

Velká cholesterolová lež



My lékaři se vším naším vzděláním, znalostmi a autoritou si často vybudujeme dost velké ego, které nám pak ztěžuje přiznat, že jsme se mýlili. Takže tady to je. Otevřeně přiznávám, že jsem se mýlil. Jako kardiochirurg s pětadvaceti lety praxe jsem vykonal více než 5000 operací srdce, a dnes přišel den, abych napravil svůj omyl lékařskými a vědeckými fakty. „Mnoho let jsem praktikoval s dalšími prominentními chirurgy, označovanými za „tvůrce veřejného mínění“.

Bombardování vědeckou literaturou, neustále na seminářích, jsme my, coby tvůrci veřejného mínění, trvali na tom, že onemocnění srdce je prostě důsledkem zvýšené hladiny cholesterolu v krvi.“

My lékaři jsme se mýlili

Jedinou přijatelnou léčbou bylo předepisování léků na snižování krevního cholesterolu a diety s velmi nízkým obsahem tuků. Pochopitelně jsme trvali na tom, že taková dieta sníží hladinu cholesterolu a výskyt onemocnění srdce. Odchýlit se od těchto doporučení bylo považováno za kacířství a mohlo vést až k žalobě.

Nefunguje to!

Tato doporučení již nejsou vědecky ani morálně obhajitelná. Už před lety bylo zjištěno, že skutečným důvodem onemocnění srdce jsou záněty stěn tepen, a toto zjištění vede pomalu ke změně způsobů, jakým budou onemocnění srdce a další chronické nemoci léčeny.

Dlouhodobě praktikovaná zavedená dietetická doporučení vyvolala epidemii obezity a cukrovky, jejichž následky úmrtností, lidským utrpením a ekonomickými dopady porážejí veškeré morové epidemie v historii.

Ačkoliv 25% lidí bere drahé statiny, a i když jsme snížili množství tuku v potravě, zemře tento rok na onemocnění srdce více Američanů, než kdykoliv dříve.

Statistiky American Heart Association ukazují, že 75 miliónů Američanů trpí onemocněním

srdce, 20 miliónů má cukrovku a 57 miliónů je jí ohroženo. Tyto nemoci postihují stále větší počet stále mladších lidí.

Jednoduše řečeno, bez zánětů v těle není možné, aby se cholesterol usazoval na stěnách tepen a způsoboval onemocnění srdce a mrtvice. Bez zánětů by se pohyboval volně tělem, jak to příroda zamýšlela. Jsou to záněty, kvůli nimž se cholesterol usazuje.

Zánět není nic komplikovaného – je to jednoduše přirozená obrana těla před nepřáteli, jako jsou bakterie, toxiny nebo viry. Zánět je ve své funkci ochrany těla před těmito bakteriálními a virovými vetřelci dokonalý. Pokud ovšem tělo neustále vystavujeme zraněním toxiny nebo potravou, k jejímuž příjmu není uzpůsobeno, dojde k něčemu, čemu se říká chronický zánět. Chronický zánět je přesně tak škodlivý, jako je akutní zánět prospěšný.

Který rozumný člověk by se vědomě vystavoval potravinám a jiným látkám, o nichž ví, že mu poškozují tělo? Dobře, možná kuřáci, ale ti se k tomu alespoň rozhodují dobrovolně.

My ostatní jsme se jednoduše drželi doporučené stravy, obsahující nízké množství tuků a vysoké množství polynenasycených olejů a sacharidů, aniž bychom tušili, že si tím permanentně poškozujeme tepny. Toto opakované poškozování vede ke vzniku chronických zánětů směřujících k onemocnění srdce, mrtvicím, cukrovce a obezitě. Ještě jednou to zopakuji. Nízkotučná dieta, kterou nám po léta doporučovala zdravotní věda, způsobuje poranění a záněty tepen.

Co je největším viníkem chronických zánětů? Odpověď je jednoduchá: je to přebytek jednoduchých vysoce zpracovaných sacharidů (cukr, mouka a všechny produkty, které jsou z nich vyrobeny) a nadměrná konzumace rostlinných olejů omega-6, jako jsou sójový, kukuřičný a slunečnicový, které se nachází v mnoha zpracovaných potravinách.

Představte si na chvíli, že si drsným kartáčem opakovaně přejíždíte přes kůži, dokud nezčervená a takřka nezačne krváčet. Řekněme, že to budete dělat několikrát denně po dobu pěti let. Pokud dokážete snášet bolestivé kartáčování, budete mít nakonec na kůži krvácející, oteklou infikovanou oblast, jejíž stav se bude s každým dalším kartáčováním zhoršovat. To je dobrý způsob, jak si představit proces zánětu, který vám možná právě teď probíhá v těle.

