

Lidia Aleksandra Szadkowska

# Jak wyleczyć nieuleczalne choroby?

ZŁOTE  
MYŚLI

**Mój skuteczny sposób  
na reumatoidalne  
zapalenie stawów i prawie  
wszystkie choroby**



Niniejszy **darmowy** ebook zawiera fragment  
pełnej wersji pod tytułem:  
Jak uleczyć nieuleczalne choroby?  
Aby przeczytać informacje o pełnej wersji, [kliknij tutaj](#)

**Darmowa publikacja** dostarczona przez  
[ZloteMysli.pl](#)

**Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej odsprzedaży, zgodnie z regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli.**

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](#)

Data: 18.01.2007

Tytuł: Jak wyleczyć nieuleczalne choroby?

Autor: Lidia Aleksandra Szadkowska

Wydanie II

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Sylwia Fortuna

Skład: Anna Popis-Witkowska

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: [www.ZloteMysli.pl](http://www.ZloteMysli.pl)

EMAIL: [kontakt@zlotemysli.pl](mailto:kontakt@zlotemysli.pl)

**Wszelkie prawa zastrzeżone.**

**All rights reserved.**

# SPIS TREŚCI

<u>WSTĘP</u> .....	5
<u>NASZE ZDROWIE W NASZYCH RĘKACH</u> .....	7
<u>DECYZJA NALEŻY DO NAS</u> .....	10
<u>DLACZEGO ZDECYDOWAŁAM SIĘ NA ZMIANĘ SPOSOBU ODŻYWIANIA</u> .....	12
<u>SCEPTYCYZM MOŻE SZKODZIĆ TOBIE I INNYM ZA PÓŹNO</u> .....	15
<u>NAJLEPSZYM DORADCĄ WŁASNY ROZSĄDEK</u> .....	18
<u>DIAGNOZA I POCZĄTEK LECZENIA SPECJALISTYCZNEGO</u> .....	20
<u>POSTANOWIŁAM ZMIENIĆ PRZYCHODNIĘ</u> .....	24
<u>JEDNAK SZPITAL</u> .....	26
<u>EFEKTY DALSZEGO LECZENIA</u> .....	28
<u>MIE SPOTKANIE W ODPOWIEDNIM CZASIE</u> .....	30
<u>DŁUŻEJ JUŻ TEGO NIE ZNIOSE</u> .....	36
<u>CO JEST PRZYCZYNĄ MOICH CIERPIEŃ?!!!</u> .....	38
<u>BOŻE! JEŻELI JESTEŚ – POWIEDZ MI, CO JA MAM ZROBIĆ?!</u> .....	42
<u>NA POCZĄTKU POMOGŁY MI WITAMINY</u> .....	47
<u>ANTYBIOTYKI SZKODZĄ, ZWŁASZCZA W NADMIARZE</u> .....	49
<u>MAMO, NIE RATUJ NAS!</u> .....	54
<u>SKĄD TE WSZYSTKIE CHOROBY?</u> .....	56
<u>OKRUCIEŃSTWO WOBEC ZWIERZĄT UDERZA W NAS</u> .....	59
<u>CZY KROWA ZAWSZE „DAJE” MLEKO?</u> .....	62
<u>NIE BĘDĘ JADŁ SZYNKI Z PUPY ŚWINKI!</u> .....	63
<u>CZY CZŁOWIEK POWINIEN PIĆ MLEKO, CZY TEŻ NIE?</u> .....	65
<u>ORGANIZM SAM PRÓBUJE SOBIE PORADZIĆ Z TOKSYNAMI</u> .....	67
Efekty spożywania produktów mlecznych.....	68
<u>CO WIĘC POWINNIŚMY JADAĆ?</u> .....	72
<u>CO MI UŚWIADOMIŁA MAKROBIOTYKA</u> .....	76
<u>JELITA - TO TU JEST POCZĄTEK PRAWIE KAŻDEJ CHOROBY</u> .....	78
<u>SOKI I OWOCE TO WSPANIAŁA KURACJA</u> .....	80
<u>CO POKOLENIE, TO SŁABSZE, A CZASEM DZIECI RODZĄ SIĘ JUŻ Z CHOROBAMI</u> .....	82
<u>RUCH TO BARDZO WAŻNY LEK NA R.Z.S. I INNE DOLEGLIWOŚCI</u> .....	85
<u>KONIECZNIE TRZEBA ZADBAĆ O MIEJSCE PRACY I SNU</u> .....	89
<u>PRZYRODA ZAWSZE WSKAZUJE NAM MIEJSCA NAPROMIENIOWANE</u> .....	92



