio - oblewanie, wlewanie: 1) długotrwałe (ciągłe lub regularne) pompowanie płynu, na przykład krwi, w celach leczniczych do naczyń krwionośnych

narządu, części ciała lub całego organizmu, co wiąże się z określonymi warunkami; 2) przepuszczanie roztworu przez narząd odizolowany od reszty układu krwionośnego, narządu lub części ciała; stosowana podczas transplantacji] podczas wykonywania zabiegu w warunkach ambulatoryjnych lub domowych pacjent musi leżeć, a wlew H_2O_2 odbywa się za pomocą kroplówki.

Podczas prac w kosmonautyce wymagano od nas takich metod i środków, które byłyby proste w zastosowaniu, pewne, skuteczne i wykonalne w każdych warunkach. W tym wypadku postąpiliśmy identycznie: H_2O_2 wprowadzamy za pomocą 20-gramowej strzykawki. A robi się to tak: bierze się 20-gramową strzykawkę, zasysa się 0,3-0,4 ml 3% H_2O_2 na 20 ml soli fizjologicznej, co daje roztwór 0,06%. Gotową mieszanekę wstrzykuje się do żyły powoli, z początku 5, potem 10, 15 i 20 ml, w czasie nie mniejszym niż 2-3 minuty. Służy to swego rodzaju przyzwyczajeniu organizmu do dużych dawek tlenu atomowego. Następnie 1 ml 3% nadtlenu wodoru, co daje 0,15%. Potem dawkę tę można zwiększyć do 1,2-1,5 ml na 20 ml soli fizjologicznej. W ten sposób znacznie upraszcza się wykonanie zabiegu, szczególnie w sytuacji udzielania szybkiej pomocy w dowolnych warunkach.

Oto jeden z wielu listów, opowiadający o doświadczeniu czytelnika w dożylnym stosowaniu nadtlenu wodoru.

Z korespondencji

Przeczytałam w „ZSZ” artykuł o nadtlenu wodoru i chcę podzielić się swym doświadczeniem.

Mój mąż ciężko chorował na guza mózgu. Męczyły go straszne bóle, środki przeciwbólowe nie pomagały. Jako ostatnią deskę ratunku zaproponowałam mu leczenie nadtlaniem wodoru. Zgodził się i powiedział: „Czy to nie wszystko jedno, od czego umrę”? A nuż pomoże"... Nie ukrywam, że bałam się, bo my lekarze przyzwyczailiśmy się stosować nadtlenek do innych celów.

Zaczęłam wstrzykiwać mu nadtlenek dożylnie - 0,6 ml na 10 cm³ wody destylowanej. Kiedy krew dostała się do strzykawki, cała jej objętość wypełniła się bąbelkami koloru różowego, lecz ja powolutku kontynuowałam wprowadzanie zawartości do żyły. Wstrząśnięta czekałam, przygotowana na to, że oto mąż umrze mi zaraz na rękach, a ja obciążę duszę grzechem. Z ulgą i zdziwieniem zauważyłam, że u męża powoli przechodził ból głowy i poprawiał się jego stan.

Tatiana Leonidowna

Choruję na stwardnienie rozsiane. Dzięki dożylnemu wprowadzaniu nadtlenu wodoru według zaleceń profesora I. P. Nieumywakina, byłam w stanie bez problemu przejechać 4000 km jako pasażer

Komentarz. Kilka linijek, a ile męki zlikwidował nadtlenek wodoru u chorych, którzy nie byli już potrzebni oficjalnej medycynie.

Podsumowując dane na temat „podziemnego” zastosowania nadtlenu wodoru przez lekarzy w klinikach i w warunkach domowych, własne obserwacje i setki listów do „ZSŻ” (a są to tysiące chorych na często zaniedbane, przewlekłe choroby, którym oficjalna medycyna nie chce już pomagać), cisną się na usta następujące słowa: Ostrożność lekarzy podczas pierwszych doświadczeń z dożylnym wprowadzaniem nadtlenu wodoru jest zrozumiała - „Wszystko jasne, ale co z pęcherzykami? A jeśli wywołają one embolię (zaczopowanie naczyń)?”.

Lecz ten strach szybko mijał i zastępowała go właściwa nowatorom ciekawość, co się stanie w tym lub innym wypadku. Tym bardziej, że pacjenci sami naciskali twierdząc, że nie mają nic do stracenia i są gotowi na wszystko, byle nie żyć tak jak dotychczas, że to ich ostatnia nadzieja.

Przykładowo według takiego schematu odbywało się stosowanie nadtlenu w najróżniejszych przypadkach chorobowych. Z każdym kolejnym przypadkiem nie stanowiło problemu dla lekarzy użycie nadtlenu wodoru w różnych skojarzeniach - zarówno wewnątrz, jak i dożylnie, miejscowo, oczywiście z lewatywami i z napromieniowywaniem ultrafioletowym krwi, znacznie poprawiającym skuteczność leczenia.

Jeśli podnosi się temperatura, to po 2-3 zabiegach wprowadzenia niewielkiego stężenia i małej ilości nadtlenu wodoru dożylnie - normuje się. Wyjaśnienie takiej reakcji jest proste. Po pierwsze - w wyniku ciągłego przebywania w stanie niedotlenienia tkanek, komórki gwałtownie reagują na możliwość likwidacji deficytu tlenu (podobnie jak w czasie pobytu mieszcucha w lesie po zadymionym miejskim powietrzu).

Po drugie - działanie tlenu atomowego na różnego rodzaju mikroflorę patogenną wywołuje jej niszczenie i wydzielanie przy tym toksycznych substancji, co związane jest z podniesieniem się temperatury ciała (reakcja Herxheimera).

Środki ostrożności podczas dożylnego wprowadzania H₂O₂

- Przy iniekcji dożylniej nadtlenu wodoru nie wolno go mieszać lub wprowadzać razem z innymi środkami farmakologicznymi, ponieważ wówczas odbywa się ich utlenianie i neutralizacja efektu leczniczego.
- Podczas szybkiego wprowadzenia nadtlenu wodoru możliwe jest powstanie dużej ilości pęcherzyków tlenu. Chociaż nie stanowią one większego niebezpieczeństwa, to w miejscu

wprowadzenia nadtlenu wodoru lub wzdłuż naczynia krwionośnego może pojawić się uczucie bólu. Należy wówczas zmniejszyć ilość wprowadzanego nadtlenu wodoru z 50-60 kropeł na minutę do 30 kropeł lub przerwać zabieg. Podczas pierwszego wstrzykiwania za pomocą strzykawki, wprowadzać wolniej lub przerwać zabieg.

- Nadtlenu wodoru nie wolno wprowadzać dożylnie w stanie zapalnym naczynia krwionośnego.
- Niekiedy obserwuje się zaczerwienienie i ból w miejscu wprowadzenia nadtlenu wodoru, co likwiduje się za pomocą chłodnego kompresu.
- Podczas leczenia nadtlaniem wodoru wykluczone jest spożycie alkoholu i palenie tytoniu.

Jeszcze raz powtarzam, że podczas wprowadzania nadtlenu wodoru możliwa jest nieprzewidziana reakcja organizmu - podniesienie się temperatury do 40°C, co związane jest z szybkim niszczeniem wszelkiej patogennej mikroflory przez tlen atomowy, co skutkuje intoksykacją.

Właśnie dlatego zabieg ten powinien być wykonywany przez lekarza, któremu nieobce jest działanie nadtlenu wodoru w organizmie. Zazwyczaj po 1 -3 iniekcji ta reakcja nie występuje, a po takim chwilowym pogorszeniu stanu następuje wyzdrowienie. Po przeprowadzeniu wlewów dożylnych nadtlenu wodoru, nieodzowny jest 1 -2 godzinny odpoczynek, powstrzymanie się od gwałtownych ruchów i wypicie herbaty z miodem.

Należy także brać pod uwagę, że przy dożylnym podaniu nadtlenu wodoru za pomocą strzykawki po kilku zabiegach żyła może jakby zgrubieć w reakcji na nadtlenek wodoru. Dlatego po pierwszych kilku zabiegach z użyciem strzykawki należy przejść na zestaw do transfuzji (60 kropli na minutę), co daje wyraźniejszy efekt leczniczy, lub też zastosować metodę rektalną.

Metoda rektalnego wlewu nadtlenu wodoru (lewatywy)

Ponieważ kroplowe dożylne podanie nadtlenu wodoru jest ignorowane przez oficjalną medycynę, nie mówiąc już o wprowadzaniu przy pomocy strzykawki, propagatorzy tej metody znaleźli jeszcze jedną drogę wprowadzania nadtlenu wodoru - przy pomocy lewatywy. Co prawda nigdzie tego nie publikowałem, ale stosuję tę metodę w swej praktyce już ponad 10 lat.

W czasopiśmie „Zdrowy Styl Życia” (nr 8 z 2005 roku) rektalna metoda wprowadzania nadtlenu wodoru jest dokładnie opisana przez E. Pozdziejewą, uczennicę profesora A. T. Ogułowa, zadziwiającego mistrza ludowego, z którym życie zetknęło mnie ponad 15 lat temu na drodze odradzania się tradycyjnej medycyny ludowej. W tym wywiadzie jednak nie podano

dawkowania nadtlenu. Metoda ta posiada szereg zalet. Można ją np. stosować samodzielnie bez pomocy specjalistów, ponieważ jest bardzo prosta.

Zestaw do rektalnej aplikacji nadtlenu wodoru.

W aptece kupuje się jednorazowy zestaw do transfuzji. Iglę na końcówce wyrzuca się, igłę na przeciwnym końcu zestawu-zostawia. Z jej pomocą podłącza się do zestawu butlę z solą fizjologiczną (również do kupienia w aptece).

Przygotowanie roztworu.

Na 200 ml soli fizjologicznej wziąć 5 ml 3% nadtlenu wodoru. Następnie (jeśli nie występują nieprzyjemne odczucia) można zwiększyć ilość nadtlenu do 10 ml, czyli wprowadzany roztwór będzie oscylował wokół wartości od 0,07 do 0,15%.

Nieodzowne warunki.

Przed rozpoczęciem zabiegu należy koniecznie oczyścić jelita. Dość łatwym sposobem jest wypicie przed snem duszkiem 80 ml dobrego koniaku z 80 ml oleju rycynowego. Dla lepszego smaku można dodać kefiru. Sposób ten sprzyja również pozbyciu się glist. Dzieciom poniżej 5 roku życia radzę podać 20 ml koniaku i tyle samo rycyny, poniżej 10. roku życia - 40 ml, a poniżej 15. roku życia - 60 ml, z dodatkiem 100 ml kefiru.

Oczyściwszy w ten sposób jelita, powtarzając procedurę przez kolejnych pięć dni, można przystąpić do lewatyw z nadtleniem wodoru. Przed każdą lewatywą z nadtleniem wodoru należy wykonać zwykłą lewatywę przeczyszczającą: 2 l przegotowanej wody o temperaturze pokojowej z dodatkiem soku z połowy cytryny i łyżki stołowej octu jabłkowego. W przypadku dzieci należy użyć odpowiednio 2 razy mniej wszystkich składników.

Wlewanie roztworu. Przesmarować końcówkę wazeliną i głęboko wprowadzić do jelita prostego. Położyć się wygodnie na boku. Następnie za pomocą plastikowego zaworu regulujemy tempo podawania roztworu z szybkością 60 kropeł na minutę. Przed wprowadzeniem roztwór podgrzewamy do temperatury 36-37°C. Dzieciom wlewa się mniejszą ilość: do 8. roku życia- 100 ml, do 15.-200 ml. Lewatywy robić co drugi dzień, 9-12 zabiegów. Po upływie 2-3 miesięcy powtórzyć. W przebiegu wrzodów żołądka, zabieg wykonywać z mniejszą objętością: dorośli - 100-150 ml, dzieci-50-75 ml.

Uwaga! Po 3-4 zabiegach możliwe jest nieznaczne podwyższenie temperatury, osłabienie, wymioty. Jest to związane z uśmierceniem wielu pasożytów, przez co wzrasta ogólna intoksykacja organizmu. Nie ma w tym nic dziwnego. Powinniście po prostu pić przez jakiś czas więcej lekko osolonej wody, soku z jabłek, różnych sorbentów [pochłaniaczy toksyn].

Powyższa metoda okazuje się bardzo skuteczna w szeregu wypadków - na przykład w leczeniu dysbakteriozy, kandydozy, infekcji wirusowych, ureoplazmozy [choroba wywoływana przez wewnątrzkomórkowego pasożyta *Ureaplasma urealyticum*], zachorowań dróg moczowo-płciowych (dotykających zarówno mężczyzn jak i kobiety), arteriosklerozy, zapalenia gruczołu krokowego, gruczolaka stercza, zapalenia przydatków, dolegliwości płucnych, torbieli, polipów, mięśniaków, choroby nerek, wątroby, trzustki, dolegliwości układu nerwowego, w tym stwardnienia rozsianego i choroby Parkinsona, których źródła należy upatrywać przede wszystkim w niewłaściwie działającym układzie trawienno-jelitowym, a szczególnie w pojawieniu się zapań, co stanowi pierwotną przyczynę powstania tych chorób.

Nie zaszkodzi przypomnieć, że przeprowadzenie tego zabiegu służyć będzie jako dobry proces przygotowawczo-normalizujący funkcje reprodukcyjne (przygotowanie do ciąży), przywrócenie prawidłowego działania wszystkich narządów okolicy miednicy i krążenia krwi oraz limfy.

Chociaż doktor E. Chozdiejewa uważa, że obecność procesów rakowych stanowi przeciwwskazanie dla zastosowania tej metody, to praktyka dowodzi, iż tlen jest groźną bronią niszczącą komórki nowotworowe. Przecież komórki raka powstają w środowisku beztlenowym oraz w zaśmieconym, brudnym organizmie. Jeśli więc organizm - począwszy od układu pokarmowego-jest czysty wewnątrz, to w konsekwencji komórki w wystarczającym stopniu nasycają się tlenem, a komórki nowotworowe w zasadzie nie są w stanie się aktywować. Nawet w zaniedbanych chorobach onkologicznych zalecam tę metodę, lecz używam mikrolewatyw o objętości 120-130 ml z dodatkiem 1 -2 łyżeczek nadtlenu wodoru.

Teraz więc, w odróżnieniu od lekarzy, jesteście już uświadomieni na tyle, by zrozumieć, że nadtlenek wodoru to niezbędna organizmowi substancja organiczna, która wytwarzana jest przez sam organizm, i nic złego nie należy oczekiwać po wprowadzeniu jej dodatkowej ilości. Należy jedynie przestrzegać środków ostrożności podczas dawkowania. Według niektórych doniesień w USA, w celu poprawienia smaku niektórych soków z porzeczek i z borówki, dodaje się do nich roztwór nadtlenu wodoru w stężeniu 0,1%.

Nie zapominajcie, że sam nadtlenek wodoru jest świetnym środkiem dezynfekującym. Jedna łyżeczka wody utlenionej (3% H_2O_2) na 1 l wody czyni wodę całkowicie sterylną.

Warunki przechowywania i użycia nadtlenu wodoru

Najlepiej przechowywać nadtlenek wodoru w ciemnym naczyniu. Praktyczne doświadczenie pracy z nadtlentem wodoru dowodzi jednak, że wrze on w temperaturze 67°C, przy czym jego

właściwości zostają zachowane. Co za tym idzie, nadtlenek wodoru nie traci swych właściwości nawet w jasnym naczyniu (co można zresztą zaobserwować już w aptekach). Musi być to jednak naczynie hermetycznie zamknięte i postawione w ciemnym miejscu, ponieważ w kontakcie z powietrzem nadtlenek wodoru szybko ulega rozkładowi.

Jeśli zachowane są wszystkie wymagania dotyczące przechowywania, nadtlenek wodoru może być przydatny do użycia przez okres do 2 lat. Potrzebną ilość nadtlenu wodoru należy pobierać w następujący sposób: wziąć 1 lub 2 gramową strzykawkę, odkręcić zewnętrzną zakrętkę buteleczki z nadtlaniem wodoru, i nie otwierając wewnętrznej, przekłuć ją igłą i napełnić strzykawkę nadtlaniem w pożądanym stopniu. W ten sposób zachowacie jego stężenie.

Wskazania do zastosowania nadtlenu wodoru

W. Douglas w swej książce „Uzdrowiające właściwości nadtlenu wodoru” przytacza materiały świadczące o tym, że wśród istniejących obecnie zachorowań praktycznie nie występują takie, w przebiegu których nie można by zastosować nadtlenu wodoru.

Ze swej strony jeszcze raz podkreślę, że nadtlenek wodoru jest nieodzownym mechanizmem regulacyjnym w zakłóceniach procesów wymiany w organizmie - niezależnie od ich natury. Niech to będzie zakłócenie w układzie sercowo-naczyniowym, oddechowym, nerwowym, endokrynologicznym [wewnątrzwydzielniczym, hormonalnym] lub jakimś innym. Różnica polega jedynie na schemacie, według którego odbywa się leczenie. W początkowych stadiach zachorowania wystarczy 3-5 zabiegów dożylnego wlewania H_2O_2 , by osiągnąć efekt leczniczy, a w przewlekłych - od 10 do 20 zabiegów ze stopniowym zwiększaniem czasu pomiędzy nimi: co drugi dzień (przez 2-3 tygodnie), raz w tygodniu (2-3 razy).

Ponieważ nadtlenek wodoru zabija wszelką patogenną mikroflorę, używa się go w dowolnej infekcji wirusowej, chorobach grzybiczych, infekcjach ropnych, dysbakteriozie jelit oraz tak groźnej chorobie, jaką jest kandydoza.

Nadtlenek wodoru wykazuje szczególną aktywność we wszelkich nieprawidłowościach układu sercowo-naczyniowego, takich jak: dolegliwości naczyń w mózgu, naczyń obwodowych (cerebrastenia, czyli osłabienie naczyń obwodowych w mózgu, stwardnienie rozsiane, choroba Parkinsona, choroba Alzheimera), w objawach patologicznych obserwowanych w okolicy serca (stenokardia, choroba niedokrwienna mięśnia sercowego, zawał - również w najostrejszej fazie), w żylakach, zatorach, w udarze lub wylewie krwi do mózgu, oraz w postępującej martwicy naczyń krwionośnych.

Dość dobre rezultaty przynosi stosowanie nadtlenu wodoru w przebiegu cukrzycy nieinsulinozależnej [typu II] i wykazuje pozytywną dynamikę w cukrzycy insulinozależnej [typu I].

Rzecz jasna często zadaje mi się pytanie, czy rzeczywiście nadtlenek wodoru może wyleczyć raka.

Leczenie chorych na raka to skomplikowany proces, który zależy od stopnia rozwoju nowotworu i jego lokalizacji. Zastosowanie przez oficjalną medycynę chemioterapii i radioterapii było spowodowane przeświadczeniem, jakoby komórka rakowa była wrażliwsza od zdrowej na tego rodzaju oddziaływanie, i że zahamuje to jej wzrost. Dowodzą również, że komórka rakowa rozmnaża się znacznie szybciej niż zdrowa. Jednak ostatnie badania dowiodły, że komórka rakowa dzieli się wolniej od zdrowej. Przecież zdrowe komórki dzielą się z szybkością ich zużywania – tyle, ile ich obumiera, tyle również powstaje. Natomiast komórka rakowa po prostu nie podlega w tej kwestii kontroli, i nowa komórka powstaje (w swoim tempie) odrobinę szybciej niż obumiera stara. Właśnie dlatego powstaje guz nowotworowy, tym bardziej, że po naświetlaniu gwałtownie wzrasta w organizmie ilość wolnych rodników, co samo w sobie sprzyja powstawaniu nowotworu (M. Emanuel).

