

POTUHNJENI SOVRAŽNIK NAŠEGA TELESA

Erika Brajnik, naturopatinja,
www.saeka.si



Foto: Nataša Kralj

Glive so najbolj razširjeni mikroorganizmi na našem planetu. Živijo v našem telesu in izven njega. Od vseh mikroorganizmov, ki živijo v našem telesu, jih je 80 % nevtralnih, 15 % dobrih in 5 % toksičnih - smrtno nevarnih mikroorganizmov, ki se nahajajo predvsem v nosu in grlu. Večina od nevtralnih mikroorganizmov je gliv, kot je na primer kandida, ki jo vsi poznamo. Kandida živi v simbiozi v našem telesu in ima vlogo tudi pri presnovi sladkorjev. Ko jo nepravilno hranimo, poraste in postane patogena. Enako se dogaja z ostalimi glivami v telesu, če jih napačno hranimo. Takrat porastejo v patogena glivična obolenja, ki se lahko kažejo na koži, na spolovilu, v ustih, na pljučih, v možganih itd.

Skratka, ko se pojavijo glivice na nohtu, se to ne zgodi zato, ker smo hodili po bazenu in smo brnili v kup gliv, ampak so porasle na nohtu, ker so tja prišle iz notranjosti telesa.



Kako se to zgodi?

Glivična obolenja predstavljajo porast patogenih gliv, ki lahko porastejo v našem telesu površinsko, globinsko ali sistemsko. Leta 2010 so bila glivična obolenja kože četrta najbolj pogosta bolezen na svetu. Zaradi glivičnih obolenj je trpela 1 milijarda ljudi po celem svetu.

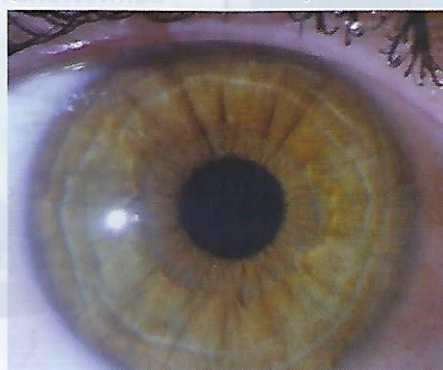
Krivec za porast patogenih mikroorganizmov po telesu so:

- antibiotiki, saj dolgotrajno uživanje antibiotikov poruši mikrofloro v črevesju in favorizira porast patogenih mikroorganizmov po telesu. Spremeni se pH telesa in na spremenjenem pH-ju porastejo patogeni mikroorganizmi.
- šibek imunski sistem, ki ga ima tisti, ki je na kemoterapiji, kdor jemlje kortizon, imunosupresive, kdor ima kronično obolenje ali vnetje. Patogeni mikroorganizmi pridejo iz zunanjega sveta v tako bolno telo in ga zelo ogrožajo.
- povišan sladkor v krvi in pogosta inzulinska nihanja v telesu spodbujajo porast patogenih mikroorganizmov.



Skratka, ko uživamo sladkarije, ko se zakisamo, hranimo glive v telesu. Glivična obolenja lahko imamo na lasišču (piedraia hortea), pod pazduho (trichosporon), na koži (tinea versicolor), dlaneh, nohtih ... Ti mikroorganizmi pa porastejo tudi v notranjosti telesa. To lahko vidimo na primeru irisa, ki nakazuje porast gliv v predelu možganov.

Glive, poraščene po celi glavi (drobne pikice na uri 12)



Glive na predelu jeter (drobne pikice na uri 8)



Patogene glive, ki sprožajo alergije v respiratornem traktu, raziskovalci povezujejo tudi s porastom demence, Alzheimerjeve bolezni, nastankom multiple skleroze. Raziskave kažejo, kako Candida albicans predre hemato-cerebralno pregrado in pride v predel možganov, kjer povzroča vnetje v možganih, ki se kaže tudi kot slab spomin. Profesor David B. Corry je preučeval, kako mikroorganizmi v možganih šibijo imunost možganov tako, da sprožijo vnetje in s tem vplivajo na amiloidne plake, ki posledično sprožajo Alzheimerjevo bolezen. Tako znanost sedaj preučuje vpliv gliv na nastanek nevrodegenerativnih obolenj.



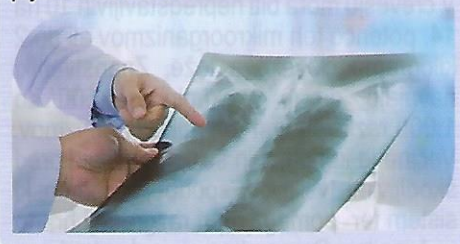
Aspergillus je gliva, ki napade respiratorni trakt. Aspergillus postane patogen v našem telesu, če ga nepravilno hranimo. Povzroča astmo in zelo huda obolenja pljuč. Preventiva je možna s pravilno prehrano, da gliva sploh ne poraste do te mere, da postane patogena.