<b><u>MOJE DALSZE DOŚWIADCZENIA RADIESTEZYJNE</u></b> .....	<b>95</b>
<b><u>PIERWSZE KROKI W „NOWEJ” KUCHNI</u></b> .....	<b>100</b>
<b><u>LEPIEJ CUKRU NIE UŻYWAĆ</u></b> .....	<b>103</b>
<b><u>ZDROWA ŻYWNOŚĆ, ALE NIE DO KOŃCA</u></b> .....	<b>108</b>
<b><u>JAK PRZYRZĄDZIĆ ZDROWE POTRAWY, PODOBNE W SMAKU DO TRADYCYJNYCH</u></b> .....	<b>110</b>
<b><u>NIE TAK TRUDNO GOTOWAĆ INACZEJ</u></b> .....	<b>114</b>
<b><u>OBCE BIAŁKO TO GŁÓWNA PRZYCZYNA CHORÓB REUMATYCZNYCH</u></b> .....	<b>117</b>
<b><u>NIEPOTRZEBNE OBAWY O ROZWÓJ HORMONALNY MOICH DZIECI</u></b> .....	<b>119</b>
<b><u>SZKODA, ŻE WCZEŚNIEJ NIE POTRAFIŁAM ROZUMIEĆ SWOICH DZIECI</u></b> .....	<b>122</b>
<b><u>WIEDZA O ZDROWIU LEŻY NA PÓŁKACH</u></b> .....	<b>125</b>
<b><u>ŻADEN LEKARZ NIE POPARŁ MOJEJ DECYZJI</u></b> .....	<b>127</b>
<b><u>CO JEST NAJWAŻNIEJSZE DLA ZDROWIA CZŁOWIEKA?</u></b> .....	<b>130</b>
<u>Powietrze</u> .....	131
<u>Woda</u> .....	133
<u>Odżywianie</u> .....	134
<u>Słońce</u> .....	135
<u>Ruch</u> .....	136
<u>Zdrowe środowisko</u> .....	137
<u>Unikanie toksycznych związków chemicznych     w mieszkaniach</u> .....	138
<b><u>CZY GROZI MI DEFICYT WITAMINY B12?</u></b> .....	<b>140</b>
<u>Witamina B12</u> .....	140
<b><u>PRZEPISY ZDROWEJ KUCHNI</u></b> .....	<b>148</b>
<u>Gomasio</u> .....	148
<u>Spirygne</u> .....	148
<u>Masło orzechowe, sezamowe, słonecznikowe</u> .....	149
<u>„Masło” czosnkowe</u> .....	149
<u>Zamiast masła</u> .....	149
<u>Pasta z drożdży</u> .....	150
<u>Pasta z kaszy jaglanej</u> .....	150
<u>Pasta z ryżu</u> .....	150
<u>Pasztety jarskie (bez pieczenia w piekarniku)</u> .....	151
<u>Pasztet z kaszy gryczanej</u> .....	151
<u>Powidła śliwkowe</u> .....	151
<u>Pasta orzechowo-kakaowa</u> .....	151
<u>Majonez z ryżu</u> .....	152
<u>Makowiec</u> .....	152
<u>Ciasto daktylowo-pomarańczowe</u> .....	153
<u>Szarlotka</u> .....	153
<u>Ciasto pieczone na patyku</u> .....	154
<u>Snak amarantusowy z orzechami</u> .....	154
<u>Keks z kaszy jaglanej</u> .....	154
<u>Wywar z lukrecji</u> .....	154
<u>Przyprawy</u> .....	155
<b><u>BIBLIOGRAFIA</u></b> .....	<b>157</b>

## Wstęp

Książkę tę kieruję do wszystkich, którzy cenią własne zdrowie i życie. Do ludzi, którzy poszukują ratunku dla siebie w innym sposobie leczenia. Do wszystkich leczących się z ciężkich schorzeń bez większego efektu, wciąż wierzących, że leki chemiczne są w stanie przywrócić im zdrowie i sprawność ruchową. Pragnę poprzez tę książkę, na ile to jest możliwe uświadomić, że poprzez samo łykanie tabletek zdrowia raczej nie doczekają. Opowiadam o swoich doświadczeniach fizycznych i emocjonalnych wynikających zarówno z choroby rozpoznanej jako reumatoidalne zapalenie stawów, jak i bezsilności wobec braku nadziei na lepsze samopoczucie, oraz o wpływie odżywiania na kondycję zdrowotną człowieka. Są to moje doświadczenia zdobyte przez okres wielu lat, które mogą być wskazówką dla innych pragnących poprawy zdrowia.

Adresuję ją tym, którym nie daje się nadziei na poprawę kondycji i lepsze samopoczucie, nie mówiąc już o całkowitym wyleczeniu. Także tym, którzy większość swego czasu poświęcają na wizyty w przychodni i pilnowanie godzin przyjmowania leków, a niewiele na normalną egzystencję.

Opowiadam w jaki sposób szukałam ratunku dla siebie i zrozumienia przyczyn tej i innych chorób. Mam nadzieję, że mój przykład oparty na wnioskach, jakie wyciągnęłam z własnych problemów zdrowotnych, ze sposobów leczenia i szukania na własną rękę możliwości wyjścia z tej, uznanej przez świat medyczny za nieuleczalną choroby, będzie wskazówką dla innych pragnących odzyskać zdrowie i sprawność fizyczną i psychiczną. Mam nadzieję, że te wszystkie wiadomości, które chcę przekazać są na tyle ważne ile jest warte życie człowieka i każdej istoty na ziemi.

**Jak wygrałam z reumatoidalnym zapaleniem stawów...**  
*...I odkryłam skuteczny sposób na prawie wszystkie choroby.*

## Nasze zdrowie w naszych rękach

Życie człowieka i każdej istoty na ziemi jest najcenniejszym darem od natury. Gdybyśmy chcieli to uszanować i umiejętnie wpisywać się w jej strukturę, uniknęlibyśmy wielu niepotrzebnych cierpień. Wiele zależy od człowieka. Jeśli tylko zechcemy, możemy żyć długo w zdrowiu, dobrej kondycji fizycznej i psychicznej. To my sami jesteśmy kowalami własnego zdrowia i szczęścia, i od nas zależy, jakie ono będzie.

Warto nauczyć się słuchać własnego organizmu, bo on zawsze daje sygnały, gdy dzieje się z nim coś niedobrego. Jeśli prowadzimy nieodpowiedni tryb życia i nieodpowiednio się odżywiamy, na pewno bardzo szybko da nam o tym znać w postaci dyskomfortu psychicznego lub fizycznego, a potem w postaci choroby. Słuchając tych sygnałów będziemy świadomi, co jest przyczyną własnych niedomagań. Warto wiedzieć, co je powoduje, by w razie potrzeby zastosować środki zaradcze. Jeśli nie zna się przyczyny choroby, pozostaje wówczas tylko leczenie objawowe, ale takie leczenie nie daje oczekiwanych efektów.

Jeżeli człowiek źle traktuje swoje ciało i sam nie potrafi zrozumieć, co ewentualnie może mu szkodzić, to i lekarz też nie będzie mógł zbyt wiele pomóc. Pozostanie mu rozpoznać chorobę tylko na podstawie objawów.

