

GRUDZIEŃ 2022

e-biuletyn detoksykacji i immunoaktywacji MUDr. Josefa Jonáše



Rewolucyjna przyszłość ludzkości

Choć statystyka to precyzyjna gra nieprecyzyjnych liczb, nie ulega wątpliwości, że wydłuża się długość życia człowieka. Często szukamy kogoś długowiecznego w naszej rodzinie i mamy nadzieję, że będziemy żyć tak długo jak on. Dziewięćdziesiąt lat na pewno. Średnia długość życia człowieka od dziesięcioleci ma tendencję wzrostową, aż do 2021 r., kiedy to spadła o rok. Nie wiadomo, czy winny jest covid, czy szczepionka. Bezwzględna oczekiwana długość życia nie zmienia się. Obecnie

najstarsza żyjąca kobieta ma 120 lat, co zdarzało się już kilkakrotnie w przeszłości. Większość zebranych pieniędzy jest wypłacana na emerytury, a Czesi się starzeją. Emeryci lamentują, że mają mało, a w przyszłości sytuacja się nie poprawi. Jednak z punktu widzenia detoksykacji interesuje nas inna sprawa. Wydłuża się średnia wieku, ale nie wydłuża się czas życia w zdrowiu. Więcej niż ostatnie dziesięć lat człowiek będzie żył w chorobie, niepełnosprawności i bezradności. Niewątpliwie winny jest paradygmat współ

czesnej medycyny. Nie usuwa przyczyny żadnej choroby, a jedynie usuwa objawy. Przyczyna trwa i zyskuje przewagę, gdy siła życiowa spada. Ludzie są niegrzeczni, źli, niespokojni, zdeorientowani. Politycy wiedzą, że ludźmi łatwo manipulować mimo obaw o ich zdrowie. My natomiast wiemy, że jesteśmy w stanie przywrócić ludziom radość i zdrowie. Oto rewolucyjna przyszłość ludzkości.

MUDr. Josef Jonáš

Choroba Alzheimera i inne demencje

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Demencja jest związana z mózgiem, a więc z preparatem Brein. Wcześniej określano ją sklerozą, a różnica między chorobą Alzheimera a miażdżycą tętnic jest diagnostycznie prosta.

Sklerotyk powie, że słabo pamięta, osoba z chorobą Alzheimera powie, że pamięta dobrze. Z pewnością odpowie na Twoje pytanie, ale za każdym razem inaczej. Zaburzenia pamięci mogą mieć też inne podłoże. Najczęściej spotkamy się z zaburzeniem pamięci krótkotrwałej, której centrum stanowi mózdzek. Ludzie bardzo źle znoszą ten rodzaj „zapomnienia”, ale na szczęście zaburzenie jest uleczalne. Inne rodzaje demencji prowadzą do załamania osobowości.

Białko prehistoryczne

Choroba Alzheimera, nazwana na cześć neuropatologa Aloisa Alzheimera, jest obecnie w centrum uwagi. Około 50 milionów ludzi cierpi na ten typ demencji, ale liczba ta szybko rośnie. W Czechach jest około 150 000 osób, u których rozwinęła się lub rozwija demencja typu alzheimerowskiego. Przyczyną są prawdopodobnie znane komórki mózgowe. Neurony

wytwarzają białko zwane beta-amyloidem. Jest to nietoksyczna substancja, która powstaje w neuronach i jest przez nie wydzielana. Jednak choroba Alzheimera występuje, gdy monomery beta-amyloidu sklejają się i tworzą dimery i trimery. Mózg nie wie, jak sobie z nimi radzić i nie może ich wykluczyć.

