

Kapitola 6.

Léčebné vlastnosti a použití peroxidu vodíku

Příroda se zachovala moudře, když dala organizmu všechno pro to, aby fungoval jako soběstačný, samoregulující se mechanismus. Jednou z jeho hlavních schopností je schopnost buněk imunitního systému (leukocytů a granulocytů) z vody a molekulárního kyslíku vytvářet *peroxid vodíku* (H_2O_2). Ten se rozpadá na *vodu* a *atomární kyslík*, což je velmi silnou zbraní proti všem patogenním „nepřátelům“, ať už jsou to viry, plísně, bakterie nebo jiné parazitní infekce. Jelikož se při tom uvolňuje aktivní kyslík, řeší se tím zároveň projev hypoxie, jež vzniká při nedostatku kyslíku, kdy jsou tím postiženy veškeré biochemické a energetické reakce v organizmu, v první řadě pak mitochondrie, které přestávají dodávat buňkám potřebnou energii.

Další důležitou funkcí organizmu je udržení elektrolytické rovnováhy, tedy homeostázy neboli acidobazické rovnováhy. Jakákoliv odchylka od této rovnováhy svědčí o zánětlivých reakcích probíhajících v organizmu, k nimž dochází při nedostatku kyslíku v buňkách. Nejde však o ten molekulární kyslík, který vdechujeme se vzduchem, ale o kyslík, získaný v organizmu z peroxidu vodíku – atomární kyslík, který je silným antioxidantem. Nejenže obnovuje funkci buněk, ale také odstraňuje z buňky vše, co znemožňuje její správnou funkci.

Pokud by buňky imunitního systému nevyráběly peroxid vodíku, náš život by byl zcela nemožný. Proto peroxid vodíku musí být v organizmu vždy v dostatečném množství. Bohužel, z mnoha důvodů tomu tak ale není.

V roce 2004 vyšla má první kniha o peroxidu vodíku. A ještě předtím jsem publikoval články na toto téma ve věstníku „Zdravý způsob života“. Od té doby uběhlo již mnoho let, avšak debaty na téma prospěšnosti nebo škodlivosti peroxidu vodíku jsou stále aktuální. Nejvíce se do toho vložily televizní pořady, v nichž se předváděly nehorázné experimenty s 35% peroxidem vodíku v podobě prášku, třebaže já mluvím o 3% roztoku.

Co na to říct? V životě existuje pojem postuláty. Jsou to zákony, podle nichž by měl člověk žít. Něco jako pravidla silničního provozu. Avšak nejsou seslány seshora. Přesto se lidé snaží zaměnit boží úmysly uměle vytvořeným systémem, v němž vládne kult zákonů, jimiž by se člověk měl řídit. Současní lékaři jsou zvyklí žít v tomto systému, žít podle pokynů vyšších instancí: ani krok nalevo, ani krok napravo... A jako vždy, cokoliv nového, co není podle učebnic nebo podle instrukcí, v nich vyvolává odpor... Velmi často se objevuji v televizních pořadech, v nichž se mě moderátoři snaží cíleně ponížít, jak se říká „okopat kotníky“. Ptám se, proč mě vlastně pozvali? Aby měl pořad váhu. A proč tam vlastně chodím, když vím, že se to bude znovu opakovat? Proto, abych vám donesl alespoň kousek pravdy, i když část z ní pokaždé vystříhnou.

Například mě často zvali do televizního pořadu G. Malachova, ale vždy předem žádali, abych nemluvil o peroxidu vodíku. Není to vina moderátorů, ale rozhodnutí vyšší instance...

V posledních publikacích píšu o tom, že dnešní medicína je „medicínou nemocí“. Potřebuje pouze nemocné lidi. Pracoval jsem 30 let v kosmonautice a celý život jsem hledal způsob, jak z nemocného člověka udělat zdravého. Tomu se říká „medicína zdraví“. Za 50 let kosmické éry ani jeden kosmonaut ne onemocněl během letů, které trvaly i 1,5 až 2 roky. To samo o sobě mnohé napovídá.