Medycyna z reguły nie docieka przyczyn powstania choroby. Leczy tylko jej skutki. Przyjmuje zazwyczaj, że chorobę powodują wirusy i bakterie. Jest to prawdą, tylko, że my tym bakteriom i wirusom

stwarzamy idealne warunki do życia w naszym organizmie. Nasz ustrój nie może sobie poradzić z wydalaniem niestrawnych resztek pokarmowych. Zalegają w naszym organizmie, stwarzając im w ten sposób idealne warunki do rozwoju.

Lekarz więc leczy nas objawowo antybiotykami i różnymi innymi tabletkami. Nie szczędzi się ich również nawet malutkim dzieciom. Choroba jednak trwa nadal, jej przyczyn się nie usuwa, a poprzez łykanie różnych leków, swój stan zdrowotny jeszcze pogarszamy. Leki chemiczne dodatkowo zatruwają nasz ustrój, który nie dość, że stara się pokonać chorobę, to musi jeszcze zwalczać skutki uboczne farmaceutyków. Osłabia się system immunologiczny. Organizm coraz gorzej sobie radzi i wciąż dochodzą nowe problemy zdrowotne.

Dzisiejszy przemysł dostarcza nam „najlepszego pożywienia” w postaci produktów gotowych, lub szybkich dań składających się głównie z mięsa i nabiału, „najlepszych leków”, „najlepszych udogodnień cywilizacyjnych”. Chętnie z tego korzystamy, bo jest to wygodne i bardzo ciekawe, wszystkiego próbujemy, zachłystujemy się nowościami.

Gonimy więc za karierą, komfortem, pieniędzmi a przestajemy się liczyć z własnymi naturalnymi potrzebami takimi, jak np. kontakt z przyrodą czy drugim człowiekiem, potrzebą bycia razem z rodziną lub przyjaciółmi, koniecznością wyciszenia się i dogonienia własnych myśli. Brakuje już czasu na zadbanie o własną kondycję zarówno psychiczną jak i fizyczną, czyli o normalne życie. A bywa i tak, że najzwyczajniej w świecie nie chce nam się zadbać samemu o siebie, bo w razie bólu czy choroby łatwiej jest łyknąć tabletkę, a odpowiedzialność za swoje zdrowie zrzucić na lekarzy.



Współczesne odżywianie, skutki cywilizacji i nasza postawa wobec życia, często bywa zgubna dla nas samych. W efekcie mamy coraz mniej czasu na cieszenie się nim, jesteśmy coraz bardziej tym zmęczeni i zagubieni, a później refleksja - po co to wszystko? O co tu chodzi, bo właściwie życie tak szybko upływa, kondycja byle jaka, czegoś zaczyna brakować...

## Decyzja należy do nas

Odpowiedni styl życia i sposób odżywiania ma ogromne znaczenie w życiu człowieka. Można żyć wiele lat w zdrowiu i dobrej kondycji, jeśli tylko odpowiednio o to zadbamy. Można słuchać rad naukowców, lekarzy, dietetyków, czy innych doradców, ale ostateczna decyzja zawsze należy do nas. W końcu to my sami obieramy taki, a nie inny styl życia, to my łykamy przepisane nam leki, a w razie konieczności poddajemy się różnym zabiegom i operacjom. W efekcie sami ponosimy tego konsekwencje.

Gdy zachorowałam 13 lat temu, wiadomości na temat prawidłowego odżywiania, naturalnego leczenia i swojego miejsca w przyrodzie miałam niewiele. Żyłam tak samo jak inni, sposób odżywiania przyjął taki sam jak moi rodzice i większość ludzi sądząc, że jest jak najbardziej odpowiedni. Teraz wiem, że ani dla mnie, ani też dla wielu z nas nie jest korzystny, a wręcz szkodliwy. Lata doświadczeń przekonały mnie, że zarówno sposób życia, jak i pokarm który spożywamy jest wyznacznikiem naszego zdrowia, samopoczucia, długości i jakości życia.

Przez cały czas mojej choroby wiele zrozumiałam i wiele się nauczyłam. Dziś nie jestem przekonana czy to moje r.z.s. jest chorobą samą z siebie, czy też zostało wywołane tzw. kompleksowym leczeniem. Z pewnością jednak, nie jest to choroba, o której mogę powiedzieć „przyczyna nieznana”.

Wiedza o zdrowym sposobie życia, odpowiednim odżywianiu, leczeniu metodami naturalnymi, leczeniu dietą, jest każdemu potrzebna. Także wiedza o prawach natury i sposobie życia, jakie

nam wyznacza, bo my wszyscy też jesteśmy częścią tej natury. Tak samo, jak rośliny, zwierzęta, wiatr, deszcz, słońce itd., a nieprzestrzeganie jej praw obraca się przeciw nam. Dlatego tak trudno jest nam utrzymać się w zdrowiu i dobrej kondycji fizycznej i psychicznej do końca swego życia.

No cóż, przyznaję, że chociaż byłam dość trudną i zbuntowaną pacjentką, to ulegałam sugestii medycznej i dostosowywałam się do zaleceń. Jednocześnie broniłam się później przed lekarstwami coraz to silniejszymi i mogącymi przynieść pozytywne efekty leczenia.

## **Dlaczego zdecydowałam się na zmianę sposobu odżywiania**

Czytając różne artykuły i książki, szukając wszelkich możliwych informacji na temat zdrowia i swojego miejsca w przyrodzie, dowiadywałam się, w jaki sposób człowiek powinien żyć, by móc być sprawnym i szczęśliwym bez większych poświęceń i wyrzeczeń ze swej strony. Spotykałam się z wegetarianami i weganami, których poznałam przez kościół Adwentystów, dostępny nie tylko dla ludzi należących do niego. Nie musiałam zmieniać wiary, by móc przychodzić na tego typu spotkania. Nikt mnie do tego nie namawiał ani nawet tego nie zasugerował.