Kryzys medycyny w podejściu do leczenia chorych na nowotwory leży - podobnie jak i w innych jej dziedzinach - w likwidowaniu symptomów drogą chirurgiczną, chemiczną lub radioterapeutyczną, zamiast poszukiwania przyczyn ich powstania. Jak pokazuje praktyka, jest to w większości przypadków daremne.

Wewnętrzne zastosowanie nadtlenu wodoru i podawanie dożylnie nie stanowi metody leczenia raka. Jednak rak powstaje tylko w środowisku beztlenowym, a nadtlenek wodoru likwiduje właśnie to zjawisko. Dlatego może być najefektywniejszym wspomoczeniem leczenia w przebiegu chorób onkologicznych - jeszcze lepiej w połączeniu z metodami medycyny oficjalnej, lecz niestosowanych w tak zabójczych dla komórek dawkach.

Interwencja chirurgiczna przynosi efekt tylko w początkowej fazie pojawienia się nowotworu, choć i tak ostatnimi czasy praktycy zaczęli zauważać, że otwiera ona dostęp tlenu, który uruchamia tworzenie się wolnych rodników, co swoją drogą sprzyja powstawaniu przerzutów.

Należy mieć na uwadze, że o ile zastosowanie nadtlenu wodoru w ciężkich stanach przynosi pożądany efekt po kilku zabiegach, to choroby przewlekłe, takie jak astma oskrzelowa, wymagają długiego czasu przyjmowania nadtlenu wodoru - na przykład 1-2 razy w tygodniu w warunkach okresowego przyjmowania wewnętrznie oraz miejscowo. Poprawia się przepływ krwi i oczywiście zaopatrzenie wszystkich tkanek w tlen.

To samo można osiągnąć przy pomocy nakłuwania guza nadtlentkiem wodoru lub wprowadzania nadtlentku w miejsce ulokowania nowotworu. Obserwowano przypadki, kiedy w warunkach znacznie zmniejszonych dawek chemio- lub radioterapii, przeprowadzanych w połączeniu z dożylnym wlewem nadtlentku wodoru i jednoczesnym naświetlaniem krwi promieniowaniem ultrafioletowym, osiągało się lepszy efekt z mniejszymi powikłaniami chemio- i radioterapii, co oczywiście zasługuje na szczególną uwagę.

Możliwe jest też zewnętrzne oddziaływanie na nowotwór (znajdujący się na powierzchni ciała) metodą nakładania kompresu - początkowo z roztworem 3% nadtlentku wodoru [wodą utlenioną dostępną w handlu], a następnie zwiększania stężenia do 15-30% nadtlentku wodoru. Zachodzi przy tym wypalanie guza, po czym na jego miejscu nie pozostają żadne oznaki, nawet jeśli guz miał charakter krwawiący. Przyniesie to dobry efekt szczególnie przy tak ciężkiej chorobie, jak czerniak złośliwy.

Powtarzam raz jeszcze: zadowalający skutek zastosowania nadtlentku wodoru w przebiegu chorób nowotworowych wyjaśnić można tym, że komórka rakowa może żyć tylko w środowisku beztlenowym, i tlen atomowy jest dla niej zabójczy. Jak pokazała praktyka, terapia przeciwrakowa połączona z zastosowaniem nadtlentku wodoru jest skuteczniejsza niż bez niego.

Nadtlenek wodoru jest również skuteczny w leczeniu różnych stanów obniżonej odporności, takich jak toczeń rumieniowaty, reumatoidalne zapalenie stawów i wszelkie objawy alergiczne.

Ileż nieprzyjemności niesie ze sobą nieprzyjemny zapach z ust, którego przyczyną są choroby zębów, nosa i górnych dróg oddechowych. Zwykle płukanie 0,1-0,3% nadtlentkiem wodoru uwalnia od tej dolegliwości.

Życie nie jest wolne od upadków i złamań - szczególnie w starszym wieku. I tu, w celu poprawienia regeneracji i szybszego zrastania złamań, pomocny okaże się nadtlenek wodoru. Nie należy tylko zapominać, że powstawanie w organizmie nadtlentku wodoru i, odpowiednio, uzyskanie tlenu atomowego, zależy od układu immunologicznego, którego składników znajduje się w układzie pokarmowo-jelitowym, w którym, jak już wykazano, pałeczki jelitowe same wytwarzają nadtlenek wodoru.

Zatem zarówno układ odpornościowy, jak i układ pokarmowo-jelitowy wymagają ciągłej troski: nieodzowne jest stałe zachowywanie czystości całego układu pokarmowego, o czym już była mowa w niniejszej książce.

W organizmie wszystko jest ze sobą powiązane, zależne od siebie nawzajem, i powinno działać jak w dobrze wyregulowanym mechanizmie. W przeciwnym wypadku choroba staje się nieunikniona.

Dokładniej o tym, czym jest człowiek jako cząstka Stworzenia, o przyczynach powstawania chorób i metodach ich leczenia i, co najistotniejsze, profilaktyki, czytajcie w książce „Endoekologia zdrowia”, napisanej przeze mnie wraz z małżonką, Ludmiłą Stiepanową Nieumywakiną. Zdaniem wielu czytelników jest to jedna z najlepszych pozycji naświetlających kwestie medycyny ludowej.

Dla wewnętrznego zastosowania nadtlenu wodoru nie ma żadnych przeciwwskazań.

Stanowczym przeciwwskazaniem dla dożylnego i dotętniczego zastosowania nadtlenu wodoru jest zdaniem Izewskiej Akademii Medycznej afibrynogenemia [wrodzony niedobór fibrynogenu], zaburzenia przepuszczalności błony komórkowej, purpura trombocytopeniczna, hemofilia, anemia hemolityczna, zakrzepica wewnątrznacyniowa. W pozostałych przypadkach przeciwwskazań dla podania dożylnego i dotętniczego nadtlenu wodoru w zalecanych dawkach i z przestrzeganiem metodyki nie ma. Chcę jednak ostrzec: dożylny wariant użycia nadtlenu wodoru wskazany jest tylko pod obserwacją lekarzy. Niektórzy z nich - a jest ich coraz więcej - przeprowadzają tego typu zabiegi. Mogę Wam, drodzy Czytelnicy, tylko poradzić, byście szukali takich lekarzy.

O ile ozon to dość czysta postać tlenu (tlen wieloatomowy), która jest szeroko stosowana w medycynie, to nadtlenek wodoru wywołuje u oficjalnej medycyny sprzeciw. Po pierwsze: mówi się, że podczas aplikowania nadtlenu wodoru powstają pęcherzyki gazu (tlen atomowy), które mają rzekomo zatykać naczynia (wylew). Na ten temat już się wypowiadałem. Lekarze zwyczajnie nie chcą wnikać w działanie nadtlenu wodoru i prezentują elementarne niezrozumienie przedmiotu.

Po drugie: szkodliwość stosowania nadtlenu wodoru uzasadniają oni dużą zawartością ołowiu i cynku. Oczywiście 3% nadtlenek wodoru sprzedawany w aptekach nie jest całkiem czysty i zawiera te metale, o czym już wiecie. Możliwe, że w poprzednim wydaniu książki „Nadtlenek Wodoru” i w wywiadzie dla „Zdrowego Stylu Życia” byłem w swych wypowiedziach zbyt kategoryczny twierdząc, że sprzedawany w aptekach nadtlenek wodoru można zażywać na przestrzeni całego życia.

Wiadomo, że sole metali ciężkich, nawet w małych dawkach, mogą kumulować się w organizmie. Właściwością oddziaływania ołowiu na organizm jest upośledzanie układu nerwowego, szczególnie u dzieci, ponieważ organiczne związki ołowiu w organizmie przekształcają się w nieorganiczne, co wywołuje przewlekłe zatrucie.

Może temu towarzyszyć zmęczenie, drażliwość, bezsenność, możliwe są bóle mięśni, stawów, niewielkie drętwienie palców rąk. Objawy te nasilają się wraz z zanieczyszczeniem

organizmu, co można zaobserwować praktycznie u wszystkich ludzi, którzy nie prowadzą aktywnego trybu życia i nie przestrzegają żywienia rozdzielnego.

Oto dlaczego u naszych pacjentów, którym według naszej technologii przeprowadzono oczyszczanie organizmu, w ciągu ubiegłych 3-4 lat intensywnego stosowania nadtlenu wodoru nie obserwowaliśmy żadnych objawów charakterystycznych dla nagromadzenia ołowiu. Oczywiście zalecamy robienie przerw w przyjmowaniu nadtlenu, ponieważ czysty organizm zaczyna sam produkować nadtlenek wodoru.

Istnieją doniesienia, że William Douglas stosuje w celu oczyszczenia nadtlenu z ołowiu kosztowny aparat, co dodatkowo zwiększa autorytet nadtlenu wodoru. Wątpliwe, czy przedstawiciele naszej oficjalnej medycyny zdecydowałoby się na coś takiego, bo nawet po kosztownym oczyszczeniu z ołowiu, nadtlenek i tak będzie wielokrotnie tańszym i skuteczniejszym środkiem niż wiele lekarstw i operacji. Z chęci zysku zrobią oni wszystko w celu zdyskredytowania tej metody.

A przecież można by specjalnie przygotowywać wysoko oczyszczony nadtlenek wodoru, który niemal nie zawierałby ołowiu. Nie wykluczam, że ktoś z wielkiego biznesu może na tym skorzystać i za ciężkie pieniądze będzie oferował tę metodę przywracania zdrowia. Tylko nie zrobią tego ci, którzy powinni być odpowiedzialni za zdrowie narodu. Oni nie potrzebują zbędnych kłopotów.

Jeśli chodzi o iniekcję dożylną nadtlenu wodoru za pomocą strzykawki, to - jak wynika z naszej wieloletniej praktyki - metoda ta jest dobra w udzielaniu szybkiej pomocy w skrajnych wypadkach, ponieważ przy długotrwałym stosowaniu można zaobserwować zapalenie żył, które zmniejsza się przy użyciu chłodnych kompresów. Lecz gdy tylko pojawi się taka możliwość, należy przejść na zastosowanie wlewu przy użyciu kroplówki. Wlew rektalny jest równie skuteczny.

Kończąc ten rozdział pragnę raz jeszcze podkreślić, że zasadnicza rola wszystkich procesów fizjologicznych w organizmie zależy od tlenu atomowego. Jeśli zostanie wynaleziony przyrząd określający w tkankach optymalny poziom tlenu atomowego, a tym bardziej automatycznie utrzymujący go, to uczyni to człowieka zdrowym, a 90% medycyny i farmakologii okaże się zbędne.

Woda - podstawa życia

NIE wiem, co stanowi tego przyczynę, ale z pola widzenia współczesnej ochrony zdrowia całkowicie zniknął uniwersalny środek, jakim jest woda - ten ciekły „taśmociąg”, którego rola i znaczenie w życiu człowieka jest nie do przecenienia. Od jakości pracy tego ciekłego „taśmociągu”, jako podstawowego źródła energii, zależy całe nasze życie. Ową jakość pracy można określić za pomocą struktury, czystości, płynności i aktywności biologicznej.

Oto dlaczego w swoich ostatnich książkach staram się wypełnić tę lukę i zwrócić uwagę Waszą i lekarzy na wodę. A niestety lekarze, skupiwszy się na stosowaniu chemicznych lekarstw, nie włączają do leczniczego arsenału tak mocnego naturalnego środka. Czy przyczyna nie tkwi w tym, że na nadtlenu wodoru i wodzie nie sposób wiele zarobić, nie osiągnie się żadnego zysku, a zdrowie narodu tak naprawdę nikogo nie interesuje? Jak można poważnie traktować żądanie, by lekarze leczyli chorych, i uzależnianie ich stawek od wykorzystania drogich lekarstw, w większości pochodzących zza oceanu? Takich lekarstw mamy już ponad 80%. Wychodzi na to, że pieniądze przeznaczone na ochronę zdrowia będą skierowane nie na rodzimy przemysł farmakologiczny, który zawsze był najlepszy na świecie, tylko na rozwój innych krajów.

Rozsądni ludzie dawno zauważają, że podobne reformy, szczególnie w zakresie opieki zdrowotnej, doprowadzają nas do tego, że zdrowych ludzi w naszym kraju będzie coraz mniej, chorych nie będzie miał kto leczyć, a starych kto karmić. Przecież dla nikogo nie jest tajemnicą, że większości ludzi nie stać na leczenie w drogich klinikach, gdzie jeden cykl zabiegów kosztuje 10 000 rubli [ok. 1 000 zł] i więcej, a stawy boją i w krzyżu strzyka. Wizyta u stomatologa też nie jest tania - jedna plomba to koszt ok. 1000 rubli. A już nie daj Bóg by konieczna była operacja - jeśli nawet pomogą krewni, to potem chory musi oddawać dług przez kilka lat.

Dlatego nie sposób nie dziwić się krótkowzroczności tych, od których zależy zdrowie narodu. A zdrowie narodu to pojęcie złożone, w którym mieści się zespół czynników socjalnych, ekonomicznych i innych, które faktycznie zostały w kraju zburzone. Doprowadziło to do ciągłego napięcia psychologicznego u ludzi i do niepewności dnia jutrzejszego, gdy brak programów rządowych ukierunkowanych na to, by w pierwszej kolejności dbać o zdrowie ludzi - najważniejszego bogactwa narodowego.

Wybaczcie tę obszerną dygresję, lecz nagromadziło się to we mnie... A teraz pomówmy o wodzie...

Trzeba powiedzieć, że wszystkie procesy wymiany, dostawę substancji odżywczych, wydalanie metabolitów i toksyn wykonuje płynny „taśmociąg”. W tej sferze, jak w żadnej innej, musi być przestrzegane prawo zachowania energii: ile zużyto, tyle powinno się uzupełnić. Jeśli organizm w ciągu doby traci 2-2,5 l płynu, to tyle samo musi być w niego wlane, a nawet więcej.

W przeciwnym razie nastąpi odwodnienie organizmu, które doprowadzi najpierw do zmian czynnościowych, a potem patologicznych. Dużą rolę odgrywa nie tylko ilość, ale także jakość wody.

By używać mniej więcej czystej wody, rozwinął się obecnie cały przemysł. To prawda, że oczyszczalnie oczyszczają wodę głównie z naturalnych zanieczyszczeń, usuwając jedynie domieszki wielkocząsteczkowe, natomiast usunięcie lub unieszkodliwienie zanieczyszczeń małowcząsteczkowych, najbardziej toksycznych, zazwyczaj się pomija. Obserwujemy tu jeden z najwyraźniejszych paradoksów tak zwanej cywilizacji. Najpierw człowiek robi wszystko, by zepsuć bogactwo naturalne, a potem poszukuje, często na próżno, dróg naprawy skutków swych czynów.

W odróżnieniu od krajów zachodnich, gdzie w celu dezynfekcji ozonuje się wodę, u nas się ją chloruje, co jest szkodliwe dla zdrowia. Chlor, łącząc się z substancjami organicznymi, tworzy truciznę – na przykład dioksyny. I chociaż jest tego mało, stopniowo gromadzi się w organizmie i sprzyja jego zatruciu. Dodatkowo chlor wywołuje korozję rur. Dlatego woda, którą pijemy jest jeszcze i rdzawa.

Woda zawiera dużo soli wapnia, które podczas wrzenia wytrącają nierozpuszczalny osad - w czajniku powstaje osad koloru żółtego, a w przypadku soli żelaza - burego. Spożywając herbatę czy kawę sporządzone na takiej wodzie, sole te wprowadzamy do organizmu, a to sprzyja jego zanieczyszczeniu oraz, odpowiednio, różnym dolegliwościom: arteriosklerozie, artrozie, osteochondrozie, kamieniom wątrobowym i nerkowym.

Jednak sama tylko czystość wody (większa lub mniejsza) to za mało dla żywego organizmu. Naturalna woda to chaotyczny zbiór cząsteczek. By zaczęła ona działać w organizmie, należy jej nadać określoną formę strukturalną, matrycę przypominającą strukturę lodu. Jedynie taka woda może być nośnikiem energii. Zważywszy, że nasz organizm składa się w 1/3 i wody, podobnie jak wszystkie organizmy żywe, w tym mikroorganizmy i wirusy, utrzymanie stałości środowiska wewnętrznego, w tym wodnego, jest najważniejszym czynnikiem życia, którego naruszenie prowadzi do rozwoju chorób.

W przyrodzie istnieje około 50 postaci wody, które można odróżnić po formie krystalicznej: śnieżynki, sople, kulki, itp. Ważne by wiedzieć, że informacja biologiczna - „pamięć” wody - znajduje się właśnie w strukturach krystalicznych. Najbardziej naturalna dla organizmu woda zawarta jest w pokarmie pochodzenia roślinnego: sokach, (rzecz jasna naturalnych!) i owocach. Takimi samymi właściwościami dysponuje woda topiona, o której będzie jeszcze mowa.

Obecnie wiele osób, niezależnie od stanu swego organizmu, namiętnie pija wodę mineralną. Jednak bywają różne wody mineralne. Woda mineralna może zawierać sole mineralne i

niemineralne, może mieć różny odczyn kwasowo--zasadowy [pH], może zawierać różne substancje aktywne biologicznie, a także wydobywający się z głębin Ziemi dwutlenek węgla. Może być również naładowana polami elektromagnetycznymi lub innymi.

Dlatego każda woda mineralna ma swoje przeznaczenie i przeciwwskazania. W szeregu wypadków rzeczywiście określona woda mineralna pomoże Wam poprawić procesy wymiany w organizmie, przywrócić równowagę kwasowo-zasadową, unormować czynności układu pokarmowego itd. Jednocześnie bezmyślne korzystanie z dowolnej wody mineralnej pogorszy stan zdrowia, szczególnie przy długotrwałym jej picciu.

Znany entuzjasta zdrowego stylu życia, Paul Bregg, pił po pięćdziesiątce wodę destylowaną i doradzał ją innym. Moim zdaniem nie należy tego robić. Oto dlaczego: w naturalnej wodzie, mimo że w minimalnych ilościach, zawarte są ważne dla organizmu domieszki, energia - tak zwana prana, a w wodzie destylowanej już nie.

Wielu używa wyłącznie wody przegotowanej. Lecz jeśli wziąć pod uwagę, że woda jest oczyszczana, jak powiedziałem wcześniej, za pomocą chloru, to okazuje się to niezbyt dobrym wyjściem. Podczas przegotowywania szkodliwe związki chloru tylko nasilają swe działanie, przechodząc w trichlorometan [chloroform], będący substancją kancerogenną, która zostaje na przykład wchłonięta podczas kąpieli w wannie przez pozbawioną naturalnego tłuszczu i wysuszoną przez mydło i szampon skórę. Co zatem robić?

Za najkorzystniejszą uważana jest woda topiona. Przygotowuje się ją w następujący sposób: wodę podgrzewa się do stanu „białego wrzątku”, kiedy jeszcze nie wrze, a następuje już intensywne pozbywanie się gazów. Taką wodę należy odstawić z palnika do zlewu i pod strumieniem chłodnej wody ostudzić - im szybciej, tym lepiej. Taka woda przybiera formę strukturalną. Aby podnieść jej efekt zdrowotny i leczniczy, trzeba ją koniecznie umieścić w lodówce, zamrozić, a następnie roztopić - i dopiero wówczas pić.

To jednak nie wszystko. Woda zawiera deuter oraz domieszki metali i substancji chemicznych. Deuteru, będącego źródłem reakcji jądrowych, jest w wodzie niewiele, około 10g na 1t wody. Pozbyć się deuteru możemy w następujący sposób: kiedy woda przestygnie do temperatury 3,8-3,5°C, na ściankach rondelka, w którym znajduje się woda, powstaje jakby skórka z lodu (jest to punkt zamarzania deuteru). W tym momencie należy wodę zlać, a lód wyrzucić. Zlaną wodę należy ponownie zamrozić w % jej objętości.