Vraťme se však k peroxidu vodíku. Je to elementární filozofie, podle které člověk žije. Podívejme se na to, co se odehrává v našem těle, v němž je všechno. Mnoho lékařů ví, že rezervní možnosti organismu jsou 8-10krát silnější než jakékoliv destrukční faktory, včetně virů. Přitom bojovat s nimi je nesmysl, jelikož viry jsou de facto našimi příbuznými. Vyvinuly se na Zemi ještě před námi. Existuje i teorie, podle které jsou viry naši předkové. Nyní například vyvíjejí vědci vakcíny proti „prasečí“ chřipce. Já však znovu opakuji: „bojovat s viry je nesmysl“. Jsou to živí tvorové. Každý vir je maličký organizmus, který je viditelný pouze pod mikroskopem. S kým vlastně chceme bojovat? Nejzajímavější je, že se v organismu nachází systém, který reguluje všechno, co se naruší. I člověk sám bývá původcem problémů s vlastním zdravím. Nestravuje se správně, nedodržuje správný pitný režim.

Takže v organismu je systém, který neutralizuje všechno, co člověku znemožňuje být zdravý. Je složitý. Část tohoto systému představují červené krvinky - erytrocyty, lymfoidní tkáň, pak protilátky, něco jako protijed proti všemu, co znemožňuje organismu správně fungovat. Lymfatický systém - naše „kanalizace“, sbírá odpadní látky z látkové výměny a neutralizuje je v lymfatických uzlinách. Pokud je funkce těchto systémů narušena, zvyšuje se toxicita celého organismu, dochází k jeho překyselení a k aktivaci patogenní mikroflóry.

Mnozí lékaři nemají ani ponětí, kde se nachází imunitní systém. Mluví o imunosupresivech* a imunostimulátorech**, o imunomodulátorech*** atd. Přitom neví, že se 3/4 buněk imunitního systému nachází v zažívacím traktu, konkrétně v tenkém střevě, kde se nalézají lymfoidní tkáň. Jsou to lymfocyty

* imunosupresiva - látky potlačující funkci imunitního systému

** imunostimulátory - zvyšují funkci imunitního systému

*** imunomodulátor - látka, která upravuje imunitu tak, že ji může zvyšovat nebo snižovat

a histiocyty (druh bílé krvinky – pozn. překl.). Právě ony v důsledku biochemických reakcí vytváří peroxid vodíku. Vzniká z molekulárního kyslíku, který je obsažen ve vzduchu, a z vody.

K čemu je dobrý peroxid vodíku? *Je to nejsilnější antioxidant.* V průběhu biochemických reakcí dochází k oxidaci produktů. Při oxidaci produktů vznikají volné radikály. To je atom nebo skupina atomů, které mají přinejmenším jeden volný elektron. Pokud má atom volný elektron, pak se k němu může snadno připojit jiný atom nebo molekula. Vznikají tak chemické reakce, které mohou způsobit organizmu velké škody. Volné radikály napadají nejen odumřelé nebo nemocné buňky, ale i ty živé.

Obvykle jsou volné radikály přítomny v lidském těle v malém množství. Některé z nich vyrábí imunitní systém a zdravý organizmus je dokáže kontrolovat. Jejich množství musí být v určitém poměru k normálnímu kyslíku.

Je to tentýž kyslík, jen přišel o jeden elektron v průběhu biochemických reakcí. Chce se obnovit, a proto ho odnímá od jiných buněk. Čím více je volných radikálů, tím snadněji vznikají různá onemocnění, včetně onkologických. Ruský akademik V. Skulačov, doktor biologických věd, hledá ionty (takzvané Skulačovovy ionty), které působí proti volným radikálům. Proč ale s nimi bojovat? My je potřebujeme. Zabránit jejich vzniku nemůžeme, je to výsledek oxidačně-redukčního procesu. Volné radikály ničí viry i bakterie. Jiné se zas podílejí na výrobě důležitých hormonů a aktivaci fermentů důležitých pro život. Volné radikály organizmus využívá pro výrobu energie a řady potřebných substancí.