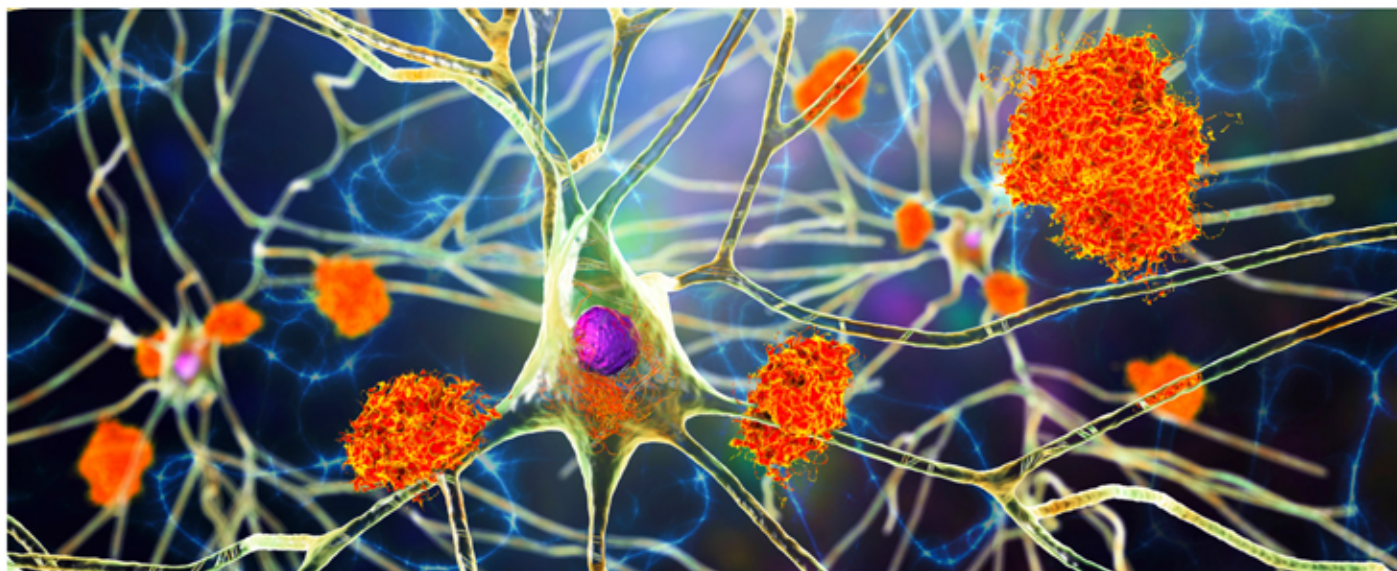
Sam beta-amyloid jest białkiem sprzed 400 milionów lat, które zostało znalezione u naczelnych. Umożliwia komunikację między neuronami i chroni tkankę mózgową w przypadku infekcji lub urazu. W zdrowym mózgu znajdujemy około 1,5 grama amyloidu i do 10 gramów w chorym mózgu.

Sprawdzaj dimery i trimery

Jednak płytki amyloidowe powstają nie tylko w mózgu, ale także w naczyniach krwionośnych. Są zatem ważną przyczyną chorób naczyniowych. Wiadomo, że mutacja w genie APOE4 wiąże się z częstszym występowaniem chorób układu krążenia i choro-

by Alzheimera. Mutacja tego genu występuje u 2/3 osób dotkniętych chorobą. Znacznie wcześniej zapadają wtedy na demencję. Odpowiednie przeciwciała są niezbędne do usunięcia beta-amyloidu. Działają tak samo jak przeciwciała przeciwko mikroorganizmom, ale tworzą swoisty kompleks immunologiczny, który jest w stanie usuwać dimery i trimery z komórek mózgowych. Beta-amyloid opuszcza neuron przez komórki glejowe, więc ich przepuszczalność również odgrywa pewną rolę. Możesz się o tym przekonać podczas badania Akuporem, zadając odpowiednie pytania.

Poszukaj dimerów i trimerów beta-amyloidu w tętnicach. Mierz komórki glejowe, monitoruj immunokompleksy beta-amyloidowe i toksyny w neuronach korowych. Wszystko należy robić zapobiegawczo lub we wczesnych stadiach demencji. Przy rozwiniętej głębokiej demencji detoksykacja nie pomaga.



