



## AVTOIMUNA BOLEENJA IN NATUROPATSKI POGLED

Avtorica: Erika Brajnik, naturopatinja

Revmatoidni artritis, lupus, psoriza, multipla skleroza, Addisonova bolezen, Gravesova bolezen, Hashimotov tiroiditis, Sjogrenov sindrom, Miastenija gravis, Celiakija, itd. Dejansko obstaja vsaj 80 avtomunskih bolezni. Najprej se vprašajmo, kako si pri tem pomagati? Kako ošibi naš imunski sistem, da lahko govorimo o avtoimunem obolenju?

Vedeti moramo, dejansko starost v kateri se postavi diagnozo za avtoimuno obolenje je navadno med 30 in 50 letom starosti. Zakaj? Zakaj se ne pojavi prej?

No pa začnimo postopoma, otrok se rodi in takrat je njegovo telo lepo, sijoče, čisto, nima nobenih madežev, nobenih znamenj, nobenih pikic. Potem ko otrok raste se počasi začnejo po telesu nabirati toksini, ki se kažejo kot madeži, znamenja. Najprej rjave pikice, mastni lasje, prhljaj, celulit, potem rdeči in beli madeži, potem se začnejo bolečine v križu vratu, hrbtu. Naknadno pa povišan holesterol, pritisk, želodec., itd. Kaj pomeni jo znaki? Prvi sklop omenjenih znakov ni bolezen ampak nadloga. Naturopat na te znake na telesu gleda drugače.

diši, njegov loj, znoj, vaginalne sekrecije nima vonja, ker še niso aktivni hormoni? Tudi, ampak predvsem zato ker telo ni ne zaslužno, se zakisano lahko je polno gliv in takrat se pojavi soor, recimo. Potem, z leti, so eni bolj občutljivi na kisline drugi na sluzi, nekdo ima veliko prehladov, kašlja, pljučnic, nekdo je pa bolj zakisa na primer ima težave z želodcem, sklepi, kolena, hrbtenico, itd.

Potem nastopi puberteta in reproduktivno obdobje, ko vse težave magično izginejo! Zakaj? Ker mi smo rojeni za reprodukcijo in nas narava v tem obdobju maksimalno favorizira. V tem obdobju smo najlepši, najbolj, briljantni, skoraj brez težav, v najboljši luči. Potem pa pridemo do tistih famoznih 30 letih, ko se začnejo težavice, holesterol, nespečnost, trdota križa, ramen, dermatitis, psoriza....

Tako se počasi začne kazati nabrana toksemija v telesu: sluzi ali glikoproteini in zakisanost ali kisline.

Kako izgleda zakisano telo? Smrdi kot prvo, pot smrdi in vse sekrecije, vaginalne, analne in ostale smrdijo. Telo je polno prhljaja, boljše mišice ki so trde, polne krčev. Prebava ni ok, nespečnost je prisotna. Oseba je živčna, nestrpna, nepotrpežljiva. Zakisano telo je vroče, gori! Rad udari, se hitro razjezi, je rdeč v obraz....

Kako pa zgleda zaslužno telo? Zaslužno telo je mrzlo, človek se poti v dimlje, v trebuh, vedno mu je mraz ima zamašen nos, kašlja, ima zamašena ušesa. Je sramežljiv, plah, neodločen, negotov, rad zardi zaradi sramu, drugače je blede v obraz.

Skozi leta se torej počasi začnejo nabirati toksini v telesu, ti toksini se ne ustavijo v organih ampak se najprej ustavijo v vezivnem tkivu. Vezivno tkivo ali matrix, je tisti tkivo ki drži skupaj vse organe, vse kosti, vse mišice, skozi to tkivo potujejo hormoni, minerali, vitamini, zdravila...skratka skozi to tkivo potujejo informacije, ki jih toksini zmaličijo. Telo počasi počasi postaja šibko, vedno bolj šibko. Dokler ne zbolijo.

Bolezen zakisanosti je dermatitis recimo, boleznin zasluženosti pa kronični sinuzitis recimo. Takšna bolezen traja nekaj časa, naše zdravstvo pa zdravi samo simptome in ne vzrokov, tako da se telo dodatno zakisa z zdravili, ali zasluži z napačno prehrano in potem skozi leta postane telo že tako šibko, da zgubi kompas. Toliko je šibko da ne ve več kaj je dobro in kaj je slabo, izgubi imunsko inteligenco ker je v telesu preveč toksinov in takrat dobimo diagnozo avtoimuno obolenje!

Antični Rimljani so bili zelo pametni in so vedeli kaj



Otrok se rodi brezmadežen, brez madežev, brez deficitov telesa.

Potem pa z leti se v telesu začne nabirati toksemija. Telo se ali zakisa ali zasluži ali pa v njem porastejo patogeni mikroorganizmi...To se zgodi z leti postopoma od otroštva najprej. Otrok ko se rodi lepo



je potrebno za dolgo življenje = čisto telo! Zato so gradili in tedensko uporabljali savne, terme, kopeli. Hidroterapija je tista, ki čisti telo to je vedel že eden izmed prvih naturopatov: Sebastjan Kneipp. Če vprašamo umetno inteligenco kako živeti 120 let nam bo rekla isto, drenaža vsaj 1x na teden to pomeni, hidroterapija, to pomeni čiščenje matrica, da se toksini en nabirajo. Kopal iz njivske preslice!

Uradna medicina to dejstvo enostavno prezira! Potrebno je samo zatirati simptome, kar povzroči v določenih primerih še večjo težavo na dolgi rok.



Skratka na dolgi rok ne pomaga!

Kako postopa naturopatija? Naturopat si postavi delovno diagnozo ali je telo zaslužno ali zakisano. Ali pa če je zaslužno?

Ko to ugotovi poda osnovna navodila o prehrani, in potem seveda ustrezno drenažo telesa, da se matrix prečisti. Na takšen način postopoma izboljšamo imunsko inteligenco telesa. Torej se telo začne čisti po isti poti kot so se toksini nabrali v telesu, samo v obratno smer. V naturopatiji rečemo kolikor let,

toliko mesecev. Toliko let kot smo nepravilno ravnali s telesom toliko mesecev ga bomo čistili in očistili!

Kar opažam iz svoje prakse, do takšnih obolenj pride ker človek prezira in pozabi na svoje telo, ker preveč dela predvsem. So ljudje ki imajo 2 službi zato da preživijo, ker morajo čuvati obolele starše, ker država ne nudi ustrezne pomoči. Ali pa ker so izgoreli ker država ne omejuje zlorab delavce.

Skratka za vaše avtoimuno obolenje je v bistvi kriv sistem in politika, ki so dobičkonosno nastrojeni in zdravljenje simptomov in ne bolezni je dodaten dobiček! Dvojni bingo, ki ga sami dopuščamo z upognjenimi glavami!

Prvi korak zoper avtoimuno obolenje obstaja, delajte 8 ur na dan in NE več, prehranujete se zdravo domače biološko. Kraljevski zajtrk in siromaška večerja. In zvajajte tedensko drenažo kot so to počeli naši predniki!

Iščimo zdravje!

www.saeka.si



tel.: 040 640 968

spletna stran: [www.saeka.si](http://www.saeka.si)  
(vsak dan med 09.00 – 10.00)

Grelna vrečka je top!

SAEKA SHOP  
Naturopatski center Erike Brajnik



Odpravlja vlago in mraz, stimulira cirkulacijo krvi in lajša bolečine. Pomaga pri hujšanju!