

Méregtelenítés felhasználóként

A Herbalance újság előző havi számában a méregtelenítés folyamatáról és fontosságáról kaptunk információt. Azt nem mondom, hogy ezt az egyetemen nekem is nem tanították, de úgy tűnik, hogy ennek nem tulajdonítottam helyének megfelelő jelentőséget. Eddig is megpróbáltam a legjobb tudásom szerint egészségesen élni és táplálkozni a családommal együtt, hiszen a zöldség, gyümölcs, mozgás megvolt. A szervezet méregtelenítését sosem végeztük. Végül is ott az emberi szervezet, az is végezze el a dolgát. Eközben csak arról az aprócska dologról feledkeztem meg, illetve arról nem vettem tudomást, hogy az emberi szervezet körül a környezeti tényezők megváltoztak. A millió éven át kialakult anyagcsere folyamatok változatlanul zajlanak bennünk, viszont a szervezetünk olyan anyagokkal találkozik, melyek a természetben nem fordulnak elő, hanem szintetikus előállításúak. Ezekkel szervezetünk nem tud mit kezdeni, akadályozzák működését. És mi történik akkor, ha segítünk szervezetünknek? Sejtjeinket, szerveinket tehermentesítjük, azok jobban tudnak működni, mi pedig jobban érezzük magunkat.

Bevallom, hogy amikor először hallottam, hittem is, meg nem is. Elutasítani nem volt alapom, tehát kipróbáltam.

Kezdtem a téli tea és kombucha fogyasztásával. Két hét múlva az tűnt fel, hogy kevésbé vagyok fáradékony, jobban bízom a munkát, pihentebben ébredek, a hasi diszkomfort érzésem megszűnt, másképpen izzadok, erősebb a körmöm, kevesebb kihullott haj van a fehér köpenyemen, kevésbé, vagy egyáltalán nem ég a szemem a munkaidő végén, ugyanis a radiológus leginkább ezt használja munkája során, vagy monitort, vagy felvételeket néz. Miután mindezt saját magamon megtapasztaltam, másnak is tudom ajánlani.

A kurkuma szedését később kezdtem el, először a gyömbérest választottam. Emésztésem, alvásom, ízületi panaszaim változtak kedvező irányba és azt vettem észre, hogy sokkal nyugodtabb, kiegyensúlyozottabb vagyok. Természetesen ez nem egyik napról a másikra történt. Én megtapasztaltam, elmondtam másoknak és tőlük is visszahallom azt, amit én átéltem.

Az ismerősök köréből néhány referencia:

1. Csak tisztító tea és kombucha fogyasztása után két héttel szól a telefon: „Csesszétek meg a szereiteket, amióta ezt iszom, kétszer annyit tudok dolgozni.”

2. Olyan beteg, akinél műtétek sorozata történt, szinte minden nap hányt, folyadékot alig fogyasztott, fáradékony volt, csak a tisztító tea jobb közérzetet biztosított. Elmondta, hogy nem tudja megfogalmazni, de azt érzi, hogy kicsit jobb, kicsit könnyebb. Kezdetben azon aggódott, hogyan fogja a két litert meginni, de azon kapta magát, hogy még kevés is lett egy napra. Körülbelül egy hete gyömbéres kurkumából kétszer egy tablettát szed és elmondja, hogy azóta szinte nem is hányt.

3. Fiatal hölgy, akinek állandó szorulása volt, elkezdte inni a teát és a kombuchát, rendszeres székletürítése lett egy héten belül.

4. Fiatal nő, aki önmaga és édesanyja számára vitt termékeket és javaslatomra mindketten tisztító teát és kombuchát kezdtek fogyasztani, két hét múlva elmondták, hogy közérzetük jobb, nem fáradékonyak, neki a hasi diszkomfort érzése rendeződött, édesanyjának székletproblémái szűntek meg. Másfél hónap múlva a tea fogyasztása rendszertelenné vált, a panaszok kezdtek visszatérni. Az ismételt rendszeres fogyasztás ismételten szüntette a panaszokat.

5. Fiatal nőnek a kombucha rendszeres fogyasztása mellett a hasmenéses panaszai megszűntek, influenzajárvány idején a betegség őt elkerülte. Az idei nyár forróságát jobban tűrte, mint az előző éveket. A gyömbéres kurkuma fogyasztása mellett hajhullása és lábizzadása megszűnt, addig töredező körmei megerősödtek.

Dr. Füleki Mária

Tüdőgyógyász és Radiológus főorvos