Jak zapobiegać uszkodzeniom kości?

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Kość to tkanka łączna. Składa się w 90 procentach z kolagenu, reszta to trombospondyna, osteopontyna, fibronektyna, osteokalcyna, proteoglikany, sole wapnia, fosforany, sód, magnez, potas, osteocyty, osteoblasty i osteoklasty.

U dzieci kości rozwijają się z chrząstki przez chondrocyty. Dzieje

się to pod wpływem parathormonów, hormonów wzrostu i fibroblastów, glukokortykoidów i estrogenów. Dlatego kość jest stale przebudowywana, aby sprostać wymaganiom mechanicznym. W przypadku złamań martwa kość jest usuwana, a następnie syntetyzowana jest nowa kość. Na strukturę kości i mineralizację zasadniczo wpływają obciążenia mechaniczne, fosforany, wapń, parathormon i kalcytrol, hormon produkowany przez komórki. Wydzielanie parathormonu jest stymulowane niedoborem wapnia i hamowane przez kalcytrol. Jego duża produkcja prowadzi do rozpadu kości.

Brak słońca i kolagenu

Ważną rolę odgrywa witamina D3, która powstaje w wyniku naświetlania skóry promieniowaniem UV. W skórze musi być obecny 7-dehydrocholesterol, pochodna cholesterolu wytwarzana w wątrobie. Brak słońca i wapnia powodował w przeszłości krzywicę, ale i teraz przyczynia się do skrzywienia kręgosłupa i złego rozwoju kości. **Hepcirk** i **Rescirk** pomogą w detoksykacji. Glikokortykosteroidy wytwarzane



przez nadnercza powodują wchłanianie (resorpcję) kości. Jej uszkodzenie jest również spowodowane wysokim stężeniem witaminy A

czy kwasowością (kwasicyą). Z drugiej strony odpowiednie są suplementy diety z kolagenem, witaminą C i detoksykacją tkanki, do której należy kolagen. Wykonujemy ją preparatem **Artis**, natomiast detoksykację masy międykomórkowej (matrycy) kostnej preparatem **Os**.

Walka z osteoporozą

Osteoporoza jest najczęstszym problemem, zwłaszcza kobiet po menopauzie. Dotyczy zarówno kości kończyn, jak i kręgow kręgosłupa. Jest wynikiem długotrwałego braku równowagi między budową i rozpadem kości, co powoduje zmniejszenie gęstości kości (density), co jest monitorowane za pomocą specjalnych promieni rentgenowskich. Przyczyny to nadmierne wydzielanie kortykoidów (stres), palenie papierosów, brak ruchu, estrogeny (podwzgórze, przysadka mózgowa), insulina, wapń, parathormon czy hormony tarczycy. Rezultatem jest ból i złamania, a w skrajnych przypadkach mogą tworzyć się kamienie ner-

kowe. Do detoksykacji używamy preparatów **Salur**, **Os**, **Artis**, **Thyr**, **Supercort**, **Tens**, **Hepcirk**, **Urcirk** i **Col**. Dobrze jest też dodać ćwiczenia, produkty pełnoziarniste, mak, kozie mleko i kozie sery.

Bez genów to niemożliwe

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Przez miliony lat ewoluował system informacji sterującej wszystkimi żywymi istotami na kuli ziemskiej. Jeszcze w ubiegłym stuleciu odszyfrowanie kodu genetycznego żywych organizmów było tylko marzeniem. Dzisiaj, dzięki komputerom, zagadką genów może bawić się praktycznie każdy.

W każdej komórce naszego organizmu, których mamy 50 bilionów, znajduje się spodwójna helisa DNA. Jest nawinięta na rodzaj szpuli, by mogła zmieścić się w komórce. Na tej szpuli zapisanych jest około 23000 ludzkich genów. Używana jest tylko część z nich. Te, które kontrolują aktywność odpowiedniego narządu lub tkanki.