Zazwyczaj woda zaczyna zamarzać od zewnętrznych krawędzi, a w centrum pozostaje kałuża, w której właśnie znajdują się wszystkie szkodliwe substancje. Dlatego trzeba ją wylać. Jeśli przepuścicie moment kałuży i woda całkiem zamarznie, nie martwcie się. Weźcie wrzątek i

małym strumieniem leje się do środka. To, co się stopi, wylejcie. Pozostałą część pozwólcie się roztopić. I to jest właśnie zdrowa woda.

Właśnie taką wodę pijają „matuzalemowicze” w górach, by przedłużyć życie. Taką wodę piją ptaki, które pokonują ogromne odległości. W niej znajdują się minerały w formie ujemnie naładowanych koloidów, co czyni je nasyconymi energetycznie. O ile latem przygotowanie takiej wody nastęczy określone trudności, to zimą - szczególnie w środkowym pasie Rosji albo na północy - nie wymaga to wielkiego wysiłku i nie zajmuje wiele czasu.

Wodę przed spożyciem warto dodatkowo oczyścić. Proponuje się w tym celu rozmaite urządzenia filtrujące. Jednak najbardziej naturalnymi spośród nich są magnetrony W. S. Patrasienki, jednego z wiodących biofizyków kraju. Jego magnetrony różnią się od podobnych nie tylko prostotą konstrukcyjną całego urządzenia, która zapewnia stabilną pracę. Są one wolne od zużycia się wraz z upływem czasu. Wykonane są na bazie trwałych magnesów ferrytowych i nie wymagają źródła energii, regulacji ani specjalnie przygotowanego personelu do obsługi.

Podczas zamrażania wszystkie zanieczyszczenia skupiają się w wewnętrznej części. Tymczasem przy zastosowaniu magnetronów woda staje się dipolem i wyrzuca zanieczyszczenia na zewnątrz. Podczas wnikania wody do organizmu przez błony komórkowe zanieczyszczenia pozostaną na zewnątrz, na ściankach jelit, a następnie zostaną wydalone.

Najważniejsze w magnetronach jest to, że strukturą i wektorem dokładnie odpowiadają one polu magnetycznemu Ziemi, bez którego nie może żyć nasz organizm. Udowodniono, że każda komórka żywego organizmu jest generatorem promieniowania elektromagnetycznego, którego wielkość uzależniona jest od rozmiarów komórki. Kombinacja stałego i zmiennego pola magnetycznego wpływa na przenikanie jonów przez błonę komórkową.

Efekt namagnesowania magnetronami osiąga się na zasadzie rezonansu jądrowo-magnetycznego (zwiększenie pojemności energetycznej atomów) i magnetostrykcji (zmiana objętości przy namagnesowaniu). W konsekwencji ma miejsce dyspergia - rozdrobnienie dużych asocjacji molekularnych [„sklejonych” cząsteczek], powstających w rezultacie odwodnienia organizmu, przywrócenie jednorodności strukturalnej, poprawa przepływu (reologii) i zdolności rozpuszczających. Dlatego właśnie magnetrony W. Patrasienko, jak żadne inne urządzenie tego typu, zapewniają normalizację pracy płynnego „taśmociągu”, a co za tym idzie - wszystkich narządów i układów w organizmie.

Oczyszczanie wody w warunkach domowych

Do 1 litra zwykłej wody dodaj po 1-2 łyżeczki octu jabłkowego, miodu i 3-5 kropeł jodu. Mikroorganizmy nie tylko nie są w stanie się rozmnażać w tak kwaśnym środowisku, ale wręcz obumierają po upływie kilku minut.

Można również postąpić następująco: umieścić w wodzie niewielki kawałek krzemienia. Woda stanie się czysta po upływie 3-5 dni. Najniższej warstwy wody nie wolno spożywać.

Skorupka jaja, pozbawiona wewnętrznej błonki i trochę opalona na ogniu (albo skorupka jaja gotowanego na twardo) uczyni wodę nie tylko krystalicznie czystą, ale i nasyci ją jonami wapnia. Przy okazji zbierają się sole metali ciężkich, dezaktywuje się chlor, giną szkodliwe organizmy, a woda zmienia odczyn na zasadowy, w którym tlen przyswaja się znacznie lepiej. Na 3 litry wody wystarczą skorupki z 2 jajek, przy czym można zalewać te skorupki świeżą wodą 4-5 razy. Potem użyjcie nowej skorupki.

Woda taka stanowi zresztą jeden z najlepszych środków uzupełnienia wapnia w organizmie, a jeśli dodać do niej trochę soku z cytryny, powstaje cytrat wapnia, który jest idealnie przyswajany przez organizm - w odróżnieniu od zwyczajnego, zalecanego przez lekarzy węglanu wapnia, do którego krystalizuje wapń [węglan wapnia jest bardzo słabo rozpuszczalny w wodzie]. Taką wodę należy pić przy dolegliwościach sercowo-naczyniowych, układów oddechowego, nerwowego, przy zaburzonych procesach przemiany materii (artroza, artryty itp.), przy problemach z włosami.

Nawet jeśli do błotnistej wody włoży się liście jarzębiny, po 3 godzinach będzie czysta.

Dezynfekuje wodę również 3% nadtlenek wodoru - do 1 l wody należy dodać 1 łyżeczkę 3% nadtlenku wodoru [1 łyżeczkę wody utlenionej].

Istnieje tak prosty, że aż śmieszny ludowy sposób określania, czy można spożywać wodę z określonego zbiornika, jeziora lub stawu: napluć do wody. Jeśli ślina rozejdzie się, można śmiało pić. Jeśli pozostała w postaci gęstej plamy - trzymaj się z dala od takiej wody.

Znaczenie wody dla organizmu

A teraz jeszcze raz, bardziej szczegółowo, dotknę kwestii znaczenia wody dla organizmu.

Z pewnością słyszeliście, jak starsi ludzie mówią, że w ogóle nie chce im się pić. Czy można rozpatrywać to jak normalny stan organizmu? Oczywiście nie! Po prostu w takim organizmie powstało już wiele problemów związanych z deficytem wody w komórkach.

W niektórych przypadkach lekarze mawiają, że trzeba pić więcej wody, nie uściślając przy tym, o jakiej wodzie mowa: w postaci herbaty, kawy, napojów gazowanych, piwa itd. Takimi radami lekarze wyrządzają pacjentom niedźwiedzią przysługę. Tego typu podejście jest odbiciem zasadniczej nieznajomości procesów fizjologicznych, przebiegających w organizmie. I nie jest to wina lekarzy, którzy ślepo wykonują zalecenia szkół akademickich, dyktujących

zasady zachowania ludzi, opierając się na swoim wąsko wyspecjalizowanym świecie, co już czyni ich zalecenia obciążonymi wadami.

Bardziej imponują mi zalecenia znanego uzdrowiciela B. W. Bołotowa, który radzi 30 minut po posiłku wziąć w usta szczyptę soli i połknąć wraz ze śliną. Jego zdaniem wytworzenie przy tym dodatkowej ilości soku żołądkowego (kwasu solnego) sprzyja pozbyciu się starych komórek i obcej mikroflory, przez dodatkowe podkwaszenie organizmu oraz jego lekkie zasolenie. Oprócz tego Bołotow zaleca spożycie ziaren soli co godzinę nie uściślając, ile i jaki płyn przy tym pić.

Inny uzdrowiciel ludowy, P. T. Borbat, zaleca picie głównie wody przegotowanej, różne herbatki, rozcieńczoną wodę po ogórkach kiszonych, lecz określa już, że ilość wypitego płynu razem z zupami powinna stanowić nie mniej niż 4% wagi ciała. Woda po ogórkach kiszonych, nawiasem mówiąc, zawiera wszystkie pożyteczne substancje znajdujące się w kiszonych warzywach.

Oczywiście imponuje mi również wszystko, co proponuje Pan Batmanghelidź, jak można go określić - założyciel nowego nurtu naukowego traktującego o wodzie (dawno zapomnianego, starego prawa fizjologii). Nie zgadzam się z nim jednak w kwestii picia w trakcie posiłku i bezpośrednio po nim. To niedopuszczalne. Sam proces właściwego przeżuwania pokarmu wyklucza picie wody.

Uczeni zawsze twierdzili, że energię dostarcza organizmowi pokarm drogą tworzenia trójfosforanu adenozy (ATF), i nie brali w ogóle pod uwagę wody. W rzeczywistości właśnie woda wytwarza energię, zmuszając do pracy białkowe „pompy” jonowe błon komórkowych, niczym w turbinach elektrowni, sprzyjając przenikaniu substancji odżywczych i sodu do komórki oraz wydalaniu z niej potasu i metabolitów. W nawodnionym organizmie krew zawiera zazwyczaj około 94% wody, a idealna zawartość wody w komórce powinna wynosić 75%. Dzięki tej różnicy powstaje ciśnienie osmotyczne, pozwalające wodzie przenikać do komórek.

Woda uruchamia „pompy” sodowo-potasowe, wytwarzając tym samym niezbędną do właściwej pracy komórek energię, stanowiącą katalizator wymiany wewnątrz- i zewnątrzkomórkowej. Właśnie zachowanie równowagi kwasowo-zasadowej, która powinna wynosić około 7,4, charakteryzuje neutralny stan pomiędzy kwaśnym i zasadowym środowiskiem organizmu, świadczący o jego właściwym funkcjonowaniu.

Im bardziej komórka jest odwodniona, tym bardziej zależna jest od energii powstającej w wyniku trawienia pokarmu, co sprzyja gromadzeniu tłuszczu. Natomiast organizm otrzymuje energię, zużywając białko i skrobię. Czy nie to właśnie jest powodem otyłości?

Chociaż organizm dysponuje pewnymi rezerwami wody, to jednak są one stosunkowo niewielkie i starczą na nie więcej niż 3 dni. Jej mieszcząca się w normie ilość w organizmie, jak już mówiłem, powinna stanowić 2/3 masy ciała. Udowodniono, że na przykład w starszym wieku utrata wody może osiągnąć nawet 3-6 l.

A wiadomo, że komórka nie jest w stanie pełnić swych funkcji prawidłowo w warunkach podwyższonej gęstości.

Woda to nie tylko po prostu płyn, lecz środowisko odżywcze dla komórek. Wraz z odwodnieniem organizmu najpierw zmniejsza się objętość płynu komórkowego (60%), następnie międzykomórkowego (26%), a potem woda uzyskiwana jest już z krwioobiegu (8%). Dzieje się tak w celu zapewnienia wody mózgowi, w którym znajduje się do 85%, a według niektórych danych nawet 92% wody. Utrata przez mózg choćby 1% wody prowadzi do nieodwracalnych zmian.

Ogromna rola wody dla mózgu zaznacza się także u dziecka będącego w łonie matki. Wielu, w tym również lekarze, prawdopodobnie nie zastanawia się, dlaczego prawidłowe położenie płodu to pozycja głową w dół. Otóż dlatego, że dzięki temu poprawia się ukrwienie mózgu, a w tym okresie od nasycenia mózgu krwią zależne jest całe przyszłe życie człowieka. Właśnie dlatego przy jakichkolwiek nieprawidłowościach związanych z naruszeniami układu nerwowego, a w szczególności struktur znajdujących się w głowie, koniecznie należy o tym pamiętać i często wykonywać chociaż „półświecę”, a z czasem „świecę”, lub inaczej stanie na głowie. Pomaga to (wraz ze spożyciem soli) unormować dostarczanie co najmniej 1,5-2 l na dobę płynu do mózgu (w zależności od masy ciała). Ćwiczenie to należy wykonywać ostrożnie i zaczynać od kilku sekund stania na ramionach, stopniowo dochodząc do kilku minut.

Szczególnie wrażliwe na deficyt wody są te komórki mózgu, które muszą stale wydalać toksyny powstające w efekcie jego działalności. Ciekawe, że do normalnej pracy mózgu konieczne jest około 20% całej krwi, chociaż on sam ma najwyżej 2% całkowitej masy ciała.

Aby energia z pokarmu mogła być wykorzystana przez mózg, pokarm powinien przejść wiele reakcji pośrednich, do czego niezbędna jest odpowiednia ilość wody, która sama w sobie jest produktem energetycznym. Oprócz tego mózg zanurzony jest w cieczy wytwarzanej przez naczynia włosowate mózgu, która różni się od krwi (płyn mózgowo-rdzeniowy zawiera więcej sodu i mniej potasu niż wszystkie pozostałe płyny).

Kapilary mózgu, w odróżnieniu od pozostałych kapilar organizmu, dysponują pewną właściwością: są zarazem filtrem niepozwalającym przedostać się do mózgu niepożądanym substancjom. Proces ten zachodzi dzięki tak zwanej barierze hematoencefalica [bariera naczyniowo-mózgowa BBB5].

Na przykład wiele leków nie jest w stanie przeniknąć przez tę barierę do mózgu, i dlatego środki przeznaczone do leczenia mózgu wymagają specyficznej technologii.

Na marginesie - to w Związku Radzieckim był opracowany preparat „Fenibut”, uhonorowany szeregami nagród państwowych analog kwasu aminobutyrowego, który - praktycznie w pełni przenikając przez barierę naczyniowo-mózgową - wywoływał wręcz cudowny efekt, którego nie udało się uzyskać, o ile mi wiadomo, za pomocą żadnego innego preparatu, za wyjątkiem radioprotektorów.

Przy odwodnieniu ma miejsce zakłócenie pracy naczyń włosowatych bariery naczyniowo-mózgowej, w rezultacie czego dostają się tam szkodliwe substancje, będące przyczyną wielu dolegliwości neurologicznych, w tym stwardnienia rozsianego, choroby Parkinsona, Alzheimerera. Woda jest drugim po tlenie środkiem nieodzownym dla prawidłowej pracy komórek mózgu i najważniejszym elementem odżywiającym, który determinuje wszystkie jego czynności. Oto dlaczego mózg wraz z całym kanałem rdzeniowym zbudowany jest w 85% z wody, podczas gdy we wszystkich komórkach organizmu nie ma jej więcej niż 75%.

Dlaczego roztwór soli fizjologicznej, przypominający składem wodę morską, posiada takie, a nie inne właściwości? Otóż dlatego, że organizm potrzebuje dużo soli kuchennej (chlorku sodu). Stanowi ona środowisko, w którym sprawniej przebiegają wszystkie procesy bioenergetyczne.

Bez dodatku soli organizm ludzki wymaga o wiele więcej wysiłku do trawienia pokarmu i trudniej zachodzą w nim reakcje bioenergetyczne. Wszystkie zwierzęta (konie, owce, krowy) nie mogą żyć bez soli, i dobrzy hodowcy o tym pamiętają, podając zwierzętom sól do zlizywania.

Jak już zostało powiedziane, wraz z odwodnieniem organizmu najpierw zmniejsza się objętość płynu komórkowego (66%), potem międzykomórkowego (26%), a następnie woda uzyskiwana jest z krwi (8%). Sucha skóra, zmarszczki i inne objawy zewnętrzne to nie starość, tylko brak wody w komórkach. Dlatego nawet jeśli nie odczuwacie pragnienia, nie powinniście czekać do tego momentu, lecz starać się regularnie uzupełniać wodę w organizmie. Jeszcze raz przypominam, że woda to nie po prostu płyn. Jest to dla komórek środowisko odżywcze, a pomarszczone bez wody komórki, podobnie jak powłoka skórna, nie są w stanie właściwie wypełniać swych funkcji.

Dowiedziano, że w wieku 70 lat wskaźnik stosunku wody wewnątrz i na zewnątrz komórki zmniejsza się z 1:1 do 0:8, a utrata wody wewnątrz komórki negatywnie odbija się na efektywności jej funkcjonowania. Dlatego właśnie nie wolno czekać, aż pojawi się uczucie pragnienia, tylko z góry wprowadzać do organizmu zapas wody, którym to zapasem on sam zadysponuje.

Przy deficycie wody organizm rozpaczliwie poszukuje wewnętrznych rezerw w celu zapewnienia najważniejszemu narządowi, czyli mózgowi, niezbędnego płynu. Woda jest

wówczas pozyskiwana ze ścianek naczyń, co prowadzi do zgęstnienia krwi, zmniejszenia średnicy naczyń i podwyższonej ich łamliwości. Gdybyż na tym się to kończyło... Podczas zgęstnienia krwi jej składniki tracą swą aktywność i - tracąc swoje połączenia międzycząsteczkowe - sklejają się, tworząc asocjaty - swego rodzaju kiści, grona.

Pojemność energii w takim gronie nie jest przy tym wcale równa sumie energii zawartej w pojedynczych molekułach tworzących zlepek. Stąd pojemność energii grona jest znacznie mniejsza, co wyjaśnia nie tylko ograniczoną ruchliwość wody, warunkującą jej „starzenie się”, ale i mniejszą zdolność rozpuszczania substancji.

Oczywiście takie grona nie mogą już przenikać przez błonę komórkową, co odbija się na właściwościach teologicznych (zdolności przepływu) krwi. Czy nie to właśnie stanowi przyczynę choroby wieńcowej? Dlatego zastosowanie wspomnianych wcześniej magnetronów Patrasienko, dokładnie powtarzających strukturę i wektor pola magnetycznego Ziemi, usuwa to zjawisko, tym samym przywracając zakłócony potencjał energetyczny komórek i frakcji krwi.

Wiadomo, że energia dla mózgu dostarczana jest wraz z cukrami, lecz spożywamy ich 5-6 razy więcej niż mózgu potrzebuje. Przecież do mózgu dociera zaledwie 20% krwi, która krąży w organizmie. Tymczasem po spożyciu osolonej wody uczucie łaknienia przytępia się, organizm zajęty jest przemianą wody w formę strukturalną i energetyczną, na co potrzeba 10-20 minut. Uczucie głodu nadejdzie dopiero wówczas, gdy faktycznie będziecie potrzebowali pokarmu.

Zwiększenie objętości wody po jej spożyciu prowadzi do zmniejszenia wagi ciała na skutek odprowadzenia płynu powodującego obrzmienia [„morbus oedematicus”]. Jednym z czynników niszczących zdrowie człowieka jest otyłość, która związana jest przede wszystkim z odwodnieniem. Zamiast pić wodę, człowiek zaczyna jeść. Ale jeśli organizm nie spożytkuje nadmiaru energii na aktywność fizyczną, to odłoży się ona w postaci tłuszczu.

Enzymy spalające tłuszcz są stymulowane przez adrenalinę właśnie dzięki aktywności fizycznej. Jednym z takich enzymów jest produkowana przez trzustkę lipaza, która rozkłada tłuszcz na poszczególne składniki, zużywane następnie przez mięśnie i wątrobę. Na tym polega tajemnica chudnięcia przy pomocy ruchu i spożywania wody z nieznaną ilością soli. I bądźcie pewni, że efekt będzie znacznie lepszy niż przy stosowaniu jakiegokolwiek reklamowanej diety lub suplementu diety.

Jeszcze jedna obserwacja. Dlaczego tak powszechna stała się cukrzyca typu II (która zresztą obserwowana była wcześniej jedynie u dorosłych, a obecnie chorują na nią dzieci)? Dzieciom proponuje się słodkie napoje i słodkie pożywienie, które pobudzają pracę trzustki w zakresie wydzielania insuliny, która sama w sobie sprzyja wzrostowi wagi, zamieniając cukier w węglowodany i tłuszcze. Zbędny cukier nie tylko nie przynosi pożytku, ale jest wręcz szkodliwy

przez oszukiwanie trzustki, która wykonuje niepotrzebną pracę i wytwarza dodatkową insulinę w celu utrzymania właściwego poziomu cukru we krwi. Jeśli nie ma miejsca jednoczesne spożytkowanie cukru na pracę fizyczną, to zamienia się on w tłuszcz.