Właśnie w tym środowisku odbywały się spotkania z ludźmi, którzy chcieliby poznać aspekty zdrowej kuchni. Tu odbywały się poczęstunki dań bezmięsnych i prelekcje na temat zdrowego stylu życia. Przyjeżdżali też lekarze wegetarianie przekazujący swą wiedzę zdobytą na praktykach w Stanach Zjednoczonych i leczący już w sposób naturalny w Polsce. Można było się tam dowiedzieć, a także nabyć książki tłumaczące, dlaczego wegetarianizm jest zdrowszy od tradycyjnie przyjętego schematu żywienia, również o tym, jak odżywianie wegetariańskie i wegańskie uzdrawia ludzi z ciężkich chorób cywilizacyjnych, uznanych przez medycynę za nieuleczalne.

Teraz coraz częściej słyszy się o tym, że miażdżyca jest w 100% uleczalna poprzez oczyszczenie organizmu dietą surową. Ja to słyszałam 10 lat wstecz. Jednak tych lekarzy, mających bardzo dobre efekty w leczeniu dietą i naturalnymi sposobami, nie dopuszcza się zbyt do głosu. Zagrażają bowiem autorytetom medycznym stosującym współczesne, w większości przypadków, chemiczne

metody leczenia. Tylko ile ofiar pochłonęły te współczesne metody, nikt się nie dowie. Wiem jednak, że ofiar tych można uniknąć. Tak jak mogła uniknąć moja matka i mój ojciec, tak, jak mogło uniknąć wiele innych bliskich mi ludzi i nie tylko. Trzeba tylko uznać prawa natury, dostosować się do jej rytmu i nie szkodzić swemu ciału.

Medycyna w wielu przypadkach pomaga, lecz środki chemiczne w leczeniu, powinny być ostatecznością. Wszelkie zabiegi chirurgiczne i operacje również. Większość ludzi bardzo sceptycznie podchodzi do naturalnych sposobów leczenia, natomiast bardzo wierzy w nieomyślność medycyny akademickiej i odpowiedzialność lekarza za człowieka. Tylko, że lekarz też człowiek, bywa omylny, a przede wszystkim opiera się głównie na wiedzy książkowej. Dlatego różnie to bywa z tą odpowiedzialnością w praktyce.

Rozmawiając z innymi na te tematy często słyszałam zdanie, że od leczenia jest lekarz. To prawda, ale myślę, że warto dodać: lekarz, znający nie tylko środki farmakologiczne, ale przede wszystkim, bardzo dobrze znający naturę człowieka, jego miejsce w przyrodzie, oraz naturalne sposoby uzdrawiania, a leki wprowadzający tylko w ostateczności. W większości przypadków sami możemy sobie z chorobą poradzić, nie zrzucając odpowiedzialności za swe zdrowie na lekarzy. To głównie my jesteśmy za nie odpowiedzialni. Spożywamy za dużą ilość pokarmów, a przede wszystkim produktów szkodzących naszemu organizmowi. Spożywamy zbyt wiele białka, choć wcale nam go tak dużo do odbudowy komórek nie potrzeba. Dzięki zaś informacjom przekazywanym przez media i autorytety, wytwarzamy błędny obraz o sposobie odżywiania i leczenia.

Mało kto próbuje posłużyć się własną logiką, by wyciągnąć korzystne dla siebie i innych wnioski. Mało kto wierzy także w to, że organizm ma bardzo duże możliwości regeneracji. Większość ludzi tak bardzo



obawia się deficytu białka i wapnia, że nawet nie chce uwierzyć w inny sposób odżywiania, niż powszechnie przyjęty. Woli leczyć się różnymi medykamentami, nie będąc świadomym jak bardzo sobie szkodzi. Nie chce nawet sprawdzić, jak działa zdrowa dieta, czy metoda stara jak świat – głodówka - choćby wiedział, że wkrótce może umrzeć.

Ludzie zasięgają natomiast porad medycznych, dostosowują się do nich, łykają przeróżne leki wymieniając je wciąż na inne, "skuteczniejsze", dają się okaleczać poprzez zabiegi i operacje, co w efekcie nie usuwa przyczyn choroby. Ona trwa nadal, a organizm słabnie i coraz gorzej radzi sobie z odtruwaniem po spożyciu nieodpowiedniego pokarmu i dodatkowo, po leczeniu tabletkami. Wówczas się mówi, że nawet medycyna nie pomogła i nie było dla niego ratunku. Jednak jest tyle dowodów na to, że dzięki odpowiedniemu oczyszczeniu organizmu dietą surową, jarską, czy głodówkami wiele ludzi uniknęło śmierci lub kalectwa.

## Sceptycyzm może szkodzić Tobie i innym

Sceptycy, którzy nie chcą sami się przekonać o skuteczności naturalnego leczenia i zdrowego odżywiania, często swoje teorie wygłaszają bez zastanowienia, szkodząc innym. Są tak zatwardziali w swoich poglądach, że nawet nie dopuszczają myśli, że mogą nie mieć racji. Choć sami tego nie sprawdzili, głośno wypowiadają swe zdanie. Przekonują innych o słuszności swojego poglądu. Szkodzą sami sobie, szkodzą innym. Gdyby mieli porównanie między dietą roślinną, a dietą mięsną, to można by na ten temat z nimi rozmawiać. Skąd mogą wiedzieć jak działa dieta wegańska, czy głodówka, jakie przynajmniej jest po niej samopoczucie, skoro tego nie sprawdzili. To są tylko wygłaszane przez nich teorie. Lepiej nie słuchać ich rad, a zaufać własnej logice.

Często ludzie chorzy śmiertelnie, też nie chcą uwierzyć w dobroczynne działanie innych metod leczenia. Z swoim ślepych przekonaniem, lub sugestią ludzi niemających pojęcia o zdrowym stylu życia i przywracaniu zdrowia dietą, nie pozwalają sobie pomóc. Ci natomiast, którzy nie mają doświadczeń wegańskich, swoją opinią o szkodliwości weganizmu i wegetarianizmu, wprowadzają w błąd tych, którzy chcieliby przynajmniej spróbować leczenia naturalnego.