Wpływ środowiska epigenetycznego

Geny komórek płciowych mogą być przenoszone do komórek innego potomstwa, w połowie od ojca, w połowie od matki. Gdybyśmy chcieli wydrukować wszystkie „litery” naszego kodu genetycznego, byłoby ich ponad trzy miliardy. Po zapłodnieniu komórki jajowej 23 tys. genów uczy się, co po winny zrobić dla naszego życia. Jednak ich funkcja nie jest trwale taka sama. To, jak działają geny, zależy od tego, co wpływa na nie od zewnątrz. Nazywa się to wpływem epigenetycznym. To rodzaj pakietu genów, które mogą

przekazywać nowe informacje potomstwu, ale także uszkodzić funkcję genów. „Epi” to grecki przedrostek oznaczający, że coś jest na powierzchni. Potrzeba dużo czasu i szczęśliwej gwiazdy, aby zmienić gen pop-

rzez ewolucję, tak że zamiast pozytywnej zmiany następuje negatywna. Już dziś wiadomo, że na próżno będziemy szukać wielu wpływów w genach. Znajdujemy je w środowisku epigenetycznym, które włącza się i wyłącza, przyspiesza lub spowalnia fragmenty genomu. Środowisko epigenetyczne otrzymujemy od naszych rodziców w okresie prenatalnym. Przekazuje się też w trakcie rozwoju, a potem sami nad tym pracujemy swoją emocjonalnością, stresem, dietą i stylem życia.

Łożyciowym wysiłkiem i szczęściem ro dziców, jest to jedyny sposób, by fundamentalnie wpłynąć na zdrowie i emocjonalną budowę naszej osobowości. Transmisje epigenetyczne przejawiają się nie tylko w następnym pokoleniu, ale w dwóch kolejnych. Grubi ludzie znów będą mieli grubych ludzi. Wynika to ze zmiany epigenetycznej, która kontroluje konsumpcję i wykorzystanie żywności. Jak nadciśnienie czy cholesterol. To jest wytłumaczenie eksplozji cukrzycy czy toksycznego zachowania niektórych osób.



Od kilku pokoleń

Genom to tylko projekt budynku. Inne czynniki będą miały wpływ na ostateczny wygląd domu. Jest to jednak kluczowa możliwość do detoksykacji i immunoaktywacji. Poza ca-

Wpływ epigenetyczny można znaleźć na wszystkich narządach i częściach mózgu. Informacje z zakresu epigenetyki zostały wprowadzone do preparatu **Vondr**. Poszczególne części epigenetyczne są nowością w prawie wszystkich preparatach.

Detoksykacja tarczycy

Text: MUDr. Josef Jondáš, Foto: Pexels.com

Ostrzeżeniem jest stale rosnąca liczba osób z dysfunkcjami tarczycy. Według danych statystycznych na ten problem cierpi co dziesiąty mieszkaniec Czech.



Tarczycza kontroluje naszą kondycję psychiczną i fizyczną, płodność, nastrój i metabolizm. Jej problemy dzielimy na niedoczynność, nadczynność tarczycy, guzki łagodne oraz nowotwory. Przy niedoczynności tarczycy jesteśmy zmęczeni, przy nadczynności pocimy się, mamy biegunki i bije nam serce. Te problemy leczymy hormonami, chirurgią i radioaktywnym jodem. Wzmoczonej czynności tarczycy towarzyszą niekiedy wystające oczy z oczodołów, tzw. choroba Basedowa. Jest to problem autoimmunologiczny spowodowany pogrubieniem poduszki tłuszczowej za gałką oczną.