W wyniku odwodnienia cierpią również komórki układu odpornościowego, przy zakłóceniu pracy których pojawiają się tak zwane choroby związane z obniżoną odpornością. Są wśród nich przewlekłe dolegliwości, takie jak astma oskrzelowa, zapalenie oskrzeli, bezpłodność, toczeń rumieniowaty, sklerodermia [twardzina] i inne. Zaliczyłbym do nich także stwardnienie rozsiane, chorobę Parkinsona, chorobę Alzheimera i choroby onkologiczne. Są to skomplikowane zachorowania, z uczestnictwem wszystkich tkanek łącznych, w których na skutek deficytu wody obserwuje się zakłócenia wszystkich procesów biologicznych i energetycznych. Gdy tylko nasycą się one wodą, znikają czynniki chorobotwórcze i następuje wyzdrowienie. Oczywiście wszystko to możliwe jest tylko przy jednoczesnym zaistnieniu kompleksu czynników, włączając osobiste, socjalne i ekonomiczne, w których zdrowie człowieka i jego pomyślność stawia się na pierwszym miejscu.

Jak na równowagę wodną w organizmie wpływają lekarstwa? Każde lekarstwo, jako środek chemiczny, wymaga dodatkowego zużycia wody i to sprzyja jeszcze większemu odwodnieniu organizmu. W naszych czasach dowiedziono ponad wszelką wątpliwość, że 90% lekarstw stosuje się bez jakiegokolwiek potrzeby (i leczenie za ich pomocą dotyka jedynie objawów, a nie przyczyny zachorowań), co jeszcze bardziej pograża stan chorego organizmu.

Należy mieć na względzie, że kiedy organizm jest odwodniony i potrzebuje wody, może on uzupełnić jej zapasy tylko pod warunkiem obecności wystarczającej ilości soli, z pomocą której ulega normalizacji zawartość płynu międzykomórkowego.

Jeśli w organizmie jest mało wody, to usiłuje on pozyskać ją z pożywienia, w efekcie trawienia którego powstaje woda, dwutlenek węgla i glukoza. Są do tego konieczne płyny, a ich i tak nie starcza do tego, by wypłukać z komórki zbędne sole. W rezultacie komórka zanieczyszcza się i przestaje właściwie działać. Odwodnienie doprowadza do zaburzenia wszystkich czynności trawienia pożywienia, jego syntezy i dostarczania niezbędnych substancji, odpowiadających specyfice czynności usuwania odpadów przez narząd.

Niestety lekarze traktują wodę jedynie jako środek rozpuszczający i transportujący różne substancje i uważają, że zaspokoić potrzebę uzupełniania wody można za pomocą jakiegokolwiek płynu. Na pytanie, jaką wodę należy pić, lekarze zazwyczaj odpowiadają, że jakąkolwiek, byle jak najwięcej. To nie całkiem prawda. Herbata kawa, piwo, alkohol, sztuczne napoje poza tym, że zawierają wodę, zawierają również środki odwadniające, takie jak kofeina, a także inne komponenty chemiczne. Udowodniono, że jeśli spożywacie takie napoje, to tracicie więcej wody niż jej dostarczacie, czyli stopniowo się odwadniacie.

Zalecana na przykład przez lekarzy przy przeziębieniu i stanie podgorączkowym gorąca herbata w rzeczy samej doprowadza do utraty płynów w wyniku pocenia się, chociaż subiektywnie chory odczuwa ulgę. A w celu poprawy ogólnego stanu wystarczy napić się gorącej wody ze szczyptą soli.

Depresja, zespół przewlekłego zmęczenia, ból głowy i praktycznie wszelkie zaburzenia czynnościowe i zmiany patologiczne w organizmie zaczynają się od odwodnienia, od deficytu wody, która jest katalizatorem wszystkich reakcji biochemicznych i energetycznych.

Wielu nie zastanawia się nad tym, że woda i pozostałe płyny to nie jedno i to samo. W syntetycznych napojach, jak już mówiłem, zawartych jest wiele substancji chemicznych, które z punktu widzenia fizjologii wywołują w organizmie niepożądane reakcje. Weźmy na przykład zawartą w kawie, kakao, herbacie i coca coli kofeinę. Dlaczego po spożyciu mocnej herbaty lub kawy występuje bezsenność? Rzec w tym, że kofeina powstrzymuje produkcję sprzyjającej snu melatoniny, która odbywa się w szyszynce.

Kofeina jest swego rodzaju narkotykiem, ponieważ oddziałuje bezpośrednio na mózg, którego działanie zaczyna się od niej uzależniać. Oprócz tego, oddziałując na nerki, kofeina sprzyja obfitemu wydzielaniu moczu, czyli działa jak diuretyk. I okazuje się, że chociaż wypiliście wystarczająco dużo płynu, w organizmie nie ma go. Co więcej - wydalacie go więcej niż wypiliście. A jeśli nie towarzyszy temu aktywność fizyczna, to przybieracie na wadze i choroba gotowa - otyłość.

Kawa, jako napój pobudzający, sztucznie stymuluje ciało i mózg, co przy towarzyszącym zmęczeniu jeszcze bardziej odwadnia organizm. Doprowadza to do szybkiego zużywania się energii, a w konsekwencji do zakłócenia pamięci i koncentracji. Musicie wiedzieć, że kofeina sprzyja pobudzeniu układu sercowo-naczyniowego, oddziałując na cały organizm. Dlatego u ludzi, którzy nadużywają napojów zawierających kofeinę, kłopoty z sercem pojawiają się 2-3 razy częściej niż u pozostałych. Tym, którzy nie potrafią odmówić sobie kawy, pozwolę sobie dać kilka rad w sprawie przygotowania zdrowej kawy.

Kawa żytnia. Wybierzcie gruboziarniste żyto, przemyjcie je, wysuszczone, uprażcie na patelni, tak by się nie spaliło. Następnie zmielcie w młynku i zaparzcie jak kawę, lecz wsypcie go 2-3 łyżki. Przyjemne z pożytecznym.

Kawa z topinamburu. Dojrzałe kolby przemyj, potnij w małą kostkę, wysusz przez 3-4 dni na świeżym powietrzu. Potem dosusz w piekarniku, aż uzyskasz brązowy kolor. Przechowuj w suchym miejscu. Przed użyciem podpraż na patelni, zmiel w młynku do kawy i zaparżaj jak zwykłą kawę.

Kawa z nasionami słonecznika. Na 100 g kawy wziąć 100 g pestek słonecznika. Obrane nasiona uprażyć, zemleć w młynku do kawy i wymieszać z kawą. Pestki słonecznika łagodzą działanie kofeiny, przy czym smak kawy zostaje zachowany.

Kawa zaparzona z nasionami słonecznika jest smaczna i pożyteczna.

Co zaś się tyczy herbaty, to lepiej ją pić z różnymi ziołami. Dobrze też pić zieloną herbatę. Świetnym dodatkiem do osolonej wody są różne wyciągi z grzybów - herbacianego [kombucha], mlecznego [grzybek tybetański] itp. Mają one odczyn kwaśny i uzdrawiają zaśmiecony organizm. Trudno nie docenić na przykład zdolności grzybka herbacianego do niszczenia bakterii gnilnych. Wyciągi z grzybów są bardzo skuteczne w przebiegu stanów zapalnych, szczególnie przy arteriosklerozie i nadciśnieniu.

Teraz kilka słów na temat popijania w trakcie posiłku. Zazwyczaj ludzie piją płyny w czasie posiłku i bezpośrednio po nim. Popijają pożywienie i kończą posiłek różnymi napojami (kompot, herbata, kawa itd.) Gdybyście wiedzieli, ile szkody przynosicie sobie w ten sposób, naruszając prawa przyrody i specyfikę pracy organizmu!

Jakikolwiek płyn można spożyć na 10-15 minut przed posiłkiem lub 1,5-2 godzin po jedzeniu. W ciągu dnia wydzielają się u nas w ustach około 2 l śliny, która jest wodą strukturalną bogatą w bioplazmę. Nie wymaga ona żadnej energii do jej przetworzenia. Oprócz tego podczas intensywnego przeżuwania przez jamę ustną przechodzi prawie cała krew, która się przy tym oczyszcza z toksyn, tłuszczu i innych metabolitów. To po pierwsze.

Po drugie: żołądek, zaczynając pracę, przygotowuje określone środowisko w celu strawienia konkretnego produktu pokarmowego. Zapijając wodą każdy kawałek pożywienia, rozcieńczacie kwasy żołądkowe, znacznie zmniejszacie ich stężenie, co wywołuje dodatkowe napięcie w całym układzie. Poza tym kwaśna zawartość żołądka dostaje się wraz z wodą do dolnych partii jelit, co nie powinno mieć miejsca. Przecież każdy odcinek układu pokarmowego jest jak fabryka i rozpoczęte w nim reakcje muszą dojść do końca.

Powstawanie w dwunastnicy i jelicie cienkim środowiska kwaśnego zamiast zasadowego wywołuje fermentację, gnicie, co zmienia zarówno mikroflorę, jak i procesy trawienne i wchłanianie. Jest to źródłem nieżytych żołądka, zapalenia błony śluzowej dwunastnicy, wrzodów i innych dolegliwości. Powstaje zamknięty krąg i skomplikowany proces trawienny całkowicie się rozregulowuje.

Jeśli dokładnie przeżuwacie pokarm aż do chwili, kiedy straci on swój smak, wydziela się wystarczająco dużo śliny, która świetnie zastępuje wodę i nie ma potrzeby popijania. Dopuszczalne jest przepłukanie ust po posiłku 2-3 łykami płynu, który następnie się wypluje. Można też użyć gumy do żucia. Nie należy jej jednak za długo żuć na czczo, ponieważ gdy tylko jama ustna

zacznie pracować, włączy się mechanizm trawienia pokarmu, nastąpi wydzielenie soków trawiennych itd., a pokarmu przecież nie będzie. Układ zaś, który jest wciąż oszukiwany, nie jest w stanie reagować nawet na faktyczne przyjęcie pokarmu. Oto dlaczego dzieci często nie mają apetytu, chorują na początkowe, a później patologiczne zmiany, takie jak nieżyt żołądka, zapalenie błony śluzowej jelita grubego itp.

Na koniec powiem o roli wody w procesie odprowadzania zużytych substancji i soli. Do tych celów najlepiej użyć, jak już wspominałem, lekko osolonych naturalnych płynów, znajdujących się w owocach i warzywach, lub po prostu wody z topionego lodu.

Jednak należy zwrócić uwagę na to, że owoce przywożone do Rosji z innych krajów są zrywane niedojrzałe, i w drodze niby dojrzewają, ale przecież jest to nienaturalny proces. W efekcie takie owoce pozbawione są wielu minerałów, kwasów organicznych, enzymów, tracą witaminy. Tymczasem w dojrzałych owocach i warzywach, a szczególnie w ich nasionach, znajdują się nukleinowe kwasy organiczne, których rola jest ogromna-są nosicielami informacji genetycznej.

Kwasy nukleinowe lub ich łańcuchy zawarte są w naturalnych produktach: truskawkach, poziomkach, malinach i innych. Pod tym względem zadziwiająco są pestki słonecznika, tylko nie suszone, a kiełkujące: szklankę pestek namoczyć na 20 minut w osolonej wodzie, przepłukać, umieścić w 2 litrowym słoju, zalać wodą na 10-12 godzin (na noc). Rano zlać wodę i umieścić słoik w zaciemnionym miejscu. Przepłukiwać nasiona 2 razy dziennie. Po upływie 1 -2 dni pojawią się kiełki. By spowolnić ich wzrastanie, słoik należy wstawić do lodówki. Przed użyciem kiełków musicie je przepłukać. To samo można zrobić z pestkami dyni.

Stopniała woda zachowuje swą formę strukturalną przez dobę i bardzo dobrze, jeśli będzie tam pływał jeszcze kawałek lodu. Zaobserwowano, że jeśli zacznie się stosować taką wodę z domieszką soli, to przykładowo po kilku dniach zauważa się znaczne polepszenie stanu zdrowia, podniesienie wydajności pracy i skrócenie czasu snu. W celu pozbycia się obwisania skóry na szyi i twarzy masujcie ją osoloną wodą z kawałkami lodu. Następnie, nasączone ręcznik osoloną wodą, weźcie go dwoma rękami za końce i uderzajcie się po policzkach, szyi i podbródka, napinając go i rozluźniając.

Jeśli taki roztwór będziecie wcierać w skórę całego ciała, bardzo szybko pozbędziecie się bólu w okolicy serca, różnych wysypek skórnych, żyłaków, zmarszczek i bólu korzonków, a ciśnienie się unormuje. Po wcieraniu należy położyć się spać, a rano, po porannej gimnastyce, koniecznie wziąć naprzemienny prysznic - swego rodzaju masaż drobnych naczyń krwionośnych, kapilar, od których zależy nasze życie.

W połowie XX wieku, w 1958 roku, A. Załmanow powiedział: „Nie istnieją dolegliwości poszczególnych narządów. Chory jest zawsze cały człowiek. Nie istnieje leczenie miejscowe.

Prawie nic nie wiemy o tym, co reguluje życie tkanki łącznej, odpowiadającej za tworzenie się blizn, gojenie się naszych ran po interwencjach chirurgicznych, uzupełniającej utracone substancje w narządach zdeformowanych przez gruźlicę, syfilis, alkoholizm i inne choroby. Nie znamy roli tkanki łącznej w czynnościach pozostałych typów tkanek. I mimo że tkanka ta jest niestrudzonym czynnikiem odbudowującym, może stać się powodem powolnego obumierania dotkniętych przez sklerozę narządów. Skleroza płuc i nerek, marskość wątroby - to zawsze obrastanie narządów zmarszczoną tkanką łączną".

Co może się oprzeć takim groźnym zmianom patologicznym w organizmie? Woda! Tylko nie ta zwyczajna, która płynie z naszych kranów, lecz ta porządnie przygotowana i odrobinę osolona.

W swojej praktyce wychodzę z założenia, że przy wadze 50-60 kg należy pić nie mniej niż 1,5 l wody, a w chorobach stawów nawet do 2 l. Z kolei przy wadze powyżej 70 kg - co najmniej 2 l.

Skąd wzięła się ilość 2 l? Średnio przy wadze 70 kg u człowieka w stanie spoczynku wraz z moczem wydalany jest około 1 l płynu, a z kałem - 100 ml. Przez parowanie i dyfuzję z powierzchni skóry i w wydychanym powietrzu tracimy jeszcze 900 ml. W sumie zbiera się 2 l wody, które należy uzupełnić.

Oprócz tego produktami końcowymi trawienia pokarmu są dwutlenek węgla, glukoza i woda. Przy odżywianiu łączącym w jednym posiłku białka i węglowodany wydziela się około 300 ml wody. Podczas wysiłku fizycznego zużycie płynów zwiększa się. W celu uzupełnienia strat w płynach należy spożywać osoloną wodę.

Należy mieć również na uwadze, że przyroda postąpiła mądrze: $\frac{3}{4}$ % owoców i warzyw ma charakter zasadowy, $\frac{1}{4}$ - kwaśny. Jeśli człowiek zje dziennie do 60-70% owoców i warzyw (w tym soków), to tym samym zapewni swemu organizmowi 1 l wody, a nawet więcej - wody naturalnej, strukturalnej (znajdującej się w tej ilości owoców i warzyw), a także błonnika, który dodatkowo oczyszcza organizm.

Natomiast substancje takie jak sód, potas, wapń, żelazo i magnez, które należą do pierwiastków zasadowych, wchodząc w reakcje z wodą, dodatkowo powodują jej rozpad na tlen cząsteczkowy i atomowy, który uzdrawia komórki, normując zachodzące w nich procesy wymiany.

W jaki sposób najlepiej pić wodę

- Wziąć szczyptę soli do ust i zalać ją szklanką wody z dodatkiem 10-15 kropel 3% nadtlenu wodoru [wody utlenionej], a jeszcze lepiej od razu wypić w ten sposób jeszcze jedną szklankę wody. Wkrótce odczujecie, że picie takiej wody jest nawet przyjemne.

Jest to konieczne z jednej strony po to, by w wystarczającym stopniu uzupełniać wodę, utraconą podczas snu na odprowadzenie produktów metabolizmu, a z drugiej - by wydalić z pęcherzyka żółciowego zgęstniałą przez noc żółć, która jest głównym czynnikiem kamieniotwórczym.

- Zaleca się picie wody począwszy od godziny 5 do 7 czasu miejscowego, w okresie wzmożonej pracy pęcherzyka żółciowego. I, co ważne, wypicie 2 szklanek wody o poranku, na pusty żołądek, likwiduje zatwardzenia.

- Pamiętajcie, że taka woda to produkt żywnościowy, do którego należy odnosić się z szacunkiem. 10-15 minut po jej wy picciu, czyli po czasie, który jest potrzebny, by woda zamieniła się w strukturalną i energetyczną, zaczyna ona działać jak elektrolit, antyoksydant, który rozpuszcza wszystkie twory kwasu moczowego i inne toksyny na gromadzone w zanieczyszczonym organizmie.

W ciągu dnia całkowita ilość soli nie powinna przewyższać 2-3 g. Jeśli przyjąć, że roztwór soli fizjologicznej, który odżywia nasz organizm ma stężenie 0,9%, to taka ilość soli praktycznie nie wyrządza mu żadnej szkody.

- Następnie w ciągu dnia, szczególnie gdy zachce Wam się jeść, wypijcie 0,5-1,0 szklanki osolonej wody, a apetyt zniknie na 30-50 minut.

- Za pragnienie i łaknienie odpowiada regulator o nazwie histamina, i jeśli pojawia się u Was uczucie suchości w ustach, wolicie coś zjeść. Na tym polega pomyłka, ponieważ to uczucie pojawia się tak naprawdę w czasie jedzenia lub po nim. Dlatego dużo pijecie po jedzeniu, by rozcieńczyć zjedzone suche pożywienie. Wyrządzacie sobie w ten sposób szkodę, bowiem rozcieńczając płynami soki trawienne i zmniejszając ich stężenie, które staje się zbyt małe, by trawić pokarm, prowokujecie proces jego fermentacji i gnicia. W rzeczywistości fałszywe uczucie łaknienia należy zaspokajać nie pożywieniem, tylko wodą.

Jeśli dobrze nawodnić organizm, to właściwy poziom zawartości wody można ocenić obserwując mocz, który powinien być bezbarwny, bez smaku (nie słonawy), jak zwykła woda, bez zapachu. Przy niewielkim odwodnieniu organizmu uryna jest żółta i gorzka, a najbardziej niebezpiecznym jest stan, kiedy jest ona pomarańczowa lub mętna, słona albo gorzka. Z praktyki wynika, że leczenie takich chorych jest daremne, dopóki nie unormuje się równowaga wodna i kwasowo-zasadowa w organizmie.

- Kiedy odczuwacie pragnienie, zdaje się Wam, że jest to głód. Pijcie wodę ze szczyptą soli, a głód całkiem zniknie na 30-40 minut. Jest to szczególnie ważne w przypadku osób z nadwagą. Metoda ta, w połączeniu z aktywnością fizyczną, szybko zmniejszy wagę ciała bez jakichkolwiek suplementów diety czy odchudzania.