Peroxid vodíku likviduje všechno, co člověku ubližuje. Výsledkem je lepší průběh oxidačně-redukčních procesů, množství volných radikálů se snižuje na normu, jež odpovídá správné funkci organizmu.

Lékaři oficiální medicíny včetně moderátorů televizních pořadů na téma zdraví o tom nic neví. Označují mě za šarlatána,

ale nikdy mi neumožní, abych veřejně promluvil a ukázal, jak to funguje.

Navrhoval jsem, aby se uskutečnila srovnávací léčba na libovolné klinice. Jednu skupinu by léčili podle metod oficiální medicíny, druhou podle mé metody. Žádná klinika nesouhlasila s provedením takového experimentu. Proč? Protože peroxid vodíku je velmi levný, v Rusku si ho koupíte za pár rublů. Léčba na klinikách je naopak drahá, přitom se za ni platí v dolarech. Kdo se vzdá možnosti brát si od pacientů velké peníze, třebaže jim říkají, že ať dělají, co mohou, nedokáží je vyléčit. Já ale беру levný peroxid vodíku, zahajuji léčbu a pacient se začne uzdravovat. Za vším stojí systém oficiální medicíny, o němž dávno mluvím.

Jak jsem již říkal, peroxid vodíku produkují buňky imunitního systému. Dochází k tomu v tenkém střevě. Když je to potřeba, peroxid vodíku se rozkládá na atomární kyslík a vodu. A to je celé. V lidském těle samostatně funguje antioxidační systém. Nic se nemusí vymýšlet. Trávicí ústrojí však musí pracovat bezvadně. Proto je třeba dobře vědět, co jíst, kdy jíst a jak správně pít.

Vnitřní užívání peroxidu vodíku

Ve své knize „Peroxid vodíku“ jsem doporučoval pít **nalačno** 3krát denně sklenici vody s 10–15 kapkami 3% peroxidu vodíku. Nyní vám doporučuji do každé sklenice vody, kterou pijete nalačno během dne, přidat 10–15 kapek 3% peroxidu vodíku. *Když vypijete během dne 10 sklenic vody, dodáte tělu 100–150 kapek peroxidu vodíku.* Nemocný člověk jej potřebuje jako sůl, a stejně to není moc.

Peroxid vodíku dělá v organizmu to, co je do něj již vloženo Přírodou. Avšak u nemocného člověka (dnešní člověk po dovršení 25–30 let je pro mě nemocný) je trávicí systém jako kanalizace, která sbírá veškerý odpad a špínu, nefunguje správně a potřebuje očistu. Vás však nikdo nečistí, medicína o to nemá zájem. Zjistil jsem, že po dovršení 20–30 let věku je třeba vyčistit trávicí ústrojí nejméně jedenkrát za tři týdny. Právě peroxid vodíku čistí, napomáhá oxidaci, neutralizaci a vylučování všeho, co se v organizmu nakupilo. Dokáže zničit všechno, co člověku škodí, včetně nadbytečných volných radikálů.

Tedy kapejte do sklenice vody 10–15 kapek 3% peroxidu vodíku. Pamatujte si, že pít se má jen nalačno, nejméně 20–25 minut před jídlem. Pokud se v žaludku zadržela potrava, bude peroxid šumět. Nesmíte pít po jídle, to znamená, že nebudete narušovat funkci trávicích štáv po dobu nejméně 1 hodiny. Můžete pít 1,5–2 hodiny po jídle.

Vnitřní užívání peroxidu vodíku můžete začít od 3–5 kapek. Pokud nepocítujete diskomfort, nadýmání břicha nebo pálení, postupně zvyšujte dávku na 6, 10 až 15 kapek. Já osobně nekapu, jednoduše nalévám malé množství peroxidu vodíku do sklenice a piji. **Vypít peroxid je třeba ihned.** Po 15 minutách se totiž rozkládá. Ze stejného důvodu **nelze ponechat lahvičku s peroxidem otevřenou.** Po půlhodině v ní zbude jen voda. Je praktické používat plastovou lahvičku o objemu 100 ml, ze které můžete přímo kapat peroxid do sklenice. Po aplikaci ji nezapomeňte uzavřít.