Skuteczne rozwiązanie

Detoksykacja tarczycy jest na ogół bardzo skutecznym sposobem na rozwiązanie niektórych problemów tego ważnego narządu. W przypadku choroby nowotworowej, gdy podstawą jest operacja, może być tylko metodą wspomagającą. W przypadku łagodnych guzków nie można oczekiwać, że znikną i zostaną zastąpione zdrową tkanką. Jednak ich wzrost i rozmnażanie można zatrzymać. Odtrujemy nadczynność tarczycy jako chorobę autoimmunologiczną. Ważny jest również komponent psychologiczny, ponieważ autoimmunizacja jest często wyzwalana przez problem emocjonalny - autodestrukcję. Wzrost tego problemu spowodowany

jest narastającą agresją i brakiem aktywności fizycznej. Niewątpliwie pewną rolę odgrywają społeczne konwenanse, które nie pozwalają na rozładowanie emocji. Lekarze określają choroby tarczycy jako nieuleczalne. Ale to nieprawda, ponieważ zarówno nadczynność, jak i niedoczynność są spowodowane przez toksyny.

Obniżone IQ u dzieci

Niedoczynność i nadczynność tarczycy matki negatywnie wpływają na rozwój płodu. U dorosłych powodują szereg zaburzeń, takich jak hipercholesterolemia, zmęczenie, uczucie zimna, depresja, zaparcia, nie regularne cykle, choroby serca, biegunki, bezsenność, suchość oczu, bezpłodność i inne. Jod dostaje się do organizmu poprzez ogólne wzbogacenie soli i pokarmu dla niemowląt. Nawet niewielki jego brak w czasie ciąży może obniżyć iloraz inteligencji dziecka nawet o 15 punktów. Pokarmy bogate w jod to ryby morskie, mleko, jogurt, twaróg i sery, zwłaszcza kozie i owcze. Kobiety w ciąży powinny celowo spożywać pokarmy lub witaminy wzbogacone jodem. Przeprowadzamy detoksykację preparatami **Thyr**, **Hor** i **Imunokomplex**. Trzeba uważać na wchłanianie w jelicie cienkim, czyli preparat **Col**. Testujemy również preparaty **Met**, **Radex** czy **Orgatox**. Ci, którzy wiedzą, jak korzystać z Akuport, mają przewagę. Mogą zweryfikować powodzenie detoksykacji, zmierzyć hormony tarczycy lub funkcje podwzgórza i przysadki mózgowej.

Dlaczego lubię cytrynę

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Gorące napoje z cytryną od dawna cieszą się popularnością. W latach pięćdziesiątych, kiedy byłem dzieckiem, herbata z cytryną była głównym lekarstwem na różne dolegliwości układu oddechowego.

Nie ma wątpliwości, że napoje z cytryną mają korzystny wpływ na zdrowie. Jeśli jesteś przyzwyczajony do robienia mocnej, kawy z mlekiem, nie czujesz się dobrze. Twój przewód pokarmowy cierpi i czas to pokaże. Najłatwiej zacząć przed śniadaniem od ciepłej wody z cytryną. Mogą ją pić nawet osoby przestrzegające przerwanego postu. To najlepsza dieta na odchudzanie i odmładzanie organizmu poprzez wywołanie programowanej śmierci komórek (aptozy). Woda musi być tylko lekko ciepła, aby nie zniszczyć witamin. Optymalne jest 200 ml wody z połową cytryny. Można też kupić wysokiej jakości sok z sycylijskich cytryn, jednak większość produktów jest wytwarzana z koncentratu z dodatkiem konserwantów. Nie ma nic złego w używaniu zielonej lub czarnej herbaty zamiast wody. Osobiście używam rumianku lub pokrzywy, świetnie smakują z cytryną i miodem.

Niezastąpiony sok

Powszechnie wiadomo, że cytryna zawiera witaminę C, odgrywa ważną rolę w układzie odpornościowym.