Osoby, które były kiedyś w Azji Środkowej prawdopodobnie zauważyły, jak parzą tam herbatę. Jakby odprawiali ceremonię: gorącą herbatę wielokrotnie przelewają z filiżanki do filiżanki. W jakim celu? Woda, uderzając o dno filiżanki, „wiotczeje” i nasycza się tlenem, w tym również atomowym (jak w pobliżu wodospadu). Po wypiciu takiej herbaty poczujecie przyływ orzeźwienia i świetny efekt moczopędny.

- A teraz proszę o uwagę tych, którzy cierpią z powodu dolegliwości układu sercowo-naczyniowego, pokarmowego, oddechowego itd. Wieczorem przygotujcie sobie szklankę wody i przykryjcie ją serwetką. Rano, zaraz po przebudzeniu (przed 7.00 czasu lokalnego) weźcie tę szklankę do jednej ręki, a do drugiej pustą. Na stole powinna stać jeszcze duża filiżanka.

Szklankę z wodą podnoście jak najwyżej nad filiżanką, jednocześnie przelewając wodę do pustej szklanki. Powtórzcie tę czynność 30 razy. Początkowo woda będzie się rozchlapywać na boki, a potem wszystko będzie w porządku. Wodę, która pozostanie w szklance należy wypić małutkimi łyżkami. Zadziwiające, ale w ten sposób pozbędziecie się bólu głowy, mdłości i innych dolegliwości. Oczywiście nie zaszkodziłoby kapnąć do pozostałej wody 5-10 kropeł nadtlenu wodoru, który jest nie tylko źródłem czystej wody, ale i tlenu atomowego.

Na szklankę wody dodaję od 5 do 10 kropeł 3% nadtlenu wodoru, co daje wyraźniejszy efekt, ponieważ tlenu nigdy za wiele w naszym organizmie. Jeśli pamiętamy, że komórki rakowe żyją tylko w środowisku beztlenowym i tam, gdzie brakuje wody w komórkach, to jasnym jest, że nawet takie spożycie będzie sprzyjać temu, by poprzez aktywację pracy komórek organizmu wszystkie komórki patologiczne, w tym także rakowe, jak również pasożyty zamieszkujące nasz organizm, zostały uśmiercone.

Jeśli spojrzeć na wodę z fizycznego punktu widzenia, to podczas uderzania i przy efektach dźwiękowych (grom, dzwony) cząsteczki wody rozrywają się na mniejsze cząstki: tlen atomowy, ozon, wodór, grupy hydroksylowe. Zjawisko to nazywamy dysocjacją.

Czyż nie z tym związana była starorosyjska praktyka bicia w dzwony w okresie zarazy - a zaraza omijała osadę lub ofiar było znacznie mniej niż tam, gdzie tego nie czyniono? Wiadomo, że człowiek składa się w 2/3 z wody i można przypuszczać, że dźwięk dzwonu oddziaływał na wodę w organizmie, podwyższając stężenie nadtlenu wodoru. Tym samym wzmacniał układ odpornościowy i wspomagał organizm w walce z zarazą.

Wodór jest bardzo lotną substancją i szybko opuszcza wodę, podobnie jak część tlenu. Ozon rozpada się na tlen molekularny i atomowy. Również pozostałe części tlenu, szybko łącząc się w postaci grup hydroksylowych, tworzą nadtlenek wodoru. Wiadomym jest, że nadtlenek wodoru w jakimś stopniu znajduje się w każdej wodzie. Najmniej jest go w wodzie destylowanej, w

śniegowej jest go 10 razy więcej, w lodzie - 15 razy więcej. W wodzie po burzy stosunek jego masy do objętości wody jest ponad 300 razy większy.

Nadtlenek wodoru jest jednym z najmocniejszych anty-oksydantów, który - dotleniając niedotlenione substancje - sprzyja temu, że kwaśne środowisko (ulubione przez komórki rakowe) alkalizuje się, przywracając tym samym homeostazę, czyli równowagę kwasowo-zasadową, a następnie prowadzi do wyzdrowienia.

Jeszcze jeden interesujący fakt: na wsiach mądre dojarki przed burzą zawsze okrywają kanki z mlekiem prześcieradłem i butami, stwarzając swego rodzaju izolację dźwiękoszczelną. Mleko wówczas nie kwaśnieje.

Objawy odwodnienia

Z pewnością chcecie wiedzieć, jakie objawy świadczą o odwodnieniu organizmu. Łatwiej mi jednak wyjaśnić, co wiąże się z deficytem osolonej wody w organizmie.

Jest to:

- ból głowy, zawroty głowy,
- drażliwość, depresja, skłonność do szybkiego męczenia się, bezsenność,
- worki pod oczami, „nalana twarz”, sucha (lub na odwrót - tłusta skóra),
- niewydolność sercowo-naczyniowa, niewydolność nerek,
- cukrzyca,
- zaburzenia ciśnienia tętniczego,
- niedoczynność układu wydzielniczego (nerki, pęcherz moczowy),
- zachorowania powiązane z układem nerwowym (stwardnienie rozsiane, choroba Parkinsona, Alzheimer, encefalopatia),
- dolegliwości wzroku, uszu, gardła,
- astma oskrzelowa,
- rozmaicie ułożone bóle,
- stany zapalne błony śluzowej żołądka, zaparcia,
- obrzmienia nóg, skurcze łydek, uczucie palenia w stopach i palcach nóg, wrzody troficzne, zapalenie żył,
- artretyzm, reumatyzm,

- wszystkie objawy skórne: egzema, łuszczyca, sklerodermia (twardzina), miastenia,
- uderzenia gorąca u kobiet w okresie klimakterium.

Wydaje mi się, że ta lista wystarczy do zrozumienia, że wszystkie te dolegliwości wynikają z deficytu osolonej wody. U czytelników bez wątpienia pojawia się pytanie, w przebiegu jakich chorób można i należy przyjmować taką wodę? Po pierwsze - wodę należy pić, by nie chorować, a jeśli już pojawi się jakieś odchylenie od normy lub wręcz choroba (niezależnie od jej charakteru), to pierwsze, o czym powinien pomyśleć chory, to nasycenie organizmu osoloną wodą. Jakies 2 gramy (1/2 łyżeczki bez czubka) soli na ponad 2 litry wody powinno wystarczyć do wyrównania równowagi wodno-solnej organizmu i zapewnienia jego właściwej pracy.

Jak już wiecie, zadziwiające jest to, że jeśli płyn w organizmie zawiera 0,9% chlorków lub 0,9 g na 100 ml, to 2-3 g soli kuchennej w pełni wystarczy w ciągu dnia do korekcji cyrkulacji wody w tkankach. Wraz z solą, która zawarta jest w artykułach spożywczych, stanowi to dzienną normę, wynoszącą 3-4 g. Przedawkowanie soli jest nie tylko nierozsądne, ale również niebezpieczne, ze względu na możliwość wystąpienia obrzmień. W takim przypadku należy przerwać spożycie osolonej wody na kilka dni i pić zwykłą wodę, po czym przystąpić do spożycia minimalnie osolonej: wziąć dwa, trzy ziarenka grubej soli lub zanurzyć mokry palec w solniczce i przenieść do szklanki wody tyle, ile zostanie na palcu. Możecie udać się do apteki, by zważono Wam 2-2,5 g soli. Wówczas na pewno nie przedawkujecie.

Skąd biorą się obrzęki? Medycyna oficjalna, która zapomniała o podstawach fizjologii, radzi w takich wypadkach pić jak najmniej płynów, ponieważ rzekomo „i tak jest jej nadmiar w organizmie”. Moi Drodzy, to absurd! Kiedy w komórce jest mało wody, użyta zostaje każda woda spoza komórki, zawierająca dużo zatrzymujących wodę soli (azotu). Błona komórkowa, filtrując wodę, pozostawia zbędny azot w tkankach, zwiększającym tym samym obrzęki, w celu użycia ich potem jako zapasu wody. Woda ta jest jednak słona i zanieczyszczona, co jeszcze pogłębia stan chorobowy pacjenta. Zatem taki pacjent powinien pić jak najwięcej osolonej wody, która - przepłukując organizm - odprowadzi z niego zbędne sole i zlikwiduje obrzęki,

Im więcej wody bramkuje komórkom, tym większego ciśnienia potrzeba, by wprowadzić do komórki wodę, a to już poprowadzi do nadciśnienia. Oto dlaczego sama woda, dodatkowo jeszcze osolona, okazuje się najlepszym fizjologicznym środkiem moczopędnym.

Woda, sól i potas trzy składniki, które regulują zawartość wody w organizmie. Sól reguluje zawartość wody na zewnątrz komórki, potas - wewnątrz, a woda zapewnia przepłukiwanie komórki i usuwanie z niej toksyn powstających w wyniku jej działalności.

Zakłócenie stosunku azotu do potasu prowadzi najpierw do czynnościowych, a potem patologicznych zmian w komórce i narządzie.

Histamina to podstawowa substancja, której produkcja zwiększa się w stanie odwodnienia organizmu i pojawienia uczucia pragnienia. Dzieje się to w celu zapobieżenia utracie wody przez komórkę. Lekarze, wiedząc o tym, w przebiegu różnych chorób, na przykład w astmie oskrzelowej, ordynują preparaty antyhistaminowe. Po co? Chorym należałoby raczej zalecać picie większej ilości osolonej wody, a organizm sam wyreguluje stężenie wody w komórce i poza nią, likwidując tym samym nie tylko symptomy, ale i samą chorobę.

Moje ponad dwudziestoletnie doświadczenie uzdrowiciela ludowego, oparte na praktyce ambulatoryjnej i klinicznej, upewniło mnie w tym, że pojawienie się jakiegokolwiek choroby to proces wielopoziomowy, uzależniony od stopnia odwodnienia organizmu, u podstaw którego leży zanieczyszczenie organizmu, o czym świadczą następujące objawy: zaburzenia układu pokarmowego (zaparcie, luźny stolec, przykry zapach stolca, dysbakterioza, kamienie w pęcherzyku żółciowym i nerkach), zaburzenia procesów przemiany materii (reumatyzm, zapalenie stawów, korzonków, osteoporoza), rozmaite objawy skórne i alergiczne, szybkie męczenie się, pogorszenie pamięci.

Wszystkie wyżej wymienione dolegliwości to rezultat wewnętrznej intoksykacji całej struktury złożonej z tkanki łącznej, odpowiedzialnej za przetwarzanie, dostawę, utylizację i usuwanie metabolitów, co stanowi zaburzenie stanu endoekologicznego. Jeszcze raz przypominam, że jeśli nie uporządkujecie pracy układu pokarmowego i wątroby, będącej najważniejszym narządem detoksykacyjnym, nie oczyścicie struktur tkanki łącznej (krew, limfa, przestrzeń międzytkankowa, układ nerwowy) za pomocą wody, to nie ma mowy o przywróceniu energii organizmowi i wyleczeniu człowieka.

Nie zapominajcie o prawidłowym odżywianiu. Najlepiej, jeśli będzie to odżywianie rozdzielne. Starannie przeżuwasz pokarm. Nie popijajcie podczas posiłku i bezpośrednio po nim (żadne tam herbaty czy kompoty). Pić można dopiero po 2 godzinach. I oczywiście używajcie jak najwięcej owoców i warzyw, oraz ziół, czyli tego, co tak szczerze dała nam Przyroda...

Dokładniej o wodzie możecie przeczytać w mojej książce „Woda jako Życie i Zdrowie: fakty i mity”.

Kilka praktycznych rad dotyczących zdrowego stylu życia

ZAPEWNE zgodzicie się z tym, Drodzy Czytelnicy, że niezależnie od tego, jakimi cudownymi właściwościami dysponowałby nadtlenek wodoru, o którym dopiero co mówiliśmy szczegółowo, skuteczność jego oddziaływania na Wasz organizm będzie znacznie większa, a efekt bardziej niezawodny, jeśli zmienicie swe życie od podstaw.

Na przykład pewna pani przyszła do mnie z pretensjami, bo po zażyciu nadtlenu wodoru zrobiło jej się niedobrze. Zacząłem sprawdzać, o co chodzi, i okazało się, że w ciągu sześciu dni cierpiała na silne zaparcia... I wiecie, co Wam powiem? Zanim weźmiecie się za nadtlenek wodoru, konieczne jest oczyszczenie jelit, wątroby, stawów i krwi...

Gdy organizm jest zamieniony w śmietnik, a choroba stan ten pogłębiła, żadne preparaty - w tym nadtlenek wodoru - nie pomogą.

Wiele jesteśmy w stanie wybaczyć samym sobie, odkładamy na jutro gimnastykę, zdrowe żywienie, porządny odpoczynek. Lecz jeśli będziemy traktować swój organizm z lekceważeniem, to zapas naszych dni szybko się wyczerpie. Dlatego przemyślny, co możemy zrobić, by zachować rześkość ciała i ducha.

Nie wątpię, że wielu z Was znalazło już metody powrotu do zdrowia. Dodajcie do nich lub uczynicie podstawowymi również nasze propozycje.

Oczyszczanie jelit

Jest wiele metod oczyszczania jelit, i nie chodzi mi o lewatywę. By poczuć, że wracacie do zdrowia, musicie oczyścić wschodzący odcinek jelita grubego, a szczególnie wątrobę. Niedawno do praktyki medycznej weszło głębokie oczyszczanie jelit przy pomocy hydrokolonoterapii. Dzięki niej w stosunkowo krótkim czasie (5-7 zabiegów) można uzyskać efekt niemożliwy do uzyskania przy pomocy lewatyw.

W czasie zabiegu jelita wypełniane są pod ciśnieniem płynem, wypłukującym jak strumień z węża strażackiego wszelkie nawarstwienia, które są usuwane za pomocą drugiego przewodu. Proces jest kontrolowany przez stałe określanie spadku ciśnienia w układzie. Po 2-3 dniach zabiegów można przystąpić do oczyszczania wątroby.

Nasze doświadczenie w zakresie medycyny ludowej wykazało, że nawet najlepsze lewatywy nie usuwają z jelit błonek gnilno-fermentacyjnych, które stają się integralną częścią jelita, uniemożliwiając trawienie przy pomocy kosmków śluzówki. Ciśnienie towarzyszące wlewowi z

lewatywy i samoistnemu wylewaniu się wody nie usuwa wszystkich złogów, zleżałych mas kałowych i innych ekstrementów. Można tego dokonać jedynie drogą hydrokolonoterapii, dostarczającej płyn i jednocześnie wysysającej go pod kontrolowanym ciśnieniem i temperaturą w jamie jelita. Podczas przepuszczania pod ciśnieniem co najmniej 10 l płynu w czasie 15-20 minut wymywane są nie tylko ekstrementy z jelita grubego, ale również endoksyny z krwi przepływającej przez jelita. W skład płynu do płukania wchodzi ekstrakty wielu ziół leczniczych, w tym piołunu, paprotnika, sporyszu, wrotycza. Opracowaliśmy i stosujemy oryginalną metodę aplikowania nadtlenu wodoru do jelit, które stanowią około 300 cm³ powierzchni wewnętrznej.

W odróżnieniu od oczyszczania jelit za pomocą lewatywy, ta metoda nie wiąże się z żadnymi nieprzyjemnymi doznaniem.

Zabiegi oczyszczania jelit wykonują lekarze proktolodzy. Ilość zabiegów określają specjaliści (zazwyczaj konieczne jest wykonanie od 6 do 12). W okresie poddawania się zabiegom warto przejść na dietę wegetariańsko-bezbiałkową, zachowując zasady żywienia rozdzielnego (patrz: książka Iwana Nieumywakina „Endoekologia zdrowia”).

W celu utrzymania właściwego stanu układu pokarmowego, zaleca się okresowe powtarzanie hydrokolonoterapii. Ilość zabiegów zależy od tego, jak często je powtarzamy. Praktyka naszego Centrum Profilaktyczno-Leczniczego dowodzi, że jeśli hydrokolonoterapia jest powtarzana raz na kwartał, to wystarczy wykonać jeden zabieg. Jeśli co pół roku, to 2,3 zabiegi, jeśli natomiast raz w roku-co najmniej 6 zabiegów.

Jednak jeśli zabieg oczyszczenia jelit przeprowadzany jest samodzielnie przy pomocy lewatywy, to należy go powtarzać dwa razy w roku, wiosną i jesienią, i, co szczególnie istotne, przez 2-3 dni (według metody opracowanej w Centrum).

Jeśli nie ma możliwości wykonania hydrokolonoterapii, w celu oczyszczenia jelita grubego wykorzystujcie następujące lewatywy:

- Do 1,5-2l. przegotowanej wody w temperaturze pokojowej dodajcie 1 łyżkę octu jabłkowego lub soku z porzeczki, cytryny albo borówki. Jeśli niczego z wymienionych nie macie, wykorzystajcie własną urynę w ilości 0,5-1,0 szklanki.
- Do prawidłowej pracy mięśni niezbędny jest magnez i potas, a burak, będąc jednym z najtańszych produktów żywnościowych, przoduje pod względem zawartości tych pierwiastków.

Szczególnie korzystna jest następująca lewatywa z soku buraczanego: 600-800 g buraka zetrzeć na tarce, dolać 1,5 l wrzątku, dusić przez 20 minut, mieszając od czasu do czasu, zdjęć z ognia, zawinąć i odstawić do naciągnięcia na godzinę. Przepędzić i stosować w stosunku 1:10,5

w postaci lewatyw. Podczas głodówki szczególnie ważne jest, by wykonywać taką lewatywę z 1,5-2 l wody przegotowanej i 1 -3 szklanek soku z buraków.

Przybrać pozycję klęku podpartego na łokciach i rozluźnić się. Końcówkę z gumowego wężyka wlewnika Esmarcha należy zdjąć, a wężyk namydlić. Ostrożnie wprowadzić koniec wężyka do odbytu, który również należy nasmarować mydłem. W celu lepszego przenikania wody do jelit należy wykonać spokojny, głęboki wdech brzuchem, wstrzymać oddech, zrobić wydech - i tak kilka razy. Kiedy cała woda wniknie do jelit, wykonajcie kilka ruchów brzuchem - jak przy wdechu i wydechu. W takiej pozycji odbywa się oczyszczenie jelit tylko w odcinku okrężnicy schodzącej i poprzecznej. Odcinek wstępujący okrężnicy, w którym znajduje się większość gnijącej masy złożeń kałowych, pozostaje nietknięty.

Aby w pełni oczyścić jelito grube, należy wykonać następujący zabieg: po wprowadzeniu do jelita wody położyć się na plecach, jak najwyżej unieść nogi i miednicę (pozycja „świecy”) i powoli ułożyć się na prawym boku, poruszając brzuchem jak przy wdechu i wydechu. Następnie ułożyć się na plecy, po czym powoli wstać. Po upływie 5-10 minut od pierwszej lewatywy należy koniecznie ją powtórzyć. Można nawet zrobić ją po raz trzeci. Taki zabieg zapewnia lepsze odklejenie się gnijących błonek białkowych, które przywarły do śluzówki jelita, oraz ich odprowadzenie na zewnątrz.

Po oczyszczeniu jelita zaleca się od razu przystąpić do oczyszczania wątroby.

Oczyszczanie wątroby

- Wybierzcie 4 dni tak, by oczyszczenie przypadało na sobotę i niedzielę. 3 dni wcześniej przejdźcie na dietę bezbiałkową wegetariańską i herbaty żółciopędne.