Vohanje nogavic

Zgodba se zdi nemogoča, vendar je resnična, o njej poroča britanski Mirror. Gospod, ki je živel na Kitajskem, je bil hospitaliziran zaradi obolenja pljuč. Vnetje je kazalo na okužbo z glivami, ki jih je gospod vdihnil. Kako je to mogoče? Gospod je imel navado, da se je zvečer, ko je prišel domov, sezul in povohal nogavice. To je bil nekak ritual.



Na opisan način se je okužil, ker je imel je glivice na nohtih in se je z ovohavanjem nogavic okužil tudi po pljučnem delu.

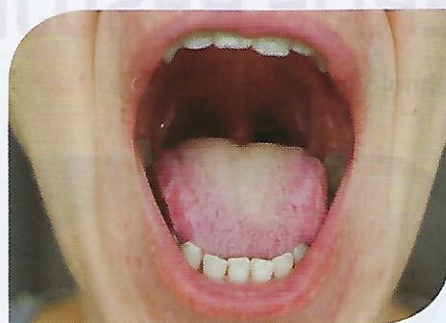


Čeprav se zdi zgodba smešna, je zastrašujoča. Glivična vnetja pljuč so zelo huda in najbolj so jim izpostavljeni imunsko šibki posamezniki, diabetiki, onkološki bolniki.

Porast gliv po celem telesu (drobne pikice po celem iris)



Gliva, ki ubije glivo

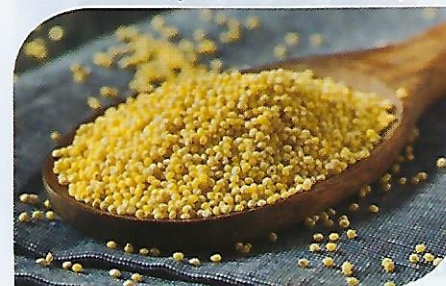


V naturopatski preventivi uporabljamo glive, ki ubijejo glive. Namažemo si jih po ustih in jih ne pogoltnemo. Skozi sapnik gredo tudi v pljuča in skozi usta pridejo tudi v možgane, kjer ubijejo patogene glive, ki so poraščene po omenjenih predelih. O učinkovitosti metode priča oko, saj se po kuri iris spremeni - pikic ni več.

Bolezen raste v telesu veliko prej, kot jo zdravnik diagnosticira. Na opisan način lahko zatremo bolezen v kali. Začetni fizični simptomi porasta gliv po telesu so utrujenost, slab spomin, zadihanost, srbeči anus, srbeča notranjost ušesa, srbeče grlo in spolovilo. Vse naštetu seveda ni bolezen. Vendar se v naturopatiji z opazovanjem irisa znaki že vidijo.



Kot sem že opisala, glive porastejo na nepravilnem pH-ju telesa, mi pa pH telesa vzdržujemo s hrano, zato je pri omenjenih težavah za vzdrževanja pravilnega pH telesa najbolj hvaležen naturopatski vranični jedilnik: s proseno kašo za zajtrk in bazično alkalno večerjo z veliko zelenjave.

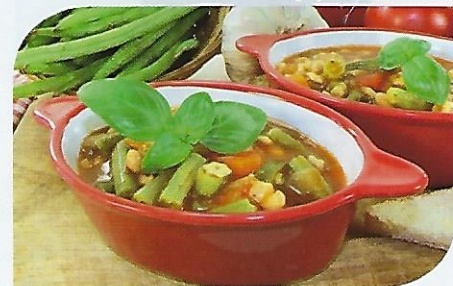


Priporočam tudi uživanje zelenjave, ki vsebuje veliko kroma, ki ureja inzulinska nihanja – torej v prvi vrsti brokoli. Sladkor samo zjutraj, za kosilo pa polnozrnat ogljikove hidrate.

Na takšen način se boste izognili bolezni, saj v telesu ne boste hranili gliv.

Primer večerje, s katero hranite glive: sendvič, sir, pica, testenine, mleko, jogurt itd.

Primer zdrave večerje: zelenjavna enolončnica, razne kuhane in surove solate, stročnice, ribe in jajca.



Ko govorimo o glivah, ne smemo prezreti dejstva, da to niso bakterije. Glive prehajajo iz človeka na žival, v prostor, na rožo, v akvarij. Zato je, če imate poraščene glive v telesu, pomembno, da ne živite v vlagi, da nimate plesnivih madežev po sobi, za omaro, v kopalnici. Da razkužite vse prostore, kjer je veliko vode, na primer kopalnica in kuhinja, da razkužite posteljnino, fotelj, zavese, če se na njih nabira plesen, saj so tam že poraščene glive.

Gliva ni bakterija, za odpravljanje je bolj trdovratna. Lahko se začasno tudi skrije v prostor in vas napade, ko ste šibki.



Patogene glive, poraščene po vašem telesu, vam bodo pojedle vaše vitamine, minerale, vaša zdravila in vam bodo porabile vaš kisik, ošibile bodo vaše telo, vaše organe. Patogene glive v telesu poslabšajo vsako bolezensko stanje za kar 30 %. Patogene glive so neslišni, potuhnjeni sovražnik našega telesa.

Iščimo zdravje!