Nezáleží na tom, kde k zánětu dojde, jestli uvnitř nebo na povrchu vašeho těla, jde vždy o totéž. Nahlédl jsem do tisíců a tisíců tepen. Nemocná tepna vypadá, jakoby někdo vzal kartáč a opakovaně rozdíral její stěny. Potraviny, které jíme, několikrát denně vytvářejí drobná poranění, na něž tělo opakovaně odpovídá tvorbou zánětů.

Ačkoliv máme rádi sladkou koblihu, tělo na ní odpovídá poplachem, jakoby dorazil nepřítel vyhlášující válku. Potraviny plné cukru a jednoduchých sacharidů nebo zpracované s oleji omega-6, aby vydržely déle v regálech supermarketů, jsou již dlouho základem naší stravy. A tyto potraviny pomalu otráví každého.

Jak vede sněžení obyčejné koblíhy k tvorbě zánětu a onemocnění?

Představte si, že si na klávesnici vylijete sladký sirup a získáte představu o tom, co se stane s vašimi buňkami. Když sníme jednoduchý sacharid, jako cukr, hladina cukru v krvi rychle vzroste. V odpověď začne slinivka vylučovat inzulín, aby přesunul cukr do buněk, kde bude uskladněn jako zásoba energie. Pokud jsou buňky plné a další glukózu nepotřebují, nepřijmou ji.

Jakmile plné buňky extra glukózu odmítají, hladina cukru v krvi vzroste, což vede k další produkci inzulínu, a cukr je proměněn na tuk a uskladněn v tukových tkáních.

Co má toto všechno společného se záněty? Hladina cukru v krvi je udržována ve velmi úzkém rozsahu. Nadbytečné molekuly cukru se totiž navazují na různé bílkoviny, které pak poškozují stěny tepen. Opakovaná poškození vedou k tvorbě zánětů. Když si několikrát denně zvednete hladinu cukru v krvi, je to totéž, jako byste rozdírali citlivou vystýlku svých tepen kartáčem.

I když to nevidíte, buďte si jisti, že k tomu dochází. Během pětadvaceti let jsem viděl více než 5000 pacientů, a všichni měli jedno společné – záněty v tepnách.

Vraťme se ke koblize. Tato nevinně vypadající dobrota obsahuje nejen cukr, ale byla upečena v jednom z mnoha omega-6 olejů, například v sójovém. Brambůrky a hranolky se smaží v sójovém oleji. Polotovary jsou vyráběny s omega-6 oleji, aby se prodloužila jejich životnost v supermarketech. Ačkoliv omega-6 oleje patří mezi esenciální – jsou součástí každé buněčné

stěny, která kontroluje výměnu látek mezi vnitřkem buňky a okolím – musí být konzumovány ve správném poměru k olejům omega-3.

Pokud se tato rovnováha posune ve prospěch přílišné konzumace olejů omega-6, produkují buněčné membrány blokovací chemikálie, tzv. cytokiny, které přímo způsobují záněty. Dnešní strava obsahuje extrémní nepoměr těchto olejů. Tato nerovnováha se pohybuje mezi 15:1 až do 30:1 ve prospěch omega-6. To znamená obrovské množství cytokinů vyvolávajících záněty. Optimální zdravý poměr by měl být 3:1.

Aby to bylo ještě horší, nadbytečná váha, kterou sebou díky těmto potravinám nosíte, vede k tvorbě přeplněných tukových buněk produkujících velké množství pro-zánětlivých chemikálií, které poškození způsobená vysokou hladinou cukru v krvi dále zhoršují. Proces, který začal koblíhou, se promění v začarovaný kruh, který vede k onemocnění srdce, vysokému krevnímu tlaku, cukrovce a nakonec Alzheimerově nemoci.

Nelze utéct před skutečností, že čím více konzumujeme připravených a zpracovaných potravin, tím více si každodenně přidáváme k zánětům. Metabolismus lidského těla není navržen k zpracování potravin plných cukrů a olejů omega-6.

Existuje pouze jediný způsob, jakým záněty odstranit, a tím je návrat k potravinám bližším přírodnímu stavu. K budování svaloviny potřebujete více bílkovin. Vybírejte velmi komplexní sacharidy, jako například ovoce a zeleninu. Omezte nebo eliminujte zánětlivé oleje omega-6 jako kukuřičný a sójový a zpracované potraviny, které je obsahují. Jedna lžice kukuřičného oleje obsahuje 7,280 miligramů omega-6. Sójový ho obsahuje 6,940 mg. Používejte místo nich olivový olej nebo máslo z mléka krav živených trávou.