W tym czasie pożądane jest picie jak największej ilości soku jabłkowego lub jedzenie kwaśnych odmian jabłek. Codziennie wykonujcie lewatywę. Czwartego dnia o 15.00 należy przyjąć 2 tabletki środka żółciopędnego. Przygotujcie 100-150 ml oliwy z oliwek lub roślinnego oleju rafinowanego. Jeśli macie taką możliwość, weźcie 100 ml soku z cytryny, borówki brusznicy, żurawiny, choć możecie ograniczyć się do samej cytryny. Weźcie 2 szklanki i wszystko zmieszajcie. Jeśli macie tylko cytrynę, potnijcie ją na cząstki i ułóżcie obok szklanki. Podczas przyjmowania mieszanki niekiedy pojawiają się mdłości. By tego uniknąć, rozgniećcie ząbek czosnku, umieśćcie w zamkniętym słoiczku, i w razie konieczności powąchajcie czosnek, a wszystko przejdzie.

- O 18.00 zażyjcie 2 tabletki „No-spa”. Jeśli macie podwyższone lub niskie ciśnienie, przyjmujcie po jednej tabletkę „No-spa”, albo w ogóle z niej zrezygnujcie, ze względu na jej właściwości rozszerzające naczynia. Ponieważ podczas oczyszczania wątroby ma miejsce duża

utrata płynów wewnątrztkankowych z kałem (możliwe kłopoty z sercem), należy pić gorącą herbatę z miodem i cytryną, oraz wywary z suszonych owoców i rodzynek.

- O 18.30 weźcie kąpiel (15 minut) i dobrze się rozgrzejcie. Przygotujcie pościel i równo o 19.00 połóżcie się, umieściwszy grzałkę [termofor] w okolicy wątroby, na prawym podżebrzu. Wypijcie lekko podgrzaną mieszankę w ciągu 10-15 minut, na 2 tury (niektórzy są w stanie wypić wszystko od razu), uprzednio zamieszawszy. W czasie zabiegu najlepiej nie chodzić.

Po upływie 3-8 godzin mogą pojawić się bóle w okolicy prawego podżebrza. W takim wypadku zażyjcie ponownie 2 tabletki środka żółciopędnego i 1 - 2 tabletki „No-spa”, połóżcie się w wannie, rozgrzewajcie się przez godzinę, a potem poskaczcie lub postukajcie piętami, stając na palcach. Ponownie połóżcie się do łóżka. Rankiem poczujecie potrzebę udania się do toalety. Następnego dnia, niezależnie od tego czy wyszły kamienie, w południe wykonajcie zwykłą lewatywę. Może wystąpić chwilowe osłabienie.

Zbierzcie zawartość jelit w miednicy, by sprawdzić, co z was wyszło. O 15.00 lub 16.00 powtórzcie wszystko, czyli zróbcie jeszcze jedno oczyszczenie. Zabieg ten należy powtórzyć po upływie miesiąca, a możliwe, że jeszcze raz za kolejny miesiąc, lecz nie więcej niż 3 razy pod rząd. Potem trzeba wykonywać go 1 - 2 razy w roku.

Niektórzy źle znoszą olej roślinny, tym bardziej w dużej ilości, jaką zaleca Małachow i Siemionowa. Ponieważ potrzebę dbania o zdrowie uświadamiamy sobie dopiero w wieku dorosłym, kiedy dolegliwości się w nas nagromadziły, to spożycie 200 ml oleju lub więcej stanowi ogromne obciążenie dla wątroby, układu sercowo-naczyniowego i układu wydzielniczego, co może doprowadzić do nieprzewidzianych procesów (szoku kardiogennego - jeśli miałeś wcześniej problemy z sercem - i do gwałtownego pogorszenia samopoczucia itd.). Nasze doświadczenie podpowiada, że jeśli masz więcej niż 40 lat, lub tym bardziej ponad 50 lat, spożycie oleju roślinnego powinieneś ograniczyć do 100 ml. Zmieszaj go ze 100 g biokefiru lub kwaśnego mleka, podgrzej, wymieszaj i wypij, a nie odczujesz nawet, że pijesz olej. Taka ilość oleju z kefirem łagodzi cały proces oczyszczania wątroby, nie wywołując obciążenia poszczególnych układów organizmu. Należy jeszcze wziąć pod uwagę, że im więcej masz lat, tym mniej gorąca powinna być grzałka (termofor).

Oczyszczanie stawów

Stawy oczyszcza się przy pomocy liścia laurowego. Gotować 5 g liścia laurowego w 300 ml wody 3-8 minut, naciągać 3-4 godziny. Wyciąg najlepiej przygotować wieczorem, a od rana następnego dnia pić po jednej łyżce stołowej (nie więcej na jeden raz!), wypijając całą porcję w

ciągu dnia. Powtórzyć to drugiego i trzeciego dnia. Następnie 7 dni przerwy, i znów w ciągu 3 dni przyjmuj wywar.

Oczyszczanie krwi

Spośród wielu sposobów polecam metodę oczyszczania krwi przy pomocy herbaty imbirowej. 1,5 g suchego proszku zalać 1,5 l wrzątku i 20 minut trzymać na małym ogniu. 5 minut przed zdjęciem z ognia wrzucić szczyptę mielonego czarnego pieprzu. Ostudzić, i do ciepłego wywaru dodać 3 łyżki miodu.

Przyjmować po 1/3 szklanki, zmieszawszy z 1/3 szklanki soku z cytryny i 1/3 szklanki ciepłej wody, 3 razy dziennie, na 30 minut przed posiłkiem. Wywar przechowywać na dolnej półce lodówki, w szklanym słoju pod przykryciem.

Gimnastyka

Niemieccy uczeni dowiedli, że człowiek, który codziennie tylko 20 minut gimnastkuje się, zapada na choroby 5 do 7 razy rzadziej. Efektywność jego pracy wzrasta o 35-40%, i po pięćdziesiątce zyskuje dodatkowych 5 lat życia.

Dla tych, którzy rzeczywiście chcą być zdrowi, pożyteczny z profilaktycznego punktu widzenia jest następujący, niezbyt pracochłonny zestaw codziennych ćwiczeń fizycznych:

- Po przebudzeniu, leżąc na plecach, należy nauczyć się napinać mięśnie całego ciała i poszczególnych jego części.

Rozcierać wszystkie powierzchnie, do których jesteście w stanie dosięgnąć, masować dłonie, palce, uszy, na których znajdują się receptory odpowiadające za stan wszystkich narządów. Rozcierać powierzchnię skóry całego ciała należy dlatego, że pod nią znajduje się układ limfatyczny, odpowiedzialny za zbieranie odpadów, powstających podczas pracy komórek, i za niszczenie patogennej mikroflory.

- Zgiąć nieco jedną nogę, stopa do siebie, druga noga masuje tę zgiętą ze wszystkich stron, jakby odrywała ją: podbicie stopy, palce, powierzchnie boczne, mięśnie łydek, biodra z jednej i drugiej strony (jeśli nie ma żyłaków i wrzodów troficzych). To samo wykonać z drugą nogą.

Przywracając w ten sposób krążenie krwi w kończynach dolnych, jednocześnie zapobiegacie wielu dolegliwościom sercowo-naczyniowym oraz chorobom stawów.

- Złączyć stopy i poruszać nimi do siebie i od siebie, kolana starać się przyciskać do podłogi. Tym ćwiczeniem wykluczacie możliwość powstania zastoju w kończynach dolnych,

płaskostopia, zwyrodnienia stawów biodrowych, zapobiegacie żylakom i zaburzeniom troficznym.

Na początku ćwiczenie można uprościć: jedna stopa porusza się po wewnętrznej stronie zgiętej drugiej nogi, której kolano przyciśnięte jest do podłogi. Odbywa się wówczas jednoczesny masaż wewnętrznej strony nogi, biodra i łydki. Nie wykonywać ćwiczenia przy żylakach i zatorach żył.

Ćwiczenie to jest dobre przy zwyrodnieniu stawów biodrowych, podobnie jak i poprzednie.

- „Chodzenie” na pośladkach. Usiąść na podłodze, nogi wyprostowane (mogą być nieco zgięte). Lewą część ciała - nogę i pośladek - unieść i przemieścić w przód, wykonując przy tym zwrot głową w lewo, a wyprostowanymi rękami - w prawo. Potem wszystko powtarza się prawą częścią ciała: noga z pośladkiem naprzód, głowa w prawo, wymach w lewo. „Przejść” tak 1 -2 m do przodu, potem do tyłu - ile razy chcecie.

Ćwiczenie to likwiduje zjawiska zastojowe w okolicy miednicy, zapobiega powstaniu osteochondrozy we wszystkich odcinkach kręgosłupa, reguluje pracę całego układu pokarmowego, likwiduje zaburzenia układu wydzielniczego i płciowego, likwiduje nietrzymanie moczu, wypadanie odbytnicy, waginy, wzmacnia potencję, likwiduje obrzęk kończyn dolnych.

- Tańczyć, wykorzystując elementy twista: jedna noga wykonuje skręty 180° wokół palców, przy nieruchomej miednicy. Ćwiczenie to sprzyja zapobieganiu lub pozbyciu się zwyrodnienia stawu biodrowego. Należy zauważyć, że podczas ruchu z powierzchni stawów złuszcza się nabłonek, który zamienia się w substancję smarującą. Kości i więzadła nie mają własnego systemu krwionośnego, żywią się zatem dzięki przymocowanym do nich mięśniom. Im intensywniej pracują mięśnie, tym lepsze jest ukrwienie kości i więzadeł. Oto dlaczego koniecznie trzeba się poruszać, niezależnie od wieku i chorób, nie mówiąc już o chorobach stawów.
- Oddychać brzuchem, co zapewnia pracę limfatycznego „serca” - przepony, sprzyjającej nie tylko przepompowywaniu płynu z dołu do góry, ale również masującej wszystkie narządy wewnętrzne jamy brzusznej i klatki piersiowej.

Oto jak wykonać to ćwiczenie: szybko i lekko zrobić wdech brzuchem (może być głęboki), i powoli wciągając pępek w kierunku kręgosłupa - wydech. Im dłużej będziecie to robić, tym lepiej.

Może się wydawać, że leczenie nadtlenkiem wodoru można wspomagać wprowadzaniem dodatkowego tlenu przez drogi oddechowe lub tym, by chory człowiek głęboko oddychał, otrzymując przy tym jakby podwójną porcję - według zakorzenionego w medycynie wzorca, że im więcej tlenu, tym lepiej. Okazuje się, że jest odwrotnie. Jak Państwo wiecie, wolne rodniki,

tlen molekularny i atomowy różnią się swą strukturą i przeznaczeniem. Istnieje pogląd, że nadmierna ilość tlenu przeszkadza rozkładaniu nadtlenu wodoru na wodę i tlen atomowy, w rezultacie czego ogólna ilość tlenu w tkankach może się nawet zmniejszyć.

Oto dlaczego ludziom, którzy przyswajają sobie rozmaite techniki oddychania, już od 40 lat proponuję naturalny sposób oddychania, dany nam przez Przyrodę, czyli nauczenie się oddychania „nie oddychając”. Metoda ta jest jednym z najważniejszych sposobów oddychania, dzięki któremu utrzymuje się właściwy stosunek tlenu do dwutlenku węgla, przez co likwiduje się skurcz naczyń włosowatych, będący początkiem choroby.

Prawidłowy z punktu widzenia fizjologii sposób oddychania: kiedy mówicie, wykonujcie szybki wdech, i na długim wydechu prowadźcie rozmowę. Jak oddychacie, gdy śpiewacie? Robicie głęboki wdech, i na długim wydechu śpiewacie, czyli jeszcze bardziej wstrzymujecie oddech. Robi się to, by w organizmie wzrosła ilość dwutlenku węgla, który rozszerza naczynia i zapewnia komórkom lepsze ukrwienie. Ten typ oddychania, w odróżnieniu od wielu innych, możecie stosować wszędzie, gdzie chcecie: idąc, jadąc autobusem, w pracy itd.

A robi się to tak: należy nabrać odrobinę powietrza, trochę wypuścić i wstrzymać oddech tak długo, jak możecie. Gdy poczujecie, że nie możecie dłużej, wypuście resztę. Odpocznijcie i znowu tak oddychajcie. Trzeba sobie wyobrażać, że mówicie lub śpiewacie, oczywiście milcząc (zresztą jeśli chcecie to śpiewajcie - będzie jeszcze lepiej). Nauczcie się tak oddychać, wstrzymując powietrze na wydechu do 30-40, a najlepiej do 6*0 sekund. Takich sekund w ciągu doby powinno być w sumie co najmniej 30 minut, a najlepiej godzina. Zapomnicie wówczas o dolegliwościach serca i stawów.

Z początku w okolicy serca może wystąpić nieznaczny ból. Może pojawić się arytmia (jeśli była wcześniej), ale nie należy na to zwracać uwagi. Stopniowo wszystko się unormuje. Dzieje się tak dlatego, że trwa przestawianie się na fizjologicznie naturalny sposób oddychania, który usprawnia pracę całego organizmu przez lepsze nasycenie tkanek tlenem.

W swym zawierającym niewiele ruchu życiu, szczególnie w starszym wieku, znajdujemy wiele powodów, by nie uprawiać sportu. Nie ma w pobliżu boiska, przeszkadzają psy wyprowadzane na spacer i niepozwalające biegać truchtem itd. Zapropnuję Wam jednak pewien sposób na wzmocnienie zdrowia.

Wielu z Was mieszka w blokach i skarży się, że trudno im wspinać się na 2-5 piętro bez windy. Jak niedogodność tę zamienić w korzyść? Podchodząc do pierwszego schodka unormujcie oddech, zróbcie wdech, odrobinę powietrza wypuście, i idźcie najszybciej jak możecie, nie oddychając. Gdy poczujecie, że nie jesteście w stanie dłużej wstrzymać oddechu, zatrzymajcie się, wypuście resztę powietrza (w płucach zostało przecież jeszcze wiele powietrza), uspo-

kójkie oddech, i naprzód. Przez pierwsze dni będzie wam dokuczała zadyszka, kołatanie serca, ociążałość nóg, lecz objawy te stopniowo będą zanikać.

Schodząc po schodach również należy „nie oddychając”, bo w tym przypadku pracują całkiem inne mięśnie. Ten, kto chodził po górach wie, że wchodzi się łatwiej niż schodzi.

Pokonajcie najpierw 3-5 stopni, a potem więcej i więcej. W ten sposób wzmacnia się układ sercowo-naczyniowy, oddechowy, nerwowy, mięśniowy, poprawiają się procesy przemiany materii, spada masa ciała. Po przyjsciu do domu przyjmijcie naprzemienny prysznic i pochwalcie sami siebie: jesteście dzielni. Zadziwiająco jest zbudowany nasz organizm, w którego układzie oddechowym tkwią ogromne możliwości! Już w swej pracy doktorskiej pisałem o tym, że człowiek więcej powietrza wydycha niż wdycha, bo w Przyrodzie przewidziany jest fizjologiczny typ oddychania, polegający na tym, że im mniejszy wdech i dłuższe wstrzymanie oddechu, tym lepiej dla organizmu.

- Wielu z Was rano uprawia jogging, czego w żadnym wypadku nie wolno robić. Badania dowodzą, że podczas porannego biegu znacznie wzrasta krzepliwość krwi, a to może być brzemiennie w skutki-przyspieszeniu ulega proces arteriosklerozy i powstają zakrzepy naczyń.

Odżywianie

Moje wieloletnie doświadczenie ludowego znachora pozwala wysnuć wniosek, że spośród wszystkich diet palmę pierwszeństwa trzeba przyznać żywieniu rozdzielnemu, i w życiu codziennym należy przestrzegać następujących podstawowych zasad:

- Rano, przed godziną 7.00 czasu lokalnego, wypijajcie szklankę wody w temperaturze pokojowej. W ciągu dnia, co 2-3 godziny po 50-70 ml, co jest szczególnie ważne dla starszych osób. Pomoże to pozbyć się jednego z najpowszechniejszych zaburzeń działania pęcherzyka żółciowego - wydalić z niego nagromadzoną żółć, z której tworzą się kamienie.

Pijcie płyny nie później niż 10-15 min przed posiłkiem i nie wcześniej niż 1,5-2 godziny po nim. Po posiłku usta można przepłukać, ale nie połykać wody. Najlepiej pić tylko stopniałą wodę.

- Nie gotujcie i nie jedzcie w stanie gniewu. Miejcie zawsze pozytywne nastawienie.
- Przestrzegajcie następującego stosunku pokarmów: białka (głównie roślinne) - 15-20%; pokarmy roślinne - 50-60% (im więcej surowych, tym lepiej); węglowodany - 30-35% (lub po prostu 1:5:3). Białka - mięso (niesmażone, białe mięso drobiu), ryby, jajka (na miękko), buliony (pierwszą wodę zlać), strączkowe, grzyby, orzechy, nasiona.

Pokarm roślinny - owoce, warzywa, dzemy, soki.

Węglowodany-zboża (im grubiej mielone ziarno, tym lepiej), mączne (im mniej, tym lepiej), kasze, ziemniaki, cukier, słodycze, miód.

Ilość tłuszczów nie powinna przekraczać 5-10%. Spożywajcie klarowane masło śmietankowe, smalec, słoninę, olej roślinny tylko w świeżej postaci, słonecznik, orzechy.

W charakterze przypraw używajcie różnych octów.

Z wiekiem konieczne jest ograniczenie spożycia białek zwierzęcych: mięsa i ryb do 2-3 razy w tygodniu, a jajek do 10 sztuk w tygodniu.

Żywność pochodzenia roślinnego (sałatki, surówki) najlepiej spożywać 8-10 minut przed pokarmem węglowodanowym lub białkowym.

- Zasadniczo nie powinno się mieszać pokarmów węglowodanowych z białkowymi. Zarówno pokarm białkowy, jak i węglowodanowy można jeść z roślinnym. Na przykład można przygotować taką kanapkę: mięso, liść świeżej kapusty, mięso, kapusta kiszona. Po spożyciu pokarmu białkowego produkty węglowodanowe wolno jeść dopiero po upływie 4-5 godzin.
- Zrezygnujcie z potraw smażonych, tłustych rosółów, słodkiego mleka, sztucznej i rafinowanej żywności (wędliny, kiełbasy, słodycze, ciastka, biały chleb).
- Cukru i chleba używajcie z umiarem: cukier - do 30-40 g na dobę, sól - do 3 g na dobę.

Pokarm koniecznie dokładnie przeżuwaszcie, aż do momentu, gdy w ustach zniknie jego smak. Wówczas moment nasycenia następuje szybciej, a objętość zjadanych porcji zmniejsza się dwu- i trzykrotnie, co prowadzi do unormowania masy ciała.

- Starajcie się jeść świeżo przygotowane posiłki. Pokarm odgrzewany lub spożywany kilka godzin po przygotowaniu jest już „martwy”.
- Nie zalecam spożywania posiłków i picia płynów w gorącej postaci. Ich temperatura powinna mieścić się w granicach 35-38°C.
- Ponieważ spożywanie pokarmu, jego trawienie, wchłanianie i odprowadzenie odpadów to pracochłonny proces energetyczny, posiłek powinien być jednorodny, świeży, w większości roślinny.
- Spożywajcie posiłki co najmniej 3-4 razy dziennie, lecz w niewielkich ilościach. Lepiej zrezygnować z posiłku niż przepełnić żołądek, który też musi odpoczywać.
- Kolacja nie powinna być jedzona później niż o godzinie 18-19.
- Raz lub dwa razy w tygodniu należy robić dzień odciążający układ pokarmowy (na sokach i owocach), który powinien trwać od 24 do 36 godzin, lub głodówkę ze spożyciem stopniałej wody.

Wiele osób (szczególnie cierpiących na niskie ciśnienie) nie może obejść się bez kawy, wiążąc jej pobudzające działanie z kofeiną. Ale to nie całkiem tak. Palone ziarno drzewa kawowego

podczas zaparzania wydziela dodatkowo nadtlenek wodoru, którego w jednej filiżance jest do 750 mg. Zatem pijcie kawę na zdrowie, tylko nie nadużywajcie jej, szczególnie nadciśnieniowcy.

