

ZDRAVÍ

1. IMUNITNÍ SYSTÉM

2. ODBOURÁNÍ

ŠKODLIVIN Z TĚLA

3. POHODA DUŠE

IMUNITNÍ SYSTÉM

Nemoc = selhání – nefunkčnost imunitního systému!!!

Farmakomafie – nemoc – máte smůlu!!!

1. HOMOCYSTEIN

Hladina homocysteinu v krvi

4 až 5 $\mu\text{mol/litr}$ krve. Nutno ověřit min.

1x za rok z krve.

AeskuLab
a Unilabs company

DIAGNOSTICKÉ LABORATOŘE

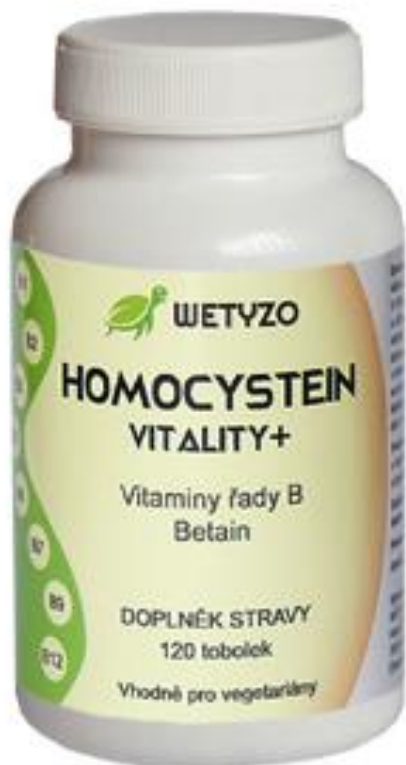


ODBĚROVÉ MÍSTO Havířská, Karviná
Zdravotní středisko Kovona
Havířská 1821/51b, Karviná, 735 06
Provozní doba: PO–PÁ 6:30–10:30

Tel: 730 804 219

Nutná trvalá suplementace vitamíny
skupiny B₆, B₉ a B₁₂.

Doporučovaný doplněk stravy:



Dávkování dle měření z krve.

Správným dávkováním jsme schopni snížit hladinu homocysteinu až o 1/3 za tři měsíce.

Nutno doplňovat rovněž Mg (400 mg), Zn(25 mg) a Lecitinem(1200mg). Dle tabulky na stránkách klubu (články).

Informace: **MUDr Karel Erben** titul: **Jak pomoci tělu aby se vyléčilo samo**

(uvedené knihy jsou na stránkách klubu v členské sekci), a další.

2. VITAMÍN D (hormon)

Hladina vitamínu D v krvi má být v rozmezí 100 až 150 nmol/litr krve.

Hladinu ověřit jednou ročně z krve.

Nutno trvale doplňovat vitamín D3, z kterého si organizmus vyrobí vitamín D. Jako katalyzátor potřebuje tělo k předělání vitamínu D3 na D zejména vitamín K2 MK7. **Transporter Ca.**

K suplementaci doporučený doplněk stravy:



Dávkování dle měření z krve.

Informace: Jerzy Zięba a další.

3. VITAMÍN C

Ničí volné radikály vzniklé působením virů a bakterií. Smrtelné onemocnění SEPSE. Vitamínu C nelze do těla dostat více jak 1g za 24 hodin TRÁVICÍM TRAKTEM. V krvi vitamín C se rozpadá s rychlostí 50 % za hodinu. Proto preventivně nemá smysl brát nějaké doplňky stravy. POUZE KONZUMACE OVOCE. Trávicím traktem lze vitamín C dostat do krve ve větším množství pouze ve spojení s jedlou sodou ve formě askorbátu sodného. Dávkování při onemocnění dle tabulek (stránky klubu). Spousta živočichů si vyrábí vitamín C pomocí játry z glukózy. Jsou mezi nimi i někteří lidé, co celý život prakticky

nejsou nemocní a dožívají se věku přes sto let. Tímto doplňkem stravy jsme schopní si sami vyrobit tolik vitamínu C kolik ho právě tělo potřebuje.

Látka HYDROXY TYRAZOL je extrahována z čerstvých listů a plodů olivovníků. Tento produkt dováží polská firma VISANTO ze Španělska. Prodává ho pod názvem: **HYT OLIVE.**

Obzvláště při rakovinách je velmi vhodné, aby tělo nahrazovalo glukózu vitamínem C.

Doporučovaný produkt:



4. MIKROBIOM

Pokud hovoříme o mikrobiomu, tak máme na mysli střevní bakterie, které zajišťují rozklad potravin, a vyrábějí látky, které tělo potřebuje, avšak si je neumí samo vyrobit. Běžně se hovoří o tom, že až 60 % imunity člověka zajišťuje mikrobiom. Jedná se přibližně o 30 000 druhů dosud známých bakterií, kterých musíme mít dostatečné množství. Tyto bakterie si však ničíme antibiotiky, konzervačními přípravky, mycími prostředky (jar), pesticidy, herbicidy, glyfosáty a podobnými látkami.

Abychom si vypěstovali dostatečné množství těchto bakterií, tak musíme jim zajistit vhodné prostředí pro rozmnožování. Dobře se jim daří ve vykvašené zelenině, zejména zelí a červené řepě. Je velmi důležité odkud si

bereme zeleninu. Z obchodních řetězců je zelenina silně kontaminována konzervačními látkami a zřejmě se vám nevykvasí, spíše zkazí.

Firma VISANTO zeleninu získává na své produkty z ekologicky čistých farem, tzv. ekozeleninu.

Doporučené produkty:



Mikrobiom můžeme rovněž podpořit vlastní výrobou kefíru s tibetské houby, kterou máme k dispozici a o které jsme zde již hovořili.



tibetská houba na výrobu kefíru