Nitrožilní aplikace peroxidu vodíku

Občas dostávám dopisy, v nichž mi čtenáři sdělují své obavy z vnitřního použití peroxidu vodíku, zvláště pak pokud jde o aplikaci do žíly.

Obvykle, než něco doporučím jiným, nejdříve to vyzkouším sám na sobě. Věřte mi, že já sám sobě i svým blízkým aplikuji peroxid vodíku do žíly pomocí injekční stříkačky doma v kuchyni – a při tom stále žiji!

Peroxid vodíku je roztok, kde jsou molekuly atomárního kyslíku odděleny jedna od druhé molekulami vody, a tedy, *na rozdíl od molekul čistého kyslíku, jsou velmi malé a riziko plynové embolie se prakticky vylučuje.*

Negativní projevy při vnitřním užití peroxidu vodíku se vysvětlují tím, že je v trávicím ústrojí málo fermentu katalázy nebo tam není vůbec. Proto se doporučuje *10denní zahajovací proces postupného zvykání.* Při tom každý nemocný může sám pro sebe stanovit optimální dávku, která dokonce *nepřevyšuje 3-5 kapek na jednu aplikaci.*

Při našem „civilizovaném“ způsobu života jíme smažené, tučné, uzené a k tomu všemu ještě pokrmy otrávené chemickými látkami. Jejich strávení vyžaduje velké množství kyslíku. Při tom tkáně přežívají prakticky v anaerobním (bez kyslíku) prostředí a jsou nuceny se „rvát“ o každý „doušek vzduchu“. Proto u některých lidí příjem dokonce jen 2 kapek peroxidu vodíku vyvolává někdy různé nevolnosti i mdloby, jak se stává městskému člověku, když se ocitne v lese. Organismus člověka se kvůli nedostatku pohybu, nesprávným stravovacím návykům i jiným vlivům prakticky vždy nachází ve stavu nedostatku kyslíku. Proto je užívání peroxidu vodíku při různých projevech nesprávného fungování organismu velmi užitečné.

Jestliže se po užití peroxidu vodíku objeví jakékoliv diskomfortní pocity, bolesti, těžkost atd., přerušete jeho aplikaci na 1–2 dny nebo snižte dávkování na 3–5 kapek.

Při aplikaci peroxidu vodíku se doporučuje přijímat i vitamín C (jeden stroužek česneku denně by měl stačit).

Co se týče aplikace peroxidu vodíku do žíly, v domácích podmínkách ji neprovádějte, medicína to zakazuje. Třebaže já to dělám. Po celá léta to provádí i A. Sitnikov, jeden z nejstarších kardiokirurgů Ruska v nemocnici v Iževsku. Při léčbě nemocných to má velký účinek.

Rektální aplikace peroxidu vodíku

Pro běžného člověka jsme společně s manželkou Ljudmilou vymysleli jinou aplikaci peroxidu vodíku do organismu, a to přes konečník. Potřebujete k tomu jednorázovou soupravu pro transfúzi krve, lahvičku s fyziologickým roztokem a injekční stříkačku na 10 ml. Vše zakoupíte v lékárně za pár korun.

Před aplikací 3% peroxidu vodíku je třeba provést klystýr konečníku pomocí gumové hrušky. Menší množství vlažné vody (50–100 ml) se pomalu nalije do konečníku a pročistí jej do hloubky 8–10 cm.

Pak naberte do injekční stříkačky 5 ml 3% roztoku peroxidu vodíku. Jehlou injekční stříkačky propíchněte gumový uzávěr lahvičky s fyziologickým roztokem a vstříkněte dovnitř peroxid. První den 5 ml, druhý 6 a tak dále, maximálně 8 ml, více není potřeba.

Potom vezměte soupravu pro transfúzi krve, sejměte ochranný kryt jehly a zabodněte ji do gumového uzávěru lahvičky s fyziologickým roztokem a peroxidem. Nyní máte vše připraveno k přelití obsahu sklenice. Nezapomeňte na druhém konci soupravy sejmout jehlu a namazat ho vazelínou.