Mniej wiadomo, że jest także najważniejszym czynnikiem wpływającym na stan chrząstki stawowej, a także ważnym przeciwutleniaczem, który

neutralizuje szkodliwe reakcje w organizmie i znacząco przyczynia się do usuwania niektórych toksyn. Witamina C poprawia retencję wody między

można również użyć kwasu cytrynowego otrzymywanego chemicznie. Doskonale alkalizuje, witamina C rozjaśnia skórę. Okłady z sokiem z cytryny znane były już w starożytnym Rzymie.

Oszukuje żołądek, zmniejsza stres

Cytryna z letnią wodą oszuka żołądek i usprawni nasze wysiłki odchudzające. Jednocześnie witamina C oddziałuje również na sferę emocjonalną człowieka. Zmniejsza stres, uspokaja umysł i zapewnia bezpieczeństwo emocjonalne. Jeśli wypijesz dużą ilość soku z cytryny, warto po nim przepłukać usta, w przeciwnym razie ryzykujemy uszkodzenie szkliwa zębów. Chociaż cytryna jest kwaśna, ma działanie zasadowe na organizm. Z kolei kwasowość jest spowodowana cukrem, mięsem, alkoholem, kawą czy narkotykami. Nadkwaszenie żołądka powoduje kaszel, zapalenie gardła, a w najgorszym przypadku przełyk Barretta, który jest poważnym powikłaniem stanu zapalnego. Niektórzy ludzie dodają łyżeczkę sody oczyszczonej do dwóch szklanek wody z cytryną rano. Jest to metoda odpo-

wiednia dla osób kochających słodkie wypieki. Sama letnia woda pobudza pracę układu pokarmowego, a sok z cytryny pobudza pracę jelit.



komórkowej w skórze i tkance podskórnej. Wszystkie kobiety znają termin „nawodnienie”. Naturalny sok z cytryny jest niezastąpiony. Do kąpieli

Syropy i medycyna ludowa

Text: MUDr. Josef Jonáš, Foto: Pexels.com

Z doświadczenia wiem, że ludzie nie są zadowoleni z tego, co im dajemy z naszego arsenału. Pytają, co mogliby zrobić sami. Dlatego zdecydowałam się zrobić tę serię domowych środków zaradczych, które możesz polecić ludziom jako bonus. Używamy ich w domu i naprawdę działają.

Tymiankowy syrop na kaszel

200 ml wody, 150 g miodu, ewentualnie cukru, paczka suszonego lub świeżego tymianku, 3 łyżki kwiatów malwy

Zagotuj wodę z miodem, dodaj zioła i gotuj przez około dwie minuty. Zdejmij garnek z pieca i pozwól mu się zaparzać przez 24 godziny pod pokrywką. Następnego dnia odcedź wywar przez gazę lub gęste sitko i przechowuj w lodówce. Jeśli używamy miodu, nie wolno go gotować, ponieważ podczas gotowania tworzą się w nim substancje rakotwórcze. Dodajemy go, gdy zdejmujemy bulion ziołowy z pieca i ma on temperaturę niższą niż 60 stopni.

Syrop imbirowy na wzmocnienie odporności

3 cytryny ekologiczne lub obrane cytryny normalne, pół korzenia najlepiej świeżego imbiru ekologicznego, 1 łyżeczka cynamonu, 1 łyżeczka goździków, 0,5 kg miodu

Na dnie szklanki ułóż plasterki cytryny, ułóż na nich posiekany obrany imbir, cynamon i goździki. Następnie wlej miód, aby pokryć warstwy. Czynność powtarzamy do wyczerpania surowców. Odstaw szklankę do zaparzenia w lodówce, dodaj do herbaty lub wody. Odważniejsi mogą go używać bezpośrednio.

Syrop rumiankowy na skurcze żołądka i drogi oddechowe

250 g cukru lub miodu, 250 ml wody, 4 łyżki kwiatów rumianku

Doprowadzić składniki do wrzenia (z wyjątkiem miodu, który dodamy później). Po pięciu minutach odstawić, odcedzić i przechowywać w lodówce. Używamy go do słodzenia herbaty lub mleka.

