

Naše telo je zgrajeno iz vode in mineralov, in če hočemo biti zdravi, morajo biti minerali v pravem ravnesju. Poleg tega, da gradijo kosti in zobe, vplivajo na presnovne procese, na proizvodnjo hormonov, sodelujejo pri prenosu živčnih impulzov in nasploh skrbijo za dobro stanje našega organizma. Med najpomembnejše prištevamo železo, cink, magnezij, selen, kalcij, baker in kalij. Ključen problem mineralov je, da jih človeško telo ni sposobno ustvariti samo in jih moramo zaužiti s hrano. Včasih se zgodi, da kljub uravnoteženi prehrani v telesu pride do neravnovesja mineralov. Že višek enega izmed njih ali prevelika količina neke hrane lahko vpliva na pomanjkanja drugega minerala.

●Kako je videti postopek za ugotavljanje vsebnosti mineralov v našem telesu?

Na zatilju čim bolj ob glavi odrežemo približno za en gram las, dolgih od dva do tri centimetre. To so lasje, ki so zrasi v zadnjih treh mesecih in nam bodo razkrili, kaj se je v našem telesu dogajalo v tem času. Lase skupaj z izpolnjenim obrazcem pošljemo v laboratorij v Bergamo. Ko so analize končane, pregledam rezultate in svetujem, kako izboljšati stanje. Pred tem se posvetujem še z dietetiki, ki predlagajo ustrezno

telesu šele razvile. Porušeno razmerje med kalcijem in magnezijem v celici denimo napoveduje razvoj sladkorne bolezni. So pa rezultati mineralograma zelo uporabni tudi med zdravljenjem, saj lahko bolniku, ki jemlje zdravila, pomagamo pospešiti vsrkavanje nekaterih mineralov.

●Menda mineralogram lahko razkrije tudi stopnjo stresa, ki smo mu podvrženi?

Absolutno. Celo pove nam, v kateri fazi stresa smo. To nam pokažejo razmerja med natrijem in kalijem ter magnezijem in kalijem.

●Kaj pa težke kovine?

Akutna zastrupitev s težkimi kovinami se vidi tudi v krvi, kronična pa samo v laseh.

●Kako lahko težke kovine spravimo iz telesa?

Z mineralogramom lahko natančno določimo, s katerimi minerali in vitamini bomo spravili težke kovine iz telesa.

●Če krvne preiskave pokažejo, da mi denimo primanjkuje kalcija ali železa, menda ni nujno, da se bo ra-

Mineralogram odkrije tisto, česar ne pokažejo izvidi krvi, blata in urina

●Lahko poveste kakšen konkreten primer?

Ste utrujeni, imate tudi težave s čezmerno težo. Zdravnik pregleda delovanje ščitnice in ne odkrije nobenih odstopanj. Vaše počutje pa je še vedno enako. Mineralogram pa pokaže, da ščitnica deluje prepočasno. To razberemo iz razmer-

ron, baker pa na estrogen. Če ta dva hormona nista v pravem razmerju, lahko pride do splava ali pa ženska ne more zanositi. S pravilno prehrano in ustreznimi prehranskimi dodatki se razmerje med hormonoma uravna in ženska zanosi.

●Za konec mi povejte še en čisto konkreten primer, ko ste z mineralogram nekomu pomagali, da je ozdravel.

Imel sem bolnico s hudo anemijo. Njeno stanje je bilo tako hudo, da so ji nekajkrat celo zamenjali kri. Čeprav je gospa ves čas uživala tablete

Mineralogram je biopsija mehkega tkiva, ki razkrije, koliko potrebnih mineralov ima človek v celicah organov in mehkih tkiv, pa tudi kako zastrupljen je s težkimi kovinami. Razkrije stanje 30 mineralov, pomembnih za življenje, in osmih strupenih kovin. Mineralogram pokaže tudi, kako v telesu poteka presnova in kako deluje energijski sistem, kako telo presnavlja sladkorje in kako delujejo žleze, pokaže pa tudi prisotnost bakterijskih in virusnih infekcij ter stopnjo stresa, ki mu je človek izpostavljen. Storitev stane sto evrov.