Skąd ktokolwiek może wiedzieć, czy dieta nie ma wpływu na zdrowie i kondycję, skoro sam nie ma porównania? Jednak ludzie bardzo ciężko chorzy, gdy już czują, że medycyna też nie może im już pomóc, chcą skorzystać z tego sposobu leczenia. Niestety, wtedy jest już przeważnie za późno.

## Postanowiłam zmienić przychodnię

Nie mogłam pogodzić się z myślą, że lekarstwa zamiast mi pomagać, tak bardzo mi szkodziły. Czułam się fatalnie, leki zamiast polepszać moje zdrowie, dawały odwrotny skutek. Kondycja fizyczna i psychiczna pogarszała się z dnia na dzień.

Postanowiłam zmienić przychodnię, w nadziei, że inny specjalista pomoże mi wrócić do równowagi fizycznej. Nic z tego. Diagnoza została potwierdzona. Podczas rozmowy zostałam poinformowana, że muszę się leczyć i coś łykać, bo inaczej mogę doczekać wózka inwalidzkiego. Do dziś w uszach mi brzmią słowa: *„przecież musi pani coś łykać, bo będzie pani jeździć na wózku, a w najlepszym wypadku czeka panią laska.”*

Dowiedziałam się też, że kwalifikuję się na rentę i lepiej będzie bym załatwiła sobie miejsce w szpitalu, bo stając na komisję muszę mieć dowody leczenia. Zdenerwowałam się tym faktem i powiedziałam, że nie przyszedłam tu po to, by starać się o rentę, lecz po to, by się wyleczyć i czuć się normalnie. Mimo wszystko dostałam ponowne skierowanie do szpitala. Zostałam również poinformowana o tym, że niedługo minie pół roku zwolnień lekarskich i będę musiała stawić się na komisję w celu przyznania renty inwalidzkiej, bo przecież będąc w takim stanie nie będę mogła pracować. Fakt, byłam już naprawdę w kiepskim stanie. Powiedziano mi, że z uzyskaniem renty też będę miała problemy, nie mając zaliczonego pobytu w szpitalu i badań. Leki podtrzymano. Potem przepisywane miałam jeszcze inne rodzaje tabletek, czasem zastrzyki, zabiegi fizykoterapeutyczne i wcale nie czułam się lepiej.

Z dnia na dzień traciłam sprawność, ból był nie do zniesienia, ręce i nogi drętwiały, sztywniały nawet plecy. Z wielkim trudem poruszałam się, miałam problemy z podniesieniem się z łóżka, wszystkie stawy rozmiękły jak gąbka, nawet szczęki odmawiały posłuszeństwa, a w dłoniach nie mogłam utrzymać łyżeczki do herbaty. Na moje pytania, kiedy poczuję się lepiej, odpowiedzią było: będzie tak samo, lub gorzej.

## Jednak szpital

Byłam załamana i u kresu wytrzymałości. Półroczny okres zwolnień lekarskich upływał, więc zdecydowałam się na szpital, uwierzyłam we wszystko i poddałam się dalszemu leczeniu. W maju 1991r, a więc po półtora roku leczenia ambulatoryjnego zostałam przyjęta na oddział reumatologii. Trwające przez ten okres leczenie nie przyniosło żadnego efektu. Do szpitala przyjęta byłam z wynikami OB - 42/57. Nie stwierdzano dodatniego odczynu Walera-Rosego w żadnym badaniu, ani podwyższonego ASO. W szpitalu dawkę leku podstawowego zwiększono z dwóch tabletek dziennie na cztery. Dostałam zabiegi, rehabilitację, a po tygodniu leczenia w szpitalu efekt był taki, że chyba niewiele brakowało, by skończyło się to tragicznie.

Najpierw dostałam wylewu podspojówkowego. Zaliczyłam wizytę u okulisty, a po powrocie na mój oddział nastąpił atak, podczas którego miałam odczucie, że odchodzę z tego świata. Zrobiło się trochę zamieszania wokół mnie. Obecna była przy mnie tylko pielęgniarka, która dostała wskazówki co ma zrobić w takim przypadku. Lekarz nie przyszedł, nie miał czasu.

Dostałam jakiś zastrzyk i nakazano mi spokojnie leżeć przy szeroko otwartym oknie i wysoko podniesionym podglówku. Dostawałam drgawek i na przemian robiło mi się zimno i gorąco. Potem zasnęłam, a gdy się obudziłam, czułam się tak, jakbym wróciła z innego świata. Kręciło mi się w głowie, z ledwością mogłam utrzymać się na nogach. Pęcherz moczowy miałam tak wypełniony, że z wielkim trudem i przy pomocy moich współtowarzyszek dotarłam do toalety. Kryzys minął, a ja nigdy nie dowiedziałam się,



co się wówczas ze mną działo. Dopiero po wielu latach znajoma pielęgniarka zasugerowała mi, że takie objawy są przy zapaści. Leczenie szpitalne jeszcze bardziej pogorszyło mój stan. Trzy tygodnie leczenia kompleksowego i efektów pozytywnych żadnych.

## Co jest przyczyną moich cierpień?!!!

Cofając się myślami w przeszłość, analizowałam wszystko od początku. Zastanawiałam się co jest tego przyczyną i dlaczego nie ma żadnych pozytywnych efektów leczenia. Dlaczego tak dużo ludzi choruje, a medycyna nie może znaleźć przez tyle lat powodu choroby i skutecznego na nią leku. Przecież skoro jakieś schorzenie się przyplątało, to musi istnieć jakiś powód.