Syrop z babki lancetowatej 3

garści świeżej babki lancetowatej, 2 szklanki cukru pudru

Posiekaj liście babki lancetowatej i posyp cukrem metodą warstwową. Szklankę przykryć celofanem, lub papierem do pieczenia i odstawić w ciepłe, najlepiej nasłonecznione miejsce. Energia słońca ma swoje znaczenie. Cukier rozpuszcza się i miesza z babką lancetowatą. Odcedź i wyciśnij cały sok. Syrop wytrzyma w

lodówce do przyszłego roku Słodzimy nim herbatę, ciepłą wodę lub grzane wino.

Syrop z pokrzywy wspomagający wątrobę

4 litry wody, 4 cytryny ekologiczne lub obrane cytryny klasyczne, 120 wierzchołków młodych pokrzyw, 6 łyżeczek kwasu cytrynowego, 3,5 kg cukru lub miodu

Zagotuj wodę z cytrynami pokrojonymi w kółeczka. Ostudzić i dodać pokrzywy. Zaparzamy przez jeden dzień, następnie przecedzamy i wyciskamy. Dodaj cukier lub miód. Mieszaemy i przelewamy do butelek. Wytrzyma całe lato na mrozie.



MARION



Litera scripta manet

To, co jest napisane, jest prawdą, mówili starożytni Rzymianie. Przyjrzyjmy się zatem podsumowaniom prasy codziennej.

- Roman Prymula napisał w MF Dnes: „Skuteczność szczepionki przeciwko zakażeniu jest bardzo mała.” Epidemiolog Marek Petráš zgadza się: „Brakuje wiedzy na temat rzeczywistej skuteczności ochronnej szczepionek biwalentnych”.

- Mikroplastiki są mniejsze niż pięć milimetrów, mniejsze są tylko nanoplastiki. Dostają się wszędzie w cieło, nawet w łóżysku. Organizm ich nie wydalą, więc kumulują się przez całe życie. W tym samym czasie ludzie produkują 400 milionów ton plastiku rocznie.



- Picie dwóch litrów wody dziennie to nonsens. Jeśli szybko wypijemy litr wody, zwiększa się objętość krwi i serce jest nadwyżężone. Robiliśmy to codziennie, jesteśmy wystarczająco dorośli.

- Czy znasz terminy weganin, wegetarianin, frutarianin, fleksitarianizm, pescetarianin, pollotarianin lub pollopescetarianin? Jeśli nie, jesteś nieaktualny.

- Przystojne studentki były przez covid w niekorzystnej sytuacji, ponieważ nie mogły wykorzystać swego uroku.

- Śpiew ptaków leczy depresję, a szczęśliwe małżeństwo chroni przed zawałem serca. Ale to nie działa na toksyny w mózgu.

- W mieszkaniach wdychamy formaldehyd, który powoduje stany zapalne błony śluzowej nosa. Pomocne mogą być meble z litego drewna i kwiaty. Na przykład pnący bluszcz może poradzić sobie z formaldehydem, benzenem i amoniakiem. I to się opłaca.

TY RÓWNIEŻ MOŻESZ ZOSTAĆ TERAPEUTĄ

MARION DISTRIBUTOR LTD

134 Albert Road,
PL2 1AQ Plymouth
tel. 07944 777727
e-mail. contact@e-marion.co.uk
www.e-marion.co.uk



Zapraszam do współpracy **terapeutów, lekarzy, dietetyków, farmaceutów, fizjoterapeutów i wszystkich zainteresowanych swoim zdrowiem**, oraz zdrowiem swoich najbliższych. Zapraszam również wszystkie osoby chcące zmienić coś w swoim życiu i robić to co niesie zadowolenie. Jeśli natura i medycyna naturalna jest Ci bliska, to Marion jest również dla Ciebie

Dla osób zainteresowanych mamy przygotowane szkolenia praktyczne i teoretyczne o metodzie, preparatach i sposobie pracy z klientami/pacjentami.