Za mineralno analizo z zatilja odstrižejo za približno en gram las, dolgih od dva do tri centimetre.

Šitev je v laseh

prehrano in prehranske dodatke za uravnavanje vrednosti mineralov v telesu, in to posreduje naturopatu ali zdravniku, ki potem izbere ustrezno terapijo.

●Kako pa dobite rezultate, če je človek brez las?

Pomagamo si z dlakami. Enako dobre rezultate dajejo dlake izpod pazduhe, sramne dlake, dlake z brade ali prsnega koša. In če nekdo nima niti teh, si pomagamo z nohti.

●Je mineralogram bolj namenjen preprečevanju ali zdravljenju?

Prej preventivi, ker pokaže nevarnost za nastanek določene bolezni ali zdravstvenih težav, ki se bodo v

ven teh dveh mineralov dvignila, če jih bom dodatno uživala?

Tako je. Pomembno je, kako se mineral vsrkava. Če ima nekdo premalo kalcija, hkrati pa preveč svinca, se pri dodajanju kalcija zgodi, da svinec prepreči njegovo absorpcijo. Zato je v tem primeru najprej treba iz telesa izločiti svinec in šele potem dodati kalcij. Ali pa če za primer vzamemo osteoporozo. Mnogi zmotno mislijo, da gre pri osteoporozi samo za pomanjkanje kalcija. Tu gre za kompleksnejšo težavo, gre tudi za težave s hormoni, poleg kalcija telesu primanjkuje drugih mineralov, hkrati pa imamo lahko v telesu preveč kadmija ali svinca,

ja med kalcijem in kalijem. Mineralogram hkrati tudi pokaže, kako aktivni so obščitnični hormoni.

●Menda ste pomagali kar nekaj ženskam, da so zanosile?

Haha, ne jaz, mineralogram jim je pomagal. Pri težavah z zanositvijo in tudi donositvijo je pomembno razmerje med cinkom in bakrom. Cink je vezan na hormon progeste-

ron, se raven železa v njenem telesu ni povečala. Ves čas je bila utrujena, popolnoma brez energije, pogosto je padla v nezavest. Tudi zanositi ni mogla. Ko smo opravili mineralogram, se je pokazalo, da ji primanjkuje bakra. Šele ko je njeno telo imelo dovolj bakra, je bilo sposobno absorbirati tudi železo. Taki primeri so zelo pogosti. ■

Na pomanjkanje mineralov v telesu lahko poleg nepravilne prehrane vplivajo uživanje kave in pravega čaja, kajenje, alkohol, intenzivna športna aktivnost, kontracepcijske tabletki, antibiotiki, antidepresivi, aditivi v hrani, diuretiki in tudi stres.



Stanislao Aloisi je po izobrazbi zdravnik, specialist kirurgije. Leta 1984 je v Palermu opravil specializacijo iz dietetike, leto pozneje iz nutricionistike, leta 1991 pa v Trstu še specializacijo iz nefrologije. »Že 35 let delam v integrativni medicini, zadnjih sedem let sem predsednik študijske skupine za integrirano medicino v Bergamu, vodim tudi skupino v Bukarešti.«

Rešitev

je v las

Ne nedavnem sejmu Narava zdravje je zdravnik Stanislao Aloisi, specialist kirurgije, ki že 35 let dela v integrativni medicini in ima tudi specializacije iz dietetike, nutricionistike in nefrologije, predstavil metodo za odkrivanje vsebnosti mineralov v celici. »Mineralogram v nasprotju z rezultati, ki jih dobimo s preiskavo krvi, urina, blata in se dnevno lahko spreminjajo, pokaže, kakšno je dejansko stanje mineralov v telesu. Lasje namreč zabeležijo procese v naših celicah, medtem ko nam kri, blato in urin kažejo dogajanje zunaj njih, saj nanje vplivajo tako stres kot razni vnetni procesi v telesu, celo fizična aktivnost.«