Zastanawiało mnie również to, że idąc po poradę byłam w dobrym stanie, a po podjęciu leczenia mój stan tak się pogorszył, że byłam kaleką. Co się przyczyniło do tego i czemu tyle leków jest nieskutecznych, a wręcz szkodliwych? Dlaczego ludziom przepisuje się takie specyfiki, nie dość, że mało skuteczne to na dodatek szkodzące organizmowi! Czemu nikt i nic nie jest w stanie mi pomóc?

Trudno było znaleźć na te wszystkie pytania odpowiedzi. Aż do dnia, w którym zabrakło mi leku podstawowego. Sulfasalazyny, którą łykałam przez 2 lata. Nie brałam jej przez jeden dzień, a drugiego szybko poszłam do przychodni po receptę. Tego dnia i przez kilka następnych mojego lekarza miało nie być. Nie dostałam się też do innego, przyjmującego w zastępstwie, bo było zbyt wielu pacjentów. Następnego dnia natomiast odczułam lekką poprawę, więc postanowiłam, że nie będę już szła do innego lekarza, tylko poczekam na powrót swojego. Czulałam się troszeczkę lepiej, więc pomyślałam, że wytrzymam do jego powrotu.

Okazało się, że z dnia na dzień ból się zmniejszał. Przynajmniej środki przeciwbólowe działały skutecznie. Sięgając pamięcią wstecz

przypomniałam sobie, że takie chwile już były i to właśnie wtedy, gdy brakło mi leku, lub zapomniałam go zażyć. Przedtem nie skojarzyłam sobie, że ta chwilowa ulga wiąże się z brakiem leku w organizmie. Teraz zrozumiałam, że prawdopodobnie te moje cierpienia mogły być spowodowane właśnie zatruciem organizmu lekami. Sulfanomid jest szkodliwy dla organizmu, też pozbawia witamin i mikroelementów, a jak można być zdrowym mając tak wyjąłowany organizm.

W pół roku po leczeniu szpitalnym na oddziale reumatologii otrzymałam następane skierowanie do szpitala. Nie chciałam z niego korzystać. Przykre doświadczenia z poprzedniego pobytu powstrzymywały mnie od podjęcia decyzji o następnym leczeniu szpitalnym. Poza tym znów pojawiał się problem z opieką nad dziećmi. Zwlekałam z wyznaczeniem terminu przyjęcia, ale lekarz wciąż mi o tym przypominał. Tym razem, gdy pojawiłam się w gabinecie, też mnie zapytał, czy już załatwiłam sobie miejsce w szpitalu. Odpowiedziałam, że nie i nie zamierzam tego zrobić. Czuję się lepiej, bo nie biorę sulfasalazyny. Stwierdził, że wobec tego wchodzę w stan remisji. Zapytałam więc, czy ten lek mógł powodować takie dolegliwości. Odpowiedzią było przytaknięcie potwierdzone kiwnięciem głową, a potem pytanie, czy na sanatorium też się nie zgodzę? Nie chciałam, bo znów miałabym problem z dziećmi, a i fundusze też mi na to nie pozwalały. Taką też dałam odpowiedź.

Byłam wtedy z córką, wobec tego zaproponował mi pobyt w sanatorium razem z nią. Poproszona zostałam, bym zgłosiła się za dwie godziny. W tym czasie już zarezerwowano dla mnie i dziecka miejsce w ośrodku, a za trzy dni już miałam się tam zgłosić. Sprzeciwiałam się, ale po długich rozważaniach w końcu dałam się przekonać i pojechałam. Rzeczywiście, tak jak mi obiecywano, byłam

zadowolona. Opieka była bardzo dobra, żałowałam tylko, że nie mogłam wziąć ze sobą synka, choć taka możliwość była. Córka była też zadowolona. Wzmocniłam się, stawy nadal mnie bolały, ale tylko pod dotykiem i przy poruszaniu się. Przedtem rwały mnie nawet w stanie spoczynku. Sulfasalazyny już więcej nie dostałam. Dostawałam natomiast inne leki, które miały mi pomóc.

Przepisywanych miałam wiele leków takich jak: Enerbol, Profenid w tabletkach, zastrzykach, czopkach, żelu do smarowania, Woltaren, Metindol, Naproxen, Tolectin, Majamil, Feloran, Piroxicam i inne. Po przykrych doświadczeniach już dzieliłam tabletki na mniejsze porcje, zwłaszcza gdy dostawałam w postaci retard, a te zazwyczaj są w dość dużych dawkach. Wybierałam też takie, które miały być najmniej szkodliwe. Nie dostawałam żadnych witamin. Dopiero później sama je zaczęłam kupować i zażywać, by uzupełnić ich deficyt powstały wskutek leczenia.

Choć po odstawieniu Sulfasalazyny odczułam bardzo dużą poprawę, to jednak nadal nie było takiej, jakiej oczekiwałam. Wyniki badań czasem bywały troszkę lepsze, czasem gorsze, najniższe OB, to było 37 po 1 godz. , ale przeważnie utrzymywało się na granicy od 46 i 55/87. Czułam się wprawdzie silniejsza, a stawy nadal mi dokuczały, choć tylko już przy poruszaniu. Raz czułam się bardzo dobrze, innym razem gorzej. Środki przeciwbólowe działały, więc dość często wspomagałam się nimi. Trułam swój już osłabiony, organizm nadal różnymi lekami i choć czasem przynosiły ulgę, to jednak doprowadzały do zatrucia i osłabienia układu immunologicznego. Od czasu do czasu zdarzały się zasląbnięcia, ale lekarz nie kojarzył tego z dużą ilością środków medycznych i wyjałowieniem organizmu. Ja też nie zdawałam sobie do końca sprawy, że skutki mogą być tak tragiczne.