Živočišné tuky obsahují méně než 20% omega-6 a jsou mnohem méně zánětotvorné, než údajně zdravé rostlinné oleje. Zapomeňte na „vědecká fakta“, která vám tak dlouho vtloukali do hlavy. Ve skutečnosti neexistují vůbec žádná vědecká fakta, podle nichž nasycené rostlinné tuky způsobují onemocnění srdce. Vědecká fakta, podle nichž nasycené tuky zvyšují hladinu cholesterolu v krvi, jsou také velmi slabá. A protože dnes už víme, že cholesterol není příčinou onemocnění srdce, jsou obavy ze saturovaných tuků ještě absurdnější.

„Cholesterolová teorie“ přišla s doporučením jíst potraviny bez tuků nebo nízkotučné, a to pak vedlo k vzniku „potravin“, které nyní způsobují epidemii zánětů. Doporučením, aby se

lidé vyhýbali saturevaných tukům a upřednostňovali potraviny s vysokým obsahem olejů omega-6, udělala medicína obrovskou chybu. Dnes tu máme epidemii zánětů tepen, vedoucí k onemocnění srdce a napomáhající dalším tichým zabijákům.

Co můžete udělat? Dejte přednost skutečným potravinám, které ještě jedla vaše babička a vyhněte se těm, které vaše matka nosila či nosí z regálů supermarketu plných polotovarů. Eliminací zánětlivých potravin a přidáním esenciálních živin z nezpracovaných potravin můžete napravit poškození tepen způsobené dnešní typickou stravou.

Více informací na: <https://www.celostnimediceina.cz/velka-cholesterolova-lez.htm#ixzz5He6BVgg6>

Dnes tu máme epidemii zánětů tepen, vedoucí k onemocnění srdce a napomáhající dalším tichým zabijákům

Co můžete udělat? Dejte přednost skutečným potravinám, které ještě jedla vaše babička a vyhněte se těm, které vaše matka nosila či nosí z regálů supermarketu plných polotovarů. Eliminací zánětlivých potravin a přidáním esenciálních živin z nezpracovaných potravin můžete napravit poškození tepen způsobené dnešní typickou stravou.

..... tolik MUDr. Dwight Lundell

Po více než čtyřech desetiletích doporučení zásadního omezení příjmu nasycených tuků z mléka, másla, smetany a masa máme paradoxně mnohem více onemocnění srdce a cév,

varuje přední britský kardiolog Aseem Malhotra, Croydon University Hospital v Londýně

Nejškodlivější je strava chudá na tuky a velmi bohatá na sacharidy. Při vysokém příjmu sacharidů a omezeném příjmu tuků se totiž v těle výrazně zvýší hladina nebezpečného cholesterolu LDL s nízkou hustotou, zatímco hladina prospěšného cholesterolu HDL s vysokou hustotou klesne. Vražděná kombinace? Bílá mouka a cukr.

Na zánětech tepen se také mohou podílet transmastné kyseliny

Ing.Zdeněk Rozehnal

Nejvýznamnějším zdrojem transmastných kyselin byly jednoznačně částečně ztužené tuky, jejichž výroba začala počátkem 20. století a postupně narůstala do 60.let minulého století. Jejich výroba byla dříve paradoxně považována za velmi pozitivní, ztužené rostlinné tuky měly být zdravější alternativou másla jakožto živočišného tuku, který obsahuje cholesterol oproti rostlinným tukům, ve kterých není cholesterol obsažen. **Jenže obsah transmastných kyselin vzniklý touto metodou má daleko horší následky než cholesterol obsažený v másle.**

V posledních letech sice došlo ve spotřebě a složení tuků v České republice k významným pozitivním změnám, stále ale přetrvávají značné nedostatky. Problém transmastných kyselin stále přetrvává u různých druhů trvanlivého pečiva či potravin rychlého občerstvení, jejichž spotřeba navíc stále roste. U těchto produktů jsou totiž problematické částečně ztužené tuky poměrně často používány, takže není těžké značně překračovat doporučenou maximální hodnotu denního příjmu trans kyselin (1 % z energetického příjmu).

Podle současné legislativy nejsou výrobci povinni na etiketách obsah transmastných kyselin a dalších skupin mastných kyselin uvádět. V současné době se rovněž rozšířil dovoz výrobků s vysokým obsahem trans izomerů mastných kyselin především z Polska. A to je ta výhoda, konkurence polských výrobků za cenu nekvality, přičemž dovozce vydělá, ale léčit budeme lidi z českého zdravotního pojištění.