Sklenici s fyziologickým roztokem a peroxidem zafixujte vedle postele, vyladte rychlost postupu roztoku do kapačky pomocí kolečka (na druhém konci soupravy). Vhodná rychlost je 60 kapek za minutu. Lehňte si na bok a zaveďte konec soupravy bez jehly do konečníku (hlouběji). Během 20-30 minut bude celý obsah sklenice aplikován. Po ukončení procedury se doporučuje chvíli ležet.

Teplota vody pro aplikaci peroxidu vodíku do konečníku by měla mít 36-37 °C. Pokud bude studená, je to špatně, pokud bude horká - ještě horší. Organizmus bude muset normalizovat její teplotu. Na to musí vydat mnoho energie. Někteří lidé pijí velmi horké nápoje. Nedělá to ani pes. Ten nejdřív zkouší teplotu vody tlapkou a čeká, až se ochladí. Při nejhorším použije i sníh, ale nehlta ho, čeká, až mu roztaje v tlamě a voda z něj se ohřeje. Ale člověk dělá všechno proto, aby znemožnil správnou funkci organismu. Potom běhá po doktorech... Ti však zdravého člověka nepotřebují, potřebují pacienta.

Prožil jsem dlouhý život. Celou tu dobu jsem hledal způsoby, jak uzdravit lidi. Vím to, ale když o tom vyprávím, mnohým se to nelíbí. Systém, který na vás parazituje, vás potřebuje jen proto, abyste ho obohacovali, abyste nakupovali léky, kterým nevěřím již 30-40 let.

Spodní část těla hraje důležitou roli pro zdraví člověka. Je důležitější než hlava. Ta občas životu překáží. Ve spodní části těla život začíná i končí. Tam se nachází „atomový reaktor“. Aplikace peroxidu vodíku do střev má stejný účinek jako nitrožilní. Můžete tuto proceduru provádět každý den nebo obden. Tento způsob aplikace peroxidu vodíku se doporučuje při bolestech hlavy, když vás „zlobí“ střeva, při mužských nebo ženských problémech a při mnoha dalších potížích.

Ženy mohou použít 3% peroxid vodíku pro výplachy pochvy. Například do 1/4 sklenice 36-37 °C teplé vody přidejte 1-2 čajové

lžičky peroxidu vodíku a tento roztok použijte k výplachu. Pokud ucítíte pálení, peroxidu přidejte o něco méně - 15 až 20 kapek.

Nedávno se na mě obrátil jeden příbuzný, jehož žena měla půl roku po porodu problémy s menstruačním cyklem. Návštěvy lékařů byly bezvýsledné. Narušení hormonálního cyklu je nebezpečné: organizmus musí fungovat v souladu s přírodními zákony. Provedla pouze dva výplachy podle mého doporučení a vše bylo zase v pořádku. Je to otevřená část těla, jako tvář. Mělo by tam být o něco kyselejší prostředí. Peroxid vodíku hubí veškeré parazity i mikroby a obnovuje normální mikroflóru. Nemusíte navštěvovat gynekology a porodníky, můžete občas tuto proceduru provádět samostatně.

Peroxid vodíku nám byl seslán Nejvyšším, je to naše obrana před vším škodlivým, co nám znepříjemňuje žití. Pokud by jej tělo neprodukovalo samo, žádní lékaři by nepomohli lidem svými radami.

Aplikace peroxidu vodíku do nosu

Do 1/4 sklenice nalijte vodu, nakapejte 10-15, maximálně 20 kapek 3% peroxidu vodíku. Natáhněte do injekční stříkačky nebo kapátka (objem 1-2 ml) připravený roztok. Zakloňte hlavu, vstříknete obsah stříkačky do jedné nosní dírky a vtáhněte roztok společně se vzduchem do sebe. Co se při tom odehrává? Tato část nosu se očisťuje. Běžně se tam hromadí mnoho parazitů, peroxid vodíku vše promyje a očistí. Proceduru zopakujte s druhou nosní dírkou.

