



Kaj je AWAKE?

Simulacijski center (SIM center) ZD Ljubljana je predstavil nadgradnjo učenja s simulacijami s pomočjo očal za prikazovanje obogatene resničnosti. Platforma AWAKE spada med prve klinično preverjene medicinske rešitve na svetu, ki posameznika s pomočjo obogatene resničnosti usposablja za pravilno ravnanje v primeru nujnih stanj. Prepoznavanje, učenje, usposabljanje za pravilno ukrepanje in reševanje nujnih stanj tako prehaja iz kliničnega okolja v domet širše javnosti, s poglobitvenim namenom preprečevanja zapletov. S pomočjo očal lahko izkusimo, kako se nujna stanja izražajo, kako jih prepoznamo in kako je treba ravnati, saj očala omogočajo scenarije, ki jih učeči se sicer v vsakdanjem okolju morda nikoli ne bi videli ali prepoznali.

Poskrbimo za dobro počutje



Koencim Q10 30 mg z antioksidanti je prehransko dopolnilo s koencimom Q10 in dodanimi vitamini C in E ter selenom. Vitamina C in E ter selen imajo vlogo pri zaščiti celic pred oksidativnim stresom. Vitamin C in selen imata vlogo pri delovanju imunskega sistema. Vitamin C pripomore tudi k zmanjšanju utrujenosti in izčrpanosti.

Prehransko dopolnilo Koencim Q10 30 mg z antioksidanti je izdelano v Galenskem laboratoriju Lekarne Ljubljana. V ponudbi je tudi Koencim Q10 50 mg. Prehranska dopolnila Lekarne Ljubljana so na voljo v enotah Lekarne Ljubljana, specializirani prodajalni LL Viva in v Spletni Lekarni Ljubljana na www.lekarnaljubljana.si.

BESEDILLO: MINA JEREB // FOTOGRAFIJE: PR-GRADIVO



Besedilo: Erika Brajnik, naturopatinja // Foto: Nataša Kralj

Hiperaktivnost in motnje pozornosti

Vedno več otrok trpi za hiperaktivnostjo in motnjami pozornosti. Obstaja povezava med hiperaktivnostjo in vnosom sladkorja v telo. Ko otrok uživa sladke jedi, mu te v telesu sprožijo inzulinsko nihanje. S tem se v telesu sproži povišana proizvodnja adrenalina, hormona stresa.

Število obolenih otrok neusmiljeno raste, najpogostejše za to težavo obolevajo otroci, stari od 9 do 14 let. V primerjavi z letom 2010 je bilo lani v Sloveniji skupno izdanih 2.500 receptov več za zdravila proti hiperaktivnosti. Leta 2012 je bilo v Sloveniji 3.000 obolenih, leta 2020 naj bi jih bilo 4.000.

Hiperaktivnost in motnja pozornosti sta zelo razširjeni bolezni v ZDA, medtem ko se v Franciji o tem skoraj ne govori. V Franciji zdravniki proti hiperaktivnosti izvajajo holistični pristop, v ZDA pa predpisujejo zdravila, od katerih postane otrok odvisen.

Hiperaktivnost je diagnoza, pogosto postavljena otrokom, ki ne utegnejo slediti pouku in vrstnikom, ki imajo težave z učenjem. Ti otroci so večkrat tudi zapuščeni, zlorabljeni, imajo težave v družini, torej prihajajo iz nezdravega okolja. Takšna diagnoza lahko otroka uokviri v odvisnost z močnimi zdravili, ki mu lahko za vedno poškodujejo možgane. V Franciji izvajajo holistični pristop k tej bolezni. Otrokom dajejo hrano, ki ne vsebuje konzervansov in barvil, brez rafinirane moke in sladkorjev, tudi sladkanih pijač tak otrok ne uživa. Otrokom postavijo stroga pravila prehranjevanja, ki jim morajo slediti tudi starši. Tako omejujejo zdravila ter krepijo telo otroka s hrano in psihoterapijo. Težave vsakega otroka obravnavajo individualno.

Odstotek hiperaktivnih otrok leta 2016: v Franciji 5 %, v ZDA 19 %. Leta 1970 so v ZDA prvič ugotovili pomanjkanje pozornosti pri otrocih, leta 1985 so farmacevtske družbe začele uvajati zdravilo proti tej bolezni, leta 2009 je dr. Leon Eisenberg, eden od utemeljiteljev termina ADHD, na smrtni postelji izjavil, da je to izmišljena bolezen farmacevtskih združb, ki služi s prodajo zdravil.

Otroci se morajo drogirati, da so lahko v šoli mirni in poslušajo pouk v nenaravnem okolju, daleč od matere narave, ki jim daje gotovost, moč in zdravje. Tako postanejo za vedno odvisni od zdravil, ki jih odtujijo od samih sebe. Takšen otrok postane vo-dljiv in šibak posameznik. Mikroorganizmi v našem telesu so postali tako pametni in močni, da antibiotik pogosto ne deluje. Tako se lahko zgodi, da prebolevamo pljučnico, pa nam ne pomaga nobeden od antibiotikov. To je kriza, ki se napoveduje že dolgo, zdaj pa se je začela.

Če bi radi komentirali napisano, nam pošljite e-pošto na: jana@adriamedia.si ali po pošti na AM Ljubljana, d. o. o., za revijo Jana, Bleiweisova 30, 1000 Ljubljana.