Mimo wszystkich doświadczeń nadal wierzyłam w odpowiedzialność ludzi kompetentnych. Któregoś razu zasłabłam na ulicy. Był to już 4 rok leczenia. Ktoś mnie odprowadził do przychodni, stamtąd odwieziono mnie do szpitala. Nie mogłam utrzymać się na własnych nogach, toteż sanitariusze wnieśli mnie do ambulansu na rękach, a potem do szpitala. Nie było ze mną za wesoło, bo dawano mi tlen w karetkce. Cały dzień spędziłam na izbie przyjęć, leżąc za parawanem. Dostałam zastrzyk z relanium, potem jeszcze jakiś inny, krople, kilkakrotnie podłączano mnie do EKG, zrobiono badania. Powtórzyła się ta sama historia, co w szpitalu.

Już w przychodni zaaplikowano mi jakieś leki, w drodze do szpitala mój organizm wyprodukował taką ilość moczu, że miałam wrażenie iż mój brzuch za chwilę pęknie. Gdy otrzymałam basen, mało nie przelał się ku zdziwieniu pielęgniarki i mojemu też. Powoli wracałam do siebie.

W szpitalu pani doktor, zapytała mnie czy może na coś się leczę. Odpowiedziałam, że tak i że systematycznie biorę leki na r.z.s. Dostawałam wówczas Metindol w tabletkach i to w dość dużych dawkach. Powiedziała mi, bym była ostrożna, jeśli chodzi o leki, a zwłaszcza o leki na reumatyzm, bo ich toksyczność jest bardzo duża i że lepiej je brać tylko w razie potrzeby. Byłam jej wdzięczna za tę informację. Sądziłam, że każdy specjalista dobrze zna działanie leków i jest za pacjenta odpowiedzialny. Zaczęło do mnie docierać, że prawda jest trochę inna. Wtedy już na dobre zaczęłam powątpiewać w skuteczność i nieomylność medycyny i doszłam do wniosku, że lekarze traktują swych pacjentów zbyt „książkowo”, a przecież każdy człowiek jest inny, inną ma wrażliwość, inną odporność, inną choćby wagę ciała i wzrost.



## **Boże! Jeżeli jesteś – powiedz mi, co ja mam zrobić?!**

Rozmyślałam, gdzie powinnam szukać porady, skąd mogłabym się dowiedzieć o innych sposobach leczenia; a może zastosować jakieś zioła, albo jakieś okłady na zbolące miejsca? Czasem ktoś mi udzielił jakichś wskazówek, ja z tego skorzystałam, ale to wszystko było tylko przysłowiową kropelką w morzu potrzeb konkretnego leczenia. Zresztą mając małe dzieci nie zawsze mogłam sobie pozwolić na zajmowanie się tylko sobą. Zdawałam sobie też sprawę, że jeśli będę nadal leczyła się według zaleceń medycyny bez nadziei, że przyniesie mi to jakąkolwiek poprawę, to nie ma to dalszego sensu.

Chcąc natomiast postawić się na nogi i funkcjonować tak jak inni ludzie sprawni, rozumiałam, że muszę znaleźć skuteczny sposób, by sobie pomóc. Miewałam okresy nadziei, a nawet pewności, że znajdę skuteczne rozwiązanie, częściej jednak miałam okresy załamania i nie byłam w stanie myśleć o przyszłości z optymizmem. Niektórzy znajomi zaczęli się odsuwać ode mnie, bo nikt nie chce słuchać narzekań i patrzeć na czyjeś choroby, i wykrzywioną z bólu twarz. Niektórzy nawet nie mogli uwierzyć, że ból może być tak silny, że odechciewa się żyć i podejrzewali, że udaję mówiąc mi o tym wprost. Ale byli i tacy, którzy mówili do mnie, że coś jest nie tak z tym leczeniem, bo leki powinny pomagać, a skoro nie pomagają i jest gorzej, to znaczy że jest coś nie tak.

Takie uwagi dawały mi do myślenia. Nie wiedziałam jednak jak to wszystko zrozumieć i od czego zacząć. Różne myśli przychodziły do głowy i wciąż czułam się bezradna. Bardzo chciałam zrobić coś ze swym nieszczęściem, tylko nie wiedziałam jak mam tego dokonać.

Nie wiedząc jak skutecznie sobie pomóc, modliłam się nawet o odpowiedź i chyba ją otrzymałam w postaci logicznego rozumowania. Odezwała się intuicja i zdrowy rozsądek.

Trafiłam tam, gdzie mogłam znaleźć odpowiedź na swoje problemy. Do księgarni. Tam szukałam wiadomości, które mogłyby mi odpowiedzieć na wiele pytań. I znalazłam. Książkę, którą tyle razy trzymałam w rękach i nie zaglądając do niej, odkładałam na półkę. Sądziłam, że są to przepisy kulinarne, a te mnie nie interesowały. Tym razem przejrzałam ją dokładnie.

Okazało się, że nie były to przepisy, lecz zbiór cennych wskazówek o chorobach wynikających z deficytu witamin i biopierwiastków w organizmie. Dzięki tej książce mój umysł rozjaśnił się. Skorzystałam bardzo wiele na tych wiadomościach i tylko mogę być wdzięczna autorom, prof. Julianowi Aleksandrowiczowi i p. Irenie Gumowskiej za takie informacje.

Wiadomości w niej zawarte, były wtedy tak bardzo mi pomocne. Tytuł tej książki to „**Kuchnia i medycyna**”. Dzięki wiedzy w niej zawartej, rozpoczęłam, już zdecydowanie, poszukiwania sposobu odzyskania zdrowia. Była to pewnego rodzaju transformacja w moim życiu. Zrozumiałam, że tylko ode mnie zależy, jaka będzie dalsza moja przyszłość i jakość mojego życia. Stawałam się coraz trudniejszą pacjentką i jednocześnie lekarzem dla siebie.

Rozmyślając nad sposobem powrotu do zdrowia, eksperymentowałam na sobie leczenie witaminami, różnymi dietami i sprawdzałam jakie jest moje samopoczucie. Wspomagałam się magnezem, biopierwiastkami, to znów wracałam do tradycyjnie przyjętego sposobu odżywiania. W domu jadałam już inaczej, będąc natomiast u kogoś nie przyznawałam się do tych eksperymentów i dostosowywałam się do ogółu. Porównując jednak swoje

samopoczucie między odżywianiem tradycyjnym a wegańskim, odczuwałam istotną różnicę. To dawało do myślenia.