Uvolněný atomární kyslík pronikne nosní dutinou přímo do mozku. Je to důležité hlavně pro nemocné roztroušenou sklerózou, Parkinsonovou nemocí, při bolestech hlavy, chřipce, rýmě a podobně. Mozek začíná lépe pracovat. Nezapomínejte však denně vypít 1,5-2 litry vody (již o tom bylo řečeno).

Po 2-3 minutách je třeba proceduru zopakovat. Z nosu začne vytékat tekutina. Nemusíte smrkat, stačí ji jemně vyfouknout nad umyvadlem. Pak začnou z nosu vycházet kousky špiny, hnisavého hlenu. Pokud se z nosu ještě stále vylučuje něco podobného, opakujte tuto proceduru 2-3 krát denně. Aplikovaný roztok se dostává i do plic, čímž léčíte astmatickou bronchitidu, zápal plic a další nemoci.

10-15 minut po této proceduře se nedoporučuje jíst nebo pít.

Roztok 3% peroxidu vodíku je dobré aplikovat do nosu ráno a večer v době chřipkových epidemií. Tehdy jsme v kontaktu s mnoha nemocnými lidmi v dopravních prostředcích i v práci. Pokud si budete aplikovat 3% peroxid vodíku ve vodném roztoku do nosu, chřipka se vás nedotkne. Po 10-15 minutách po aplikaci přestane peroxid vodíku působit, ale přitom se aktivují obranné mechanismy organismu.

Při své práci jsem měl mnoho podřízených. Pokaždé když začínalo jarní nebo podzimní chřipkové období, ihned po příchodu do práce si aplikovali peroxid vodíku do nosu. Lidé z jiných oddělení se smáli a povídali si, že Něumyvakin zase něco vymyslel. Na mém oddělení nikdo chřipkou neonemocněl, ale na jiných trpěli 2-3 týdny. Nepotřebujete žádné vakcíny.

Skladovat vodný roztok s peroxidem vodíku nemá smysl. Po 10-15 minutách ztrácí svou účinnost. Pokud chcete, můžete roztok, který vám zbude po aplikaci do nosu, vypít. Podpoříte tím své zdraví. Já sám to tak dělám, proč plýtvat tak hodnotným prostředkem?

Pomocí peroxidu se hubí vše, co nám škodí, imunitní systém se při tom aktivuje. Mnozí lidé si navlékají na obličej ochranné roušky. Musím se tomu smát. Během půl hodiny až hodiny rouška přestane fungovat, člověk do ní sbírá viry a bakterie a takto si je nosí s sebou. Lékárny pochopitelně na prodeji roušek vydělávají peníze. Peroxid vodíku je levnější a přitom chrání

před infekcí. Jedno balení peroxidu vydrží měsíce pro kapání do nosu.

Aplikace peroxidu vodíku do uší

Pokud jste nahluchlí a jste ve vyšším věku, potom použijte stejný roztok 3% peroxidu vodíku pro kapání do uší. Jak to nejlépe provést? Také pomocí injekční stříkačky (1-2 ml). Pravou rukou přes hlavu uchopte levé ucho, vytáhněte ho nahoru a od hlavy, nakloňte hlavu na pravou stranu a levou rukou vstříkněte roztok do ucha. Ze zvukovodu vyjde vzduch a roztok se vlije do ucha. Poté chvíli masírujte chrupavku u vchodu do ušního kanálku (0,5-1 minutu). Proceduru zopakujte pro pravé ucho, pomocí levé ruky.

Můžete použít i vodný roztok peroxidu vodíku (v poměru 1 díl 3% peroxidu vodíku na 1 díl 36-37 °C teplé vody) pro odstranění špuntu z ucha. Někdy špunt sahá až k bubínku a člověk pak špatně slyší. V takovém případě peroxid v uchu šumí, rozpouští špunt. Pak vezměte vatovou tyčinku a špunt pomalu a opatrně odstraňte. Stávalo se, že jsme lidem vyndávali špunt jako svíčku. Po jejím odstranění znovu začali slyšet.