tekst: BIBA JAMNIK VIDIC, foto: MATEJA JORDOVIČ
PO TOČNIK

Naše telo je zgrajeno iz vode in mineralov, in če hočemo biti zdravi, morajo biti minerali v pravem ravnovesju. Poleg tega, da gradijo kosti in zobe, vplivajo na presnovne procese, na proizvodnjo hormonov, sodelujejo pri prenosu živčnih impulzov in nasploh skrbijo za dobro stanje našega organizma. Med najpomembnejše prištevamo železo, cink, magnezij, selen, kalcij, baker in kalij. Ključen problem mineralov je, da jih človeško telo ni sposobno ustvariti samo in jih moramo zaužiti s hrano. Včasih se zgodi, da kljub uravnoteženi prehrani v telesu pride do neravnovesja mineralov. Že višek enega izmed njih ali prevelika količina neke hrane lahko vpliva na pomanjkanja drugega minerala.

● **Kako je videti postopek za ugotavljanje vsebnosti mineralov v našem telesu?**

Na zatilju čim bolj ob glavi odrežemo približno za en gram las, dolgih od dva do tri centimetre. To so lasje, ki so zrastle v zadnjih treh mesecih in nam bodo razkrili, kaj se je v našem telesu dogajalo v tem času. Lase skupaj z izpolnjenim obrazcem pošljemo v laboratorij v Bergamo. Ko so analize končane, pregledam rezultate in svetujem, kako izboljšati stanje. Pred tem se posvetujem še z dietetiki, ki predlagajo ustrezno

telesu šele razvile. Porušeno razmerje med kalcijem in magnezijem v celici denimo napoveduje razvoj sladkorne bolezni. So pa rezultati mineralograma zelo uporabni tudi med zdravljenjem, saj lahko bolniku, ki jemlje zdravila, pomagamo pospešiti vskakanje nekaterih mineralov.

● **Menda mineralogram lahko razkrije tudi stopnjo stresa, ki smo mu podvrženi?**

Absolutno. Celo pove nam, v kateri fazi stresa smo. To nam pokažejo razmerja med natrijem in kalijem ter magnezijem in kalijem.

● **Kaj pa težke kovine?**

Akutna zastrupitev s težkimi kovinami se vidi tudi v krvi, kronična pa samo v laseh.

● **Kako lahko težke kovine spravimo iz telesa?**

Z mineralogramom lahko natančno določimo, s katerimi minerali in vitamini bomo spravili težke kovine iz telesa.

● **Če krvne preiskave pokažejo, da mi denimo primanjkuje kalcija ali železa, menda ni nujno, da se bo ra-**

Minerali odkrijejo v česni pokažejo v krvi, buri

prehrano in prehranske dodatke za uravnavanje vrednosti mineralov v telesu, in to posredujem naturopatu ali zdravniku, ki potem izbere ustrezno terapijo.

● **Kako pa dobite rezultate, če je človek brez las?**

Pomagamo si z dlakami. Enako dobre rezultate dajejo dlake izpod pazduhe, sramne dlake, dlake z brade ali prsnega koša. In če nekdo nima niti teh, si pomagamo z nohti.

● **Je mineralogram bolj namenjen preprečevanju ali zdravljenju?**

Prej preventivi, ker pokaže nevarnost za nastanek določene bolezni ali zdravstvenih težav, ki se bodo v

ven teh dveh mineralov dvignila, če jih bom dodatno uživala?

Tako je. Pomembno je, kako se mineral vskava. Če ima nekdo preveliko kalcija, hkrati pa preveč svinca, se pri dodajanju kalcija zgodi, da svinec prepreči njegovo absorpcijo. Zato je v tem primeru najprej treba iz telesa izločiti svinca in šele potem dodati kalcij. Ali pa če za primer vzamemo osteoporozo. Mnogi zmotno mislijo, da gre pri osteoporozi samo za pomanjkanje kalcija. Tu gre za kompleksnejšo težavo, gre tudi za težave s hormoni, poleg kalcija telesu primanjkuje drugih mineralov, hkrati pa imamo lahko v telesu preveč kadmija ali svinca.