Po ostatnim zasląbnięciu i pobycie w szpitalu, gdy pani doktor zwróciła mi uwagę na szkodliwość przyjmowanych leków, postanowiłam odstawić je powoli. Nawet nie przyznawałam się lekarzowi, że wiele z nich już nie biorę. Później, gdy już zdecydowałam się na inne odżywianie, też tym się nie chwaliłam, zwłaszcza w przychodni. Wiedziałam jaka będzie reakcja, a ja bardzo chciałam się pozbyć swego kalectwa. Moja wiara w skuteczność leczenia kompleksowego została zachwiana. Coraz bardziej skłaniałam się w kierunku innych metod.

Wyszukiwałam coraz to inne książki i kupowałam je, a potem czytałam i szukałam w nich istotnych dla mnie wiadomości. Często wystawałam w księgarniach w kąciuku, gdzie pojawiały się publikacje o leczeniu sposobami ludowymi, o leczeniu dietą, uryną, czy ziołami. Przeglądałam książki lekarskie i wychwytywałam wiadomości o leczeniu reumatyzmu, także innych chorób i efektach ich leczenia. Niektóre książki kupowałam i czytając je utwierdzałam się w przekonaniu, że można pozbyć się nawet najcięższych chorób w sposób niekonwencjonalny, lecząc się dietą, stosując radiestezję, ziołolecznictwo, bioenergię, urynoterapię, a co najważniejsze, oczyszczając organizm z toksyn gromadzonych przez całe swoje życie.

Bernard Jensen w swej książce „Artretyzm, reumatyzm, osteoporoza” pisze: *„Każdy zna sam najlepiej swoje ciało. Posłuchajmy uważnie tego, co nam komunikuje, a ono podpowie nam, co mamy robić”. „Środki zaradcze w postaci zastrzyków i leków nie są w stanie przywrócić nam zdrowia.” „Poprawę może przynieść wiele terapii.... żadna jednak nie doprowadzi do*

*wyleczenia, jeśli nie będzie im towarzyszyć właściwe odżywianie.” „Artretyzm, to nie choroba, to objaw”. „ Nie tylko artretyzm, ale także reumatyzm i osteoporoza pojawiają się prawie zawsze jako wynik jakiegoś innego niedomagania organizmu.” „Musimy zmienić nasze postępowanie natychmiast, i to nie poczynając od małych kroczków na jakie według naszego mniemania stać nas w tym momencie. Trzeba to zrobić dogłębnie i na stałe.” „Zbyt często jemy po prostu dlatego, że nadeszła właśnie pora obiadu, czy kolacji, a nie dlatego, że jesteśmy głodni. Trzeba zerwać z tym niedobrym przyzwyczajeniem”. „Reasumując, wegetarianizm jest potencjalnie idealnym..... stylem życia”.*

Tak to prawda. Teraz wiem, że innego sposobu na odzyskanie zdrowia nie znajdzie się. Trzeba tylko odwagi, by przełamać opory i pozbyć się obaw, a ja też ich miałam sporo. Gdy już całkowicie wyeliminowałam nabiał i mięso z jadłospisu, odczułam w przeciągu kilku dni radykalną poprawę. Pogorszyły się natomiast wyniki badań. OB spadło do 55 po 1 godz., ale w przeciągu kilku tygodni zaczęło wracać do normy, a po kilku miesiącach moje OB wynosiło tylko 9. Zaobserwowałam, że nie przestrzegając ściśle zasad jedzenia wyłącznie warzywno-owocowego, moje samopoczucie i wyniki badań pogarszają się. Jeśli natomiast stosuję się do diety i sprawdzam dokładnie czy w produktach gotowych nie ma mleka, jogurtu i innych niepożądanych dodatków, to i wyniki, i samopoczucie też są lepsze. Jest to już wskazówką, że taki pokarm nie jest odpowiedni dla mnie, ani dla wielu innych ludzi.

Odstawiając leki też nie wyrządziłam sobie krzywdy. Przeciwnie. Poprzez swoją postawę i postępowanie, dowiodłam sobie i medycynie, że unikając leków, wcale nie muszę znaleźć się na wózku. Ani ja, ani nikt inny, chyba że byłoby to konieczne z innego powodu. Dziś na pewno nie jestem w takim stanie jak przed

leczeniem. Prawie cztery lata trucia się różnymi medykamentami zrobiły swoje. Zregenerowane urządzenie nigdy nie będzie takie, jak nowe. Tak samo organizm ludzki. Wróciłam jednak do sprawności, pozbyłam się bólu i... pesymizmu. I to właśnie jest moim sukcesem. Również wiadomości, jakie przez ten okres zdobyłam, też są nagrodą za lata cierpień. Teraz, gdy mówię, że choruję na r.z.s. tyle lat, słyszę: „*Tak? a nie widać tego. Przecież pani porusza się normalnie.*” I to jest dla mnie satysfakcja.

Dzięki temu, iż nie poddałam się tak intensywnemu leczeniu farmakologicznemu uniknęłam jego skutków. A dzięki wiedzy o sposobie prawidłowego odżywiania i podstawowych zasadach funkcjonowania własnego organizmu, wróciłam do sprawności.

## **Jak skorzystać z wiedzy zawartej w pełnej wersji ebooka?**

Ta część poradnika dostępna jest w pełnej wersji dostępnej w pełnej wersji w Wydawnictwie Złote Myśli pod adresem:

<http://nieuleczalne-choroby.zlotemysli.pl/>

### **Poznaj skuteczne sposoby na reumatoidalne zapalenie stawów i prawie wszystkie, pozornie nieuleczalne choroby**



**Poleć znajomemu e-booka  
i zarób 50% jego wartości**



**Kupuj e-booki za punkty,  
nie za złotówki**