Vnější aplikace

1-2 čajové lžičky 3% roztoku H_2O_2 na 50 ml vody se aplikuje v podobě zábalů (je třeba vydržet 0,5-1 hod), mazání na jakákoliv bolestivá místa (oblast srdce, cévy atd.), pro výplachy ústní dutiny, vlhčení kůže při Parkinsonově chorobě, roztroušené skleróze atd.

Při kožních onemocněních (ekzémy, psoriáza a další) je možné použít nejen 3% roztok peroxidu vodíku, ale i 15–33% roztok připravený z peroxidu vodíku v tabletách. Je potřeba mazat vyrážku 1–2 krát denně, dokud nezmizí.

Místa postižená mykózou nebo bradavicemi omývejte 3% roztokem peroxidu vodíku několikrát denně a ony zmizí.

Při infikovaných ranách, hnisavých procesech, podlitinách atd. napomáhá peroxid vodíku rychlejšímu hojení. Jak je známo, dobrým dezinfekčním prostředkem při nehlubokých ranách, říznutích či jiných poraněních a kožních nemocech je také kamenec. Jeho použití bude účinnější ve spojení s peroxidem vodíku:

do 10% roztoku kamence (na 10 ml vody 10 g kamence) přidejte 1 čajovou lžičku 3% peroxidu vodíku. Tento roztok je skvělým prostředkem pro léčení trofických jizev, různých kožních onemocnění.

Použití peroxidu vodíku při koupelích

Lidé zpravidla věnují málo pozornosti své pokožce, jejíž plocha činí 1,5–2 m² a která funguje jako ledviny a plíce. To znamená, že pokožkou také dýcháme a přes ni se odvádí produkty metabolismu. Proto je nezbytně nutné se osprchovat po rozvíčce, po jakémkoliv námaze či zpocení, jinak se škodlivé látky znovu vstřebají do těla.

Velmi dobře působí na pokožku koupel s peroxidem vodíku, což se mimochodem dávno oficiálně doporučuje v Anglii, USA nebo Kanadě.

Do teplé koupele přidáme 5-6 lahviček peroxidu vodíku (o objemu 40 ml). Doba koupele je 30-40 minut, po čemž se můžete osprchovat. Avšak pamatujte si, že šampóny a mýdla obsahují zásady. Smývají z povrchu kůže ochrannou kyselou vrstvu. Jste tak samozřejmě náchylnější k proniknutí různých infekcí přes pokožku. Léčebná kúra čítá 5-7 procedur prováděných ob den. Po dvoutýdenní přestávce je možné kúru zopakovat.

Koupele s peroxidem vodíku upravují stolicí, vyhánějí hlísty, pomáhají při ekzémech, lupence, dermatitidách, trofických jizvách, odstraňují bolest páteře, kloubů i svalů.

Pozor! Při aplikaci vodních koupelí s peroxidem vodíku se může zvýšit tělesná teplota, mohou se objevit červené fleky na pokožce, poruchy stolice. Nedělejte si s tím žádné starosti, je to zanesením vašeho organismu. Větší zanesení způsobuje silnější projevy. Zdravý člověk po podobné proceduře pocítí jen úlevu.

Použití v kosmetologii

Všechny existující kosmetické prostředky, jako jsou krémy, gely a toaletní vody, zpravidla mají vnější působení. Avšak porucha funkčnosti buňky závisí na vnitřním stavu organismu, na jeho znečištění, což především reguluje kyslík. Suchá pokožka, akné, vrásky a jiné se celkem snadno odstraňují peroxidem vodíku.

Opláchněte obličej teplou vodou, dobře jej osušte a vatovým tampónem navlhčeným 1-1,5% peroxidem vodíku (později i 2%) masírujte obličej a krk. Po 20-30 minutách je třeba znovu opláchnout tvář teplou vodou.

Stejnou proceduru můžete provádět při celulitidě, avšak zesílit její účinek pomůže předchozí masáž. Rozehřátou pokožku pak navlhčíme 3% peroxidem vodíku.