- Spożyty pokarm powinien być zrównoważony wysiłkiem fizycznym.

Pamiętajcie, że jaki pokarm, taki stolec. Przychód (objętość pokarmu) powinien być mniejszy, a rozchody (ruch) powinny być większe.

- W czasie chorób przebiegających z towarzyszącym im podwyższeniem temperatury ciała najlepiej nic nie jeść do chwili unormowania temperatury, tylko pić wodę i soki.

Zastosowanie się do tych zasad żywienia pozwala zachować czystość przewodu pokarmowego po jego oczyszczeniu, stwarzając właściwe warunki dla działalności wszystkich narządów i układów organizmu.

Myśl

Dzisiaj jest już oczywiste, że nasza myśl jest takim samym materialnym procesem, jak pozostałe procesy zachodzące w przyrodzie, lecz dotychczas niewiele było w pełni obiektywnych dowodów na poparcie tego faktu.

Na przykład Maria Iwanowna Szaduri (Gruzja), doktor nauk biologicznych, wykorzystując efekt Kirliana dowiodła, że nasza myśl uwidacznia się w czasie rzeczywistym w promieniowaniu pochodzącym od palca. Za pomocą tej metody, nazwanej biohologramem, wykazano, jak myśl kieruje ciałem, podczas gdy ani medycy, ani biochemicy, przyzwyczajeni do rozczłonkowania organizmu na części, nie zdołali odpowiedzieć na to pytanie.

Zdjęcie palców, będące dynamicznym hologramem, pozwala wyrobić sobie zdanie na temat stanu zdrowia całego ciała (równe świecenie) oraz o charakterze choroby tego czy innego narządu. Im poważniej chory jest narząd, tym jaśniej i wyraźniej świeci on sam. Poza tym przy pomocy takiego obrazka dowiadujemy się o tym, co zachodzi wewnątrz niego nawet wówczas, gdy jeszcze nie odczuwamy choroby, w tak zwanym okresie prodromalnym.

Stąd wniosek: należy wyobrażać sobie chory narząd jako zdrowy, i wówczas wysłany zostaje rozkaz jego uzdrowienia.

Strach przed rakiem to początek choroby. Jeśli wierzysz, że nie masz raka i nie będziesz go mieć, to organizm sam, przy pomocy zjawiska apoptozy (mechanizm likwidowania wszystkiego, co przeszkadza w prawidłowym działaniu), usunie proces patologiczny.

Centrum Leczniczo-Profilaktyczne profesora Nieumywakina

W ZAWIERUSZE szybko mijającego życia przypominamy sobie o naszym ciele zazwyczaj dopiero wówczas, gdy zaczynamy chorować. Do 20-25 roku życia dorostujemy, uczymy się; od 20 do 45 lat poświęcamy się rodzinie, dorabiamy się; od 45 do 60 - oddajemy nagromadzoną wiedzę. Wydaje się, że jeszcze nie zdąży się pożyć, a już pora iść na emeryturę. Dobrze, jeśli jest się czym zająć i czemu poświęcić czas, lecz najczęściej człowiek, który pędził przez życie, napotyka ścianę beczynności i czuje się nikomu niepotrzebny, popada w choroby, na które wcześniej nie zwracał uwagi. Efektem jest zawał, udar i życie się kończy.

Nikt nas nie uczył w młodości, ani tym bardziej na starość, jak być zdrowymi. Wciąż pędząc, żyjąc dla innych (państwa, dzieci, które utrzymujemy do starości), cały czas do czegoś dążymy (stanowiska, tytuły, bogactwo), spieramy się, a przecież na to wszystko potrzebne są siły i energia, których z upływem lat jest coraz mniej. Prawidłowo czynią ludzie za granicą - każdy niesie własny krzyż i za niego odpowiada.

Przez całe życie ani razu nie wykazujemy zainteresowania tym, jak działa najbardziej skomplikowana fabryka w naszym wnętrzu. A przecież Przyroda nagrodziła nas właściwościami, których nie posiada nikt inny: samowystarczalnością, samoregulacją i samoregeneracją. Tylko że o organizm, podobnie jak o samochód, trzeba dbać, robić okresowe przeglądy, naprawy, smarowania (gimnastyka), nie mieszać benzyny z naftą (uporządkować odżywianie) itd. I chociaż wymaga to pokonania określonych trudności, przejścia na inny tryb życia (odżywiania, ruchu, hartowania się), to pozbyć się chorób i zachować rzeźkość można w każdym, nawet starszym wieku.

Droga do zdrowia to praca nie mniej ważna niż jakakolwiek inna. Poświęciwszy na nią jakieś 30-60 minut dziennie, stopniowo zaczniecie rozumieć, że zdrowia nie da się kupić, tylko trzeba na nie zapracować! Jednak rezultaty takiej pracy są warte włożonego w nie wysiłku i pozwolą Wam żyć w pełnym zdrowiu, a także nie stanowić na starość ciężaru dla dzieci.

Sami jesteście sobie winni, że spotykają Was choroby, a zrozumieć przyczyny tego, co się dzieje z Waszym zdrowiem, pomogą Wam pracownicy naszego Centrum Leczniczo-Profilaktycznego, w którym zastosowano optymalne metody i środki udzielania pomocy medycznej, bez których wyleczenie pacjentów jest praktycznie niemożliwe. Podstawą naszej pracy jest korzystanie z doświadczenia zgromadzonego przez medycynę ludową oraz z wiedzy o wzajemnych powiązaniach pomiędzy wszystkimi narządami i układami. Możliwe, że stanie się to zaczątkiem medycyny przyszłości, której podstawą będzie wiedza medycyny tradycyjnej i doświadczenie ludowej.

Do metod tych zalicza się:

- Ocena stanu pacjenta przy pomocy komputerowej diagnostyki irydologicznej (na podstawie tęczówki oka) i metody biolokacyjnej (na podstawie odczytu informacji z powłoki biopola - aury, która otacza człowieka);

- Oczyszczenie organizmu z odpadów przy użyciu hydrokolonoterapii, z uwzględnieniem indywidualnych właściwości pacjenta, zastosowanie rozmaitych metod naturalnych, szczególnie tlenu atomowego, jako jednego z najmocniejszych antyoksydantów, który niszczy każdą patogenną mikroflorę i likwiduje niedotlenienie tkanek, stanowiące przyczynę wszystkich chorób, w tym nowotworowych;

- Wykorzystanie niemających odpowiedników, autorskich metod wzmacniania układu odpornościowego oraz procesów bioenergetycznych;

Korekcja kręgosłupa przy pomocy oryginalnego masażu uderzeniowo-falowego (metoda autorska), dzięki któremu w ciągu 1-2 seansów przywracane jest właściwe położenie kręgów względem siebie, od czego nierzadko zależy całe zdrowie człowieka;

- Limfodrenaż - limfa to płyn międzytkankowy, który nasącza wszystkie tkanki i odpowiada za usuwanie z nich produktów metabolizmu; oczyszczenie limfy po hydrokolonoterapii pozwala znacznie skuteczniej uzyskać stan ogólnego oczyszczenia organizmu;

- Korekcja struktury biopola

(pomożemy Wam rozeznąć się w sytuacji panującej w rodzinie, w pracy, pomożemy poprawić te stosunki. Nauczymy, jak samodzielnie przeciwstawiać się negatywnym wpływom energoinformacyjnym. Za pomocą tak zwanych magnetronów, które nie mają odpowiedników nigdzie na świecie - biokorektorów, bransolet, lejków i innych wyrobów, które swą strukturą i gradientem dokładnie odpowiadają polu magnetycznemu Ziemi - dokonywane jest naturalne doładowanie energią, a tym samym odbudowanie struktury biopola człowieka);

- Ultrafioletowe napromieniowanie krwi (przy użyciu aparatu „Helios-1”);

- Leczenie nadtlenkiem wodoru;

- Leczenie sapropelem [szlam gliniany powstały w środowisku wodnym], preparatem z naturalnych złóż ;

- Sporządzenie zaleceń uwzględniających cechy pacjenta i charakter jego dolegliwości.

W naszym Centrum Leczniczo-Profilaktycznym pracują wykwalifikowani specjaliści, w tym również doktorzy nauk medycznych, posiadający wielkie doświadczenie w dziedzinie medycyny ludowej. Przytulne gabinety, ciepła atmosfera i wzajemne zrozumienie rodzi zaufanie, pozwalające na leczenie się całymi rodzinami. I chociaż wymaga to pokonania określonych

trudności, przejście na inny tryb życia (odżywiania, ruchu, hartowania się), stanowi drogę do pozbycia się chorób, zachowania rzeźkości, i to w każdym, nawet starszym wieku.

Potem wszystko będzie zależeć już tylko od Was, Waszego wyboru, jaką drogą życiową chcecie kroczyć: odzyskać zdrowie czy przegapić wśród dolegliwości życie, trwoniąc czas i pieniądze w poszukiwaniu dobrych lekarzy, bez jakichkolwiek gwarancji wyleczenia.

Wystarczy przebudować swą świadomość, zacząć powoli przechodzić na drogę zdrowia zgodną z Przyrodą, a uzyskacie drugą młodość, zachowując zdolności wynikające z wieku. Doświadczenie Centrum Leczniczo-Profilaktycznego, na czele którego stoję, stanowi tego najlepsze potwierdzenie. Jego kuracjusze, stawiając kolejne kroki na drodze do zdrowia pod kierunkiem doświadczonych specjalistów i wykorzystując otrzymane zalecenia, osiągają znaczne sukcesy i odzyskują zdrowie.

Opinie pacjentów

Nazywam się N. Almazow i od 7 Lat cierpię na stwardnienie rozsiane. Niezależnie od tego, że leczyłem się już wszędzie (szpital miejski, wojewódzki i inne), nie ma żadnych rezultatów, a nawet mój stan uległ pogorszeniu. Nieraz przychodziłem do szpitala na własnych nogach, a odwozili mnie do domu samochodem. Leczyłem się u profesora Nieumywakina, gdzie wraz z zastosowaniem nadtlenku wodoru wewnątrznie i do nosa, przeprowadzono oczyszczenie jelit za pomocą hydrokolonoterapii, korektę kręgosłupa, limfodrenaż i ultrafioletowe napromieniowanie krwi, co trwało jakieś 10-12 dni. Wcześniej prawie nie mogłem się poruszać ze względu na ból nóg i zachwiania równowagi. Po korekcie kręgosłupa poruszam się swobodnie, i nogi już mnie nie bolą. Wcześniej, by spojrzeć za siebie, musiałem odwracać się całym ciałem, a teraz swobodnie kręcę głową. Wcześniej miałem 3-5 dniowe zaparcia, a podczas wypróżniania oczy wychodziły mi z orbit. Teraz wszystko jest w normie i odbywa się bez wysiłku. Poprawił mi się wzrok. Wcześniej byłem w stanie czytać jedynie wielkie litery, a teraz mogę przeczytać nawet drobny druk. Wcześniej wstawałem 2-3 razy w ciągu nocy, a teraz przesypiam całą noc. Wszystkiego tego, czego nie są w stanie zrobić ogromne zespoły pracujące w placówkach medycznych, dokonano w Centrum, w którym pracuje tylko kilku lekarzy. Podczas mojego ostatniego pobytu w szpitalu powiedziano mi wprost: „Nie możemy Panu pomóc”. I tak nie udzielali mi żadnej pomocy. Komu jest potrzebna taka medycyna?! Lepiej stworzyć więcej Centrów podobnych do tego profesora Nieumywakina, gdzie pacjenci spotykają się nie tylko ze zrozumieniem, ale i z pomocą, której tak bardzo potrzebują, będąc nikomu niepotrzebni!

Iwanie Pawłowiczu! My pacjenci widzimy, ile sił poświęca Pan każdemu z nas. Dlatego też życzę Panu i wszystkim Pańskim współpracownikom krzepkiego zdrowia.

Moskwa

Jestem wdzięczny losowi za to, że spotkałem na swej drodze profesora Nieumywakina. Moja żona od dawna cierpi na chorobę Parkinsona. Garściami łykała lekarstwa, od których czuła się jeszcze gorzej. Nie mógł chodzić samodzielnie, przewracała się, traciła orientację w przestrzeni, trzęsła jej się ręce i głowa, przez co praktycznie niczego nie mogła sama robić. Miała alergię na wszystkie produkty spożywcze koloru czerwonego.

Dowiedzieliśmy się o profesorze Nieumywakinie. Zgodnie z jego zaleceniem już 7 miesięcy stosujemy wewnętrznie nadtlenek wodoru, wcieramy go w całe ciało i zakrapiamy do nosa. Przeprowadziliśmy oczyszczenie organizmu: jelita grubego przy pomocy hydrokolonoterapii, wątroby - według szczególnej metody Ludmily Stiepanownej, naświetlanie krwi ultrafioletem, korektę kręgosłupa - i w ogóle wszystko, co wykonują w „Centrum” Iwana Pawłowicza. Rezultaty widoczne są gołym okiem: żona zaczęła chodzić, sama wykonuje wszystkie podstawowe czynności, odzyskała mowę, pamięć, pozbyła się alergii na czerwone produkty. Znacznie zmniejszyły się dawki przyjmowanych lekarstw, a niekiedy nawet zapominamy o ich zażyciu - bierzemy je raczej z przyzwyczajenia.

Ja zresztą także zacząłem przyjmować nadtlenek wodoru (na pozostałe zabiegi nie mam pieniędzy). Czuje, że zwiększyła mi się wydolność, znikło uczucie ciężaru w żołądku, unormował się stolec. Mam wrażenie, że odmłodziłem o 5-10 lat I stało się to po wieloletnim przesiadywaniu w poczekalniach różnych lekarzy, którzy mimo całego arsenału przyrządów, widząc nas jedynie rozkładali ręce w geście bezsilności. Tymczasem w „Centrum” profesora Nieumywakina wszystko jest łatwe, zrozumiałe, i przede wszystkim robione z chęci pomocy pacjentowi. Z wrażliwością i pragnieniem udzielania pomocy wyjaśniają tam, co człowiek powinien samodzielnie robić. Wnikają również w przyczyny choroby. Uświadamiają, że bez osobistego wysiłku nie da się niczego osiągnąć.

Wielkie dzięki Panu za to wszystko, Iwanie Pawłowiczu. Życzymy Panu i Pańskim współpracownikom dużo zdrowia.

Rodzina Kulikowych z Moskwy

Komentarz. Jak widać z opinii pacjenta, zabiegi przeprowadzone z udziałem nadtlenu wodoru i napromieniowania krwi UV dały dobrze rokujący efekt.

Nadtlenek wodoru jest nie tylko dodatkowym źródłem tlenu dla niedotlenionych komórek, likwidującym hipoksję, będącą powodem wszelkich zmian patologicznych z nowotworami włącznie, lecz również swego rodzaju „czyszcicielem”, będącym mocną trucizną, zdolną do walki z wszelką patogenną mikroflorą. Oto dlaczego w pierwszej kolejności należy uporządkować pracę układu pokarmowego i uruchomić układ immunologiczny, czemu sprzyja także naświetlanie krwi UV za pomocą skonstruowanego przez nas unikalnego aparatu „Helios-1”.

Drogi Iwanie Pawłowiczu! Wielkie dzięki i niski pokłon za pracę i miłość do nas - cierpiących na różne choroby Jako osobowość stanowi Pan element leczenia w swym Salonie Leczniczko-Profilaktycznym Słowo „salon” to określenie związane z pięknem. A Pan oczyszcza nas z wewnętrznego brudu, by organizm był czysty i działał jak nowy. Po przejściu cyklu leczenia, który zawiera głębokie oczyszczenie jelit za pomocą unikalnej metody, ultrafioletowe naświetlenie krwi, zadziwiająca w swej prostocie i skuteczności korektę kręgosłupa, nie wspominając już o sprawiającym cuda nadtlenu wodoru, wypiękniałam w 50%. Nie mam słów, by przekazać wdzięczność Panu i Pańskim współpracownikom. Postaram się, by o Panu i Pańskim Centrum dowiedział się szeroki krąg ludzi w Izraelu

Nina Yogen-Mogilewska, Hajfa, Izrael

Mam 71 Lat, jestem inwalidą II grupy, przeżyłem wybuch w Czarnobylu i mam cały wachlarz dolegliwości: stenokardię, bóle stawów, nadciśnienie. Podczas badania profesor Nieumywakina wykrył wysoki stopień zanieczyszczenia organizmu. Po kompleksie zabiegów wykonanych w Centrum po raz pierwszy od wielu lat poczułem się jak człowiek mogący swobodnie poruszać się bez ataków stenokardii. Wcześniej samodzielnie wykonywałem oczyszczanie wątroby i jelit według różnych recept, ale bez rezultatu.

Oczyszczając się metodą Iwana Pawłowicza zauważyłem, że wyszło ze mnie tyle świństwa, że moje zdziwienie nie miało granic. W ciągu 2003 roku trzykrotnie leżałem w szpitalach wojskowych im. Burdenko [jeden z najlepszych szpitali w Rosji i Wiszniewskiego, bo nie mogłem już funkcjonować bez nitrogliceryny. Od marca zażywam nadtlenek wodoru, zakrapiam nim nos i robię kompresy na różne części ciała. Proste i skuteczne.

Pragnę dodatkowo podkreślić stosunek personelu Centrum do pacjentów. Wrażliwość i życzliwość odgrywają znaczącą rolę w procesie zdrowienia, co odczułem na sobie.

Co ważne, uczą nas tutaj, że chorujemy przez własne lenistwo i liczenie na to, że ktoś będzie dbał o nasze zdrowie za nas. Wyjaśniają, co robić i jakich zaleceń się trzymać. Szczególnie wiele z nich można znaleźć w książce „Endoekologia zdrowia”.

Borys Iwanowicz Siemaszko, Moskwa

Choruję od 1994 roku, przeżyłam 4 zawały, mam niedokrwienie mięśnia sercowego, stenokardię napadową, arytmie. Niemal co kwartał ląduję w szpitalu. Ból w plecach nie pozwalał mi na wspięcie się na 4 piętro, gdzie mieszkam, dlatego zmuszona byłam nie opuszczać domu. Dusitam się, garściami przyjmowałam lekarstwa, a pani kardiolog powiedziała, że nie jest w stanie mi pomóc. Usłyszałam o profesorze Nieumywakmie i udałam się do niego, do Centrum. Spojrzawszy na mnie orzekł, że postawi mnie na nogi w ciągu 1-2 tygodni. Pomyślałam: „Jakaś bzdura-10 lat cierpień, wizyty u wielu lekarzy, i nikt nic nie wskórał a on mi mówi o 2 tygodniach!” Nie miałam jednak wyboru i musiałam zgodzić się z doktorem.

Wraz z początkiem serii zabiegów zaczęły dziać się ze mną cuda. Po przeprowadzeniu uderzeniowo-falowego masażu kręgosłupa, opracowanego przez doktora wraz z J. N. Grabar, znikły bóle w okolicy serca, a po czterech zabiegach hydrokolonoterapii i limfodrenażu zrezygnowałam z tabletek. Oczyszczenie jelit to jakaś magiczna czynność. Wyszło ze mnie tyle śmieci... A ja nigdy nie zastanawiałam się nad tym, co dzieje się wewnątrz mnie.

Iwan Pawłowicz powiedział, że jelito grube rozciągnęło się i podniosło o 10-12 mm, i uciska serce, które nie może prawidłowo pracować. Dlatego me pomagają żadne lekarstwa. A w okolicy odcinka piersiowego kręgosłupa kręgi odpowiadające za pracę serca całkiem „zardzewiały”. Trochę korekty kręgosłupa rękami Iwana Pawłowicza zdziałało cuda i odmłodziło mnie o 10 lat (a mam 72 lata). Oczywiście, że było to bolesne, za to teraz chodzę bez przeszkód bez zadyszki. Nie mam już arytmii i bólu w okolicy serca. Teraz jestem w stanie sama o siebie zadbać. Po tym, jak nadtlenek wodoru zaczął działać, już się z nim nie rozstaję.

Jestem bardzo wdzięczna całemu personelowi medycznemu za to, że robią to, czego oficjalna medycyna me może i nie umie robić. Tysiącrotnie dzięki za to, że przywróciliście mi życie. Teraz rozumiem, że zdrowie w znacznej mierze zależy od nas samych i obiecuję stosować się do zaleceń otrzymanych w Centrum. Za książkę „Endoekologia zdrowia” należy powiedzieć oddzielne „dziękuję”. Nie ma nic podobnego na półkach księgarń sprzedających literaturę prozdrowotną. Jest to skarbnica wiedzy o zdrowym stylu życia. Nic, tylko czerpać i stosować w praktyce!

Nina Maksymowna Kowaliowa, Moskwa

Zachorowałam na stwardnienie rozsiane w 2001 roku. Poczułam, że coś jest nie tak z nogami. Chód stał się chybocliwy, nie mogłam długo ustać, zaczęły niepokoić mnie bóle w krzyżu. Niezależnie od leczenia, mój stan pogarszał się, chociaż leczyłam się w Neurologicznym

Instytucie Naukowo-Badawczym i w szpitalach wojskowych. W szpitalu lotniczym wykryto u mnie zmiany w odcinku szyjnym kręgosłupa i zaproponowano mi operację bez jakiegokolwiek gwarancji na poprawę. Ostatnimi czasy wystąpiły nie tylko kłopoty z chodzeniem, ale i drętwienie nóg, rąk. Jelita przestały w ogóle działać bez pomocy środków przeczyszczających. Pomyślałem, że nadchodzi koniec. W informatorze „ZSZ” przeczytałem o Centrum profesora Nieumywakina i wystarałem się o wizytę u niego. W ciągu pół godziny wyjaśnił mi, co się ze mną dzieje, co można począć i, nie obiecując za wiele, przystąpił do wykonywania zabiegów, zaczynając od korekty kręgosłupa.

Nie spotkałem się z niczym podobnym. Przy pomocy młoteczka i drewnianej płytki przejechał po kręgosłupie, postukał po szczególnie chorych miejscach, pomanipulował palcami (wszystko to robił żartując) i nawet nie zauważyłem, jak zniknął ból z kręgosłupa, a szczególnie z okolic lędźwi. Wstałem – i już nie było bólu. Przeszedłem się nawet bez laski. Cud. Przepłukano mi jelito grube, naświetlono krew UV, zacząłem przyjmować nadtlenek wodoru i zakrapiać go do nosa, a także robić lewatywy z nadtlenku i Mumio.

Minęło jakieś 10 dni i znów poczułem się jak człowiek. Chodzę już po domu bez laski, drętwienie ustało, chód stał się normalny. Iwan Pawłowicz zrobił też coś z moją szyją. Przestało mi się kręcić w głowie, ustał ból głowy - czyli wszystko wraca do normy. I wszystkiego tego dokonuje jeden lekarz z darem od Boga, profesor Nieumywakin z pomocnikami, zastępując całe instytucje! Teraz, wiedząc co mam robić, mam nadzieję na zdrowie. Wiedząc, co mogę zrobić samodzielnie, wykonuję wszystkie zalecenia rozumiejąc, że polegać na tradycyjnej medycynie to próżny trud.

W. D. Kabulko, Moskwa

** * **

To miło, że praktycznie wszyscy pacjenci, którzy przeszli cykl leczenia w Centrum - niezależnie od charakteru choroby - piszą, że Centrum to ostatnia deska ratunku. Śmiem Was zapewnić, że wszyscy oni odczuli poprawę zdrowia, stali się prawdziwymi wyznawcami zdrowego stylu życia, i z tej drogi już nie zбочą.

Zainteresowanych informuję o lokalizacji naszego Centrum Leczniczo-Profilaktycznego:

Adres:

127642, Moskwa, przejazd Dieżniewa 19, korpus 1,

Telefon: (095) [ostatnio zmieniono na (495)] 180-94-18

Sposób dotarcia:

stacja metra - „Sviblovo”, autobus 61, czwarty przystanek - „Zapovednaya”

Godziny przyjęć:

od 10.00 do 20.00, za wyjątkiem soboty i niedzieli

Nie mamy pokoi noclegowych.

Podsumowanie

CHOCIAŻ oficjalna medycyna na bierze swój początek w medycynie ludowej, którą Ministerstwo Zdrowia Federacji Rosyjskiej darzy sympatią, nadal robi się wszystko, by postępowe tendencje tradycyjnej medycyny ludowej były ignorowane, mimo że dziś wiele osób rozumie, iż bez integracji wysiłków medycyny oficjalnej i wielowiekowego doświadczenia medycyny ludowej nie uda się wyjść ze ślepego zaułka.

Oczywiście ogromne znaczenie ma kompleks nastawionych na profilaktykę przedsięwzięć przywracających zdrowie, w tym rozwiązanie wielu problemów społecznych, ekonomicznych i ekologicznych, a szczególnie obyczajowych. Jest to jednak możliwe wyłącznie na poziomie państwowym. Na zachodzie dawno już to rozumiano, i troska o pomyślność obywateli jest zagadnieniem ogólnonarodowym.

Zapewne nasze życie polega na walce starego z nowym - taka jego proza, która każe żyć w oczekiwaniu na lepsze jutro. Taka ulotna i jednocześnie określona postawa pomaga człowiekowi żyć i przeżyć. Jest ona właściwa szczególnie mieszkańcom Rusi, na których barki spada tyle przeciwności, że inne narody dawno by już wymarły. A my żyjemy i mamy nadzieję. Na tym właśnie polega mentalność i siła narodu rosyjskiego oraz jego istoty.

Kończąc książkę, wyjawię Wam niepokojącą tajemnicę. Otrzymuję wiele listów od lekarzy, którzy wykonują dożylne wlewy nadtlenu wodoru. Wiecie, co oni robią? Upewniwszy się, że nie są w stanie czymkolwiek pomóc pacjentowi, piszą w historii choroby, że aplikują glukozę, a w rzeczywistości wprowadzają nadtlenek wodoru. A wtedy pacjent wraca do zdrowia. Kogo my oszukujemy i jak długo będziemy trwać w takim powszechnym zakłamaniu? Mówi się, że jest to jeden z grzechów głównych, a my wciąż marzymy o jakichś jasnych ideach, śniąc o wzajemnym zaufaniu. Przecież nie ma nic prostszego: niech każdy robi to, co spowoduje, że inni będą czuli

się lepiej. Jeśli tylko zasada ta stałaby się prawem, nasze życie naprawdę byłoby zdrowe i szczęśliwe!

Wielu pyta mnie o metody, które stosuję na sobie. Moja historia stanowi zaprzeczenie obiegowej opinii, panującej w oficjalnej medycynie, jakoby proces arteriosklerotyczny był nieodwracalny. Gdy miałem 52 lata, lekarze postawili diagnozę: proces arteriosklerotyczny ze szczególnym porażeniem mózgu i serca, przy ciśnieniu krwi 160-180/100-120, pulsie 75-86; arytmia i wiele innych towarzyszących temu chorób, takich jak reumatoidalne zapalenie stawów. Z punktu widzenia oficjalnej medycyny powinienem być przewlekłe chory albo w ogóle nie żyć.

Jednak już wcześniej dużo czytałem i dobrze orientowałem się w środkach medycyny ludowej, choć niczego nie stosowałem. Zaczawszy na miarę swych możliwości gimnastykować się, stosować żywienie rozdzielne z równoczesnym ograniczeniem objętości porcji, oddychaniem przeponowym ze wstrzymywaniem powietrza na wydechu przez minutę do czterech, joggingiem, prysznicami naprzemiennymi, ogólnym hartowaniem organizmu (na działce, niezależnie od pory roku, chodzenie boso i w szortach), osiągnąłem znaczną poprawę stanu zdrowia. Jednak szczególnie dobrze poczułem się, gdy zacząłem zażywać nadtlenek wodoru i stosować go dożylnie. Ciśnienie krwi spadło do 120-130/75-80, puls w spoczynku wyniósł 55-60, w czasie snu 45-50, z rzadka pojawiały się ekstrakystole (przedwczesne pobudzenia serca), ale ja ich nie zauważałem.

Wraz ze mną cała rodzina zażywa nadtlenek nie tylko wewnętrznie i zakrapiając go do nosa, ale też wstrzykuje go sobie w warunkach domowych do żyły przy pomocy strzykawki.

Żyjemy, cieszymy się zdrowiem i życzymy tego również Wam.

Praca w charakterze ludowego znachora to nie tylko obciążenie psychiczne, którego udźwignięcie wymaga gruntownej znajomości fizjologii i stanów patologicznych oraz metod ich korygowania. Wiąże się to z niesieniem odpowiedzialności za rezultat leczenia. Stanowi to również obciążenie fizyczne. Podczas wykonywania samej tylko terapii manualnej trzeba „przerzucić” co najmniej jedną tonę dziennie, czego nie zrobią raczej ci, którzy do nas przychodzą.

Człowiek żyje nie tylko na poziomie ciała fizycznego, ale również na poziomie duszy i energii, którą powinien być przez cały czas naładowany do pełna. Podczas choroby energia - podobnie jak w akumulatorze ulega zużyciu. Pojawiają się przebicia w izolacji (biopolu). Oto dlatego różnego rodzaju ludowi znachorzy starają się (niestety nie zawsze fachowo) „naładować” człowieka. Wielu z nich udaje się to i wszelkie lekarstwa oraz sposoby jakby „rozpalają” osłabione mechanizmy odżywiania komórek i zaczynają one prawidłowo działać, wydzielać energię, przywracając

potencjał układu energoinformacyjnego, który doprowadza do normy wszystkie procesy życiowe. Należy jednak pamiętać, że gdyby w tym stanie rzeczy usunąć jedynie tlen atomowy, to nic nie będzie w stanie podźwignąć chorego z łoża boleści i nikt nie napompuje go energią.

Układ energoinformacyjny otrzymuje 50% energii od Wszechświata (energia stwarzania). Jest to energia falowa o częstotliwości żywego organizmu. Pozostałe 50% energii powstaje w procesie podziału komórek. Owo 100% energii układu energoinformacyjnego zarządza wszystkimi procesami w organizmie. Jest to wielka mądrość Przyrody.

Człowiek otrzymuje 50% energii z zewnątrz, a kolejne 50% musi dostarczyć sobie sam. Jeśli człowiek będzie leniem, to po prostu umrze. Jest to szczególnie istotne w chwili, gdy medycy oświadczają, że to już koniec. W organizmie drzemią pokłady rezerw, w tym tlen atomowy, który w połączeniu z innymi staraniami pomoże Wam uporządkować kwestię zdrowia.

Oczywiście wszystko co powiedziałem wymaga jeszcze dodatkowych badań, ale wydaje mi się, że nikt w najbliższej przyszłości nie będzie się nimi niestety zajmował, bo obaliłby tym samym wszystkie panujące dogmaty o przyczynach chorób i, co ważniejsze, sztucznie ugruntowane podejście do leczenia za pomocą leków syntetycznych, które są bezsilne wobec zasiedlającej nasz organizm mikroflory bakteryjnej, która po takim leczeniu staje się jeszcze bardziej zakaźna.

Jak widać z doświadczenia stosowania nadtlenu wodoru, gromadzonego praktycznie w podziemiu, powstaje więcej pytań niż odpowiedzi. Z tego względu powinny powstać instytucje, które miałyby obowiązek zająć się tym i wprowadzić w życie deklarowaną troskę o człowieka. Medycyna ludowa proponuje wiele metod i środków pochodzenia naturalnego, które z wystarczającą dawką pewności leczą to, co wymyka się spod władzy medycyny oficjalnej. Czas, by zjednoczyć wysiłki i uznać medycynę ludową za jeden z rodzajów działalności medycznej. Ogólnorosyjskie Stowarzyszenie Specjalistów Medycyny Ludowej, Tradycyjnej oraz Znachorów przygotowało projekt, który od kilku lat rozpatrywany jest przez Rosyjski Parlament bez żadnych rezultatów. Na przykład moje doświadczenie jako znachora ludowego jest świadectwem tego, że można przy pomocy nadtlenu wodoru, w połączeniu z naświetlaniem krwi UV, leczyć tysiące ludzi bez jakichkolwiek nakładów finansowych, niezależnie od rodzaju choroby, o czym dowiedzieliście się już z niniejszej książki.

Przypominam, że oprócz przeznaczonego dla gabinetów lekarskich przyrządu „Helios-1”, stworzyliśmy przyrząd służący do leczenia zwierząt praktycznie bez jakichkolwiek leków, „Helios-2”, a także podnoszący nawet dwukrotnie plony z wszelkich upraw, wykluczający konieczność nawożenia lub zmniejszający ją do minimum zestaw do zastosowania w gospodarstwach rolnych. Stosując to urządzenie można w ciągu 3-5 lat przywrócić naturalny

sposób uprawiania roli.

Tak właśnie powstaje skuteczny system ekologiczno-prozdrowotny na wszystkich poziomach: ludzkim, zwierzęcym, roślinnym, oraz na poziomie gleby, czego stosowne instytucje są świadome. Tylko że okazuje się, że chociaż te wynalazki mają ponad 25-30 lat, nie ma na nie zapotrzebowania, ponieważ „zabrałyby chleb” wielu placówkom naukowo-badawczym i fabrykom produkującym wyroby farmaceutyczne. Przeżywszy wiele lat doszedłem do paradoksalnego wniosku, że w Rosji zdrowy człowiek nikomu nie jest potrzebny.

O nadtlenu wodoru powiem co następuje: nie ma sensu kreować go na jakieś cudowne panaceum. Jak już rozumiecie, podczas każdej choroby zwiększa się w organizmie zużycie nadtlenu wodoru i w rezultacie powstaje jego deficyt. W związku z tym patogenna flora ma możliwość wzmocnić swe oddziaływanie. Jedne choroby się nasilają, a inne, nowe - pojawiają. Organizm bezwarunkowo wymaga wówczas pomocy, bez której nie jest w stanie się obejść. Nadtlenek wodoru jest właśnie jednym z najefektywniejszych sposobów pomocy. Określiłbym nadtlenek wodoru jako swego rodzaju wszechstronny środek wspomagający leczenie każdej dolegliwości.

Wielu pacjentów - szczególnie czytelników „ZSŻ” (a jest ich ponad 3 miliony) - żąda, by lekarze aplikowali im nadtlenek wodoru dożylnie, powołując się przy tym na mój autorytet. Lekarze wówczas nie tylko godzą się na ten zabieg, ale czynią go podstawą leczenia stosowanego w wielu chorobach. Metoda przyjmuje się nie „z góry”, ale „z dołu”, podobnie jak powstała oficjalna medycyna - ze źródeł medycyny ludowej.

By ułatwić lekarzom życie donoszę, że łzewska Państwo wa Akademia Medyczna, reprezentowana przez Republikańskie Centrum Aktywnej Immunokorekcji Chirurgicznej, opublikowała jako list otwarty doniesienie „Zastosowanie wewnątrznaczyniowego wprowadzania małych stężeń roztworu nadtlenu wodoru w praktyce klinicznej” (Iżewsk, 2002). Pracownicy owego Centrum szeroko stosują nadtlenek w praktyce leczniczej, o czym wiecie już z wywiadu z profesorem W. Sytnikowem.

Jak widzicie lody topnieją i Ministerstwo Zdrowia nie zdoła już, jak sędzę, powstrzymać szerszego zastosowania nadtlenu wodoru w praktyce klinicznej. Przeciwnie, jego kierownictwo powinno ze wszystkich sił sprzyjać temu, by faktycznie dbano o zdrowie obywateli Rosji. Cóż - pożyjemy, zobaczymy. Z natury jestem optymistą.

Przypuszczam, że w miarę wykorzystania nadtlenu wodoru w praktyce medycznej będziemy odkrywać nowe, kolejne właściwości tego preparatu.

Kończąc książkę, chcę zacytować strofy, które znalazłem w swym archiwum:

O śmierci wcale mówić nie warto*

Warto miast tego po prostu żyć,
I przed oczami mieć obraz tego,
Co tylko cenne i o tym śnić.

Nie trzeba też o nic obwiniać ludzi,
W ich sprawach brzmi ich własny ton,
Inne nawyki, cele i przyjaźnie:
W duszy każdego gra inny dzwon.

Choć każdy obcy jest na swój sposób dziwny,
To przecież z ludźmi Cię związał los,
Niech zatem zawsze czują się przy
Tobie Swobodnie i pewnie, niczym w słońcu kłos.

Każdy jest mądry, więc usiądź i słysz
I nie popędzaj swoich pięknych dni.
Nie każ duszy gnać czasu, lecz zwolnij i żyj.
Dostrzeż to, co dojrzewa w myślach wielu z nich.

I żyj, podziwiając jasny błękit nieba,
Oddychaj pełną piersią, powoli jak ptak,
Co rozpostarł skrzydła, by wznieść się w przestworza
Przed daleką podróżą gdzieś w daleki świat.

I. Kuzawina

* Opracowanie po polsku: Semen.

SPIS TREŚCI

OD AUTORA.....	3
0 WŁAŚCIWOŚCIACH FIZJOLOGICZNYCH	
PROCESU ODDYCHANIA	13
Azot.....	15
Tlen.....	16
Wolne rodniki.....	21
Dwutlenek węgla.....	22
PRZEMIANA MATERII W ORGANIZMIE	
ORAZ JEJ UNORMOWANIE	23
Zaburzenia procesów przemiany materii jako początek choroby.....	25
Rola nadtlenu wodoru w organizmie.....	28
Rola promieni UV w funkcjonowaniu żywych organizmów....	39
Przyszłość połączenia efektu leczniczego nadtlenu wodoru i promieni UV.....	43
WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE	
I ZASTOSOWANIE NADTLENU WODORU	45
Postaci rynkowe H ₂ O ₂ i jego tradycyjne zastosowanie.....	50
Metody leczniczego zastosowania nadtlenu wodoru.....	52
Zastosowania zewnętrzne.....	53
Zastosowanie wewnętrzne.....	55
Aplikacja do nosa i do uszu.....	55
Reakcje pacjentów.....	55
Dożylne zastosowanie nadtlenu wodoru.....	66
Z korespondencji.....	67
Środki ostrożności podczas dożylnego wprowadzania H ₂ O ₂	68
Metoda rektalnego wlewu nadtlenu wodoru (lewatywy).....	69
Warunki przechowywania i użycia nadtlenu wodoru.....	71
Wskazania do zastosowania nadtlenu wodoru.....	72
WODA - PODSTAWA ŻYCIA	77
Oczyszczanie wody w warunkach domowych.....	81
Znaczenie wody dla organizmu.....	81
W jaki sposób najlepiej pić wodę.....	90
Objawy odwodnienia.....	93
KILKA PRAKTYCZNYCH RAD	
DOTYCZĄCYCH ZDROWEGO STYLU ŻYCIA	96
Oczyszczanie jelit.....	96

Oczyszczanie wątroby	98
Oczyszczanie stawów.....	99
Oczyszczanie krwi	100
Gimnastyka	100
Odżywianie.....	103
Myśl.....	105
CENTRUM LECZNICZO-PROFILAKTYCZNE	
PROFESORA NIEUMYWAKINA	106
Opinie pacjentów.....	108
PODSUMOWANIE	113