Kde všude najdeme transmastné kyseliny:

Přirozeně se nachází v malém množství v hovězím a skopovém tuku, tudíž se vyskytují v mléce a výrobcích z těchto druhů masa

podkožní tuk přežvýkavců, lůj 3–7 %

v mléku se například vyskytuje kolem 5 % transmastných kyselin

Synteticky v potravinářství vznikají při výrobě ztužených tuků z rostlinných olejů při hydrogenaci a následně se vyskytují v potravinách, kde se ztužené tuky používají

jako jsou pekárenské výrobky od koláčů po nejrůznější plněné sušenky a čokolády, především trvanlivé pečivo a jemné pečivo

polevy

v instantních směsích pro rychlou přípravu jídla

ve zmrzlinách

v polotovarech - pečivu, mražené pizze, popcornu. V některých restauracích se na nich navíc stále smaží

Ve smažených výrobcích.

Účinky transmastných kyselin na lidský organismus:

Transmastné kyseliny mají prokazatelně za následek zvýšené riziko kardiovaskulárních onemocnění, na které v naší republice umírá 50 % populace. Zatímco v 80. letech se

zdravotní účinky konzumace trans izomerů mastných kyselin ještě považovaly za víceméně neutrální, v polovině let devadesátých byly srovnávány z hlediska škodlivosti s nasycenými mastnými kyselinami. A nyní jsou zjištěné účinky, které působí ještě daleko negativněji, přičemž se o této skutečnosti moc nehovoří, protože hovořit by o tom měli ti, kteří je dříve vychvalovali.

Transmastné kyseliny:

zvyšují hladinu LDL cholesterolu (tzv. zlý cholesterol) a navíc snižují hodnoty HDL cholesterolu (tzv. hodný cholesterol)

trans izomery také zvyšují hladiny triglyceridů v krvi, **zatímco nasycené mastné kyseliny (máslo, sádlo, ...) mají nepatrný či neutrální vliv**

trans izomery mastných kyselin zvyšují hladinu lipoproteinu A, jednoho z rizikových faktorů kardiovaskulárních chorob

Na základě těchto informací by měl být příjem transmastných kyselin ze všech potencionálních zdrojů potravin nízký, nejlépe nulový. To nejde, pijeme třeba mléko, ale proč je uměle přidávat. To je pohled konzumenta. Pohled výrobce - vydělat za každou cenu, bez ohledu na zdravotní stav populace. A to se hodí následně farmaceutickým koncernům za účasti zkorumpovaných politiků a určité části "hladových" lékařů.

Takže z říše snů je, tuky s transmastnými kyselinami v současnosti nahradit v průmyslově vyráběných potravinách v krátké době tuky, které obsahují hlavně nenasycené mastné kyseliny omega-3. Prostě "podezřelé" potraviny co nejvíce ignorujte, zvláště pokud se chcete uzdravit.

V USA to jde

Ve Spojených státech umělých transmastných kyselin v posledních letech výrazně ubylo. Mnoho firem je totiž přestalo používat poté, co **Americký úřad pro kontrolu potravin a léků v roce 2006 zavedl povinné značení potravin, které tyto kyseliny obsahují**. V některých státech už **zákaz transmastných kyselin delší dobu platí** - jako první ho před sedmi lety vyhlásil starosta New Yorku Michael Bloomberg, před pěti lety v Kalifornii Arnold Schwarzenegger. S těžkým srdcem se jich celonárodně vzdal i některé řetězce.

ČT24 v listopadu 2013 zveřejnila informaci o plánu Amerického úřadu pro kontrolu potravin a léků o plánu z trhu úplně odstranit umělé transmastné kyseliny. Podle úřadu způsobují onemocnění srdce a zákazem se předejde dvaceti tisícům infarktů ročně. Na zákaz na federální úrovni si ale příznivci zdravé výživy budou muset počkat. Úřad bude nejdříve dva měsíce shromažďovat připomínky a pak teprve oznámí časový rozvrh zákazu nebezpečných kyselin.

Kardioložka Lisa Martinová k tomuto zdravotnímu problému podotkla:

"Pokud zvýšíte příjem transmastných kyselin o dvě procenta, zvýší se u vás riziko srdeční choroby o dvacet procent

Takže je to velmi významný rizikový faktor v této oblasti."

V závěru uvádím upozornění, že nadbytek (nesprávný poměr vůči omega-6) nenasycených mastných kyselin omega – 3 způsobuje nadměrné ředění krve a tím se může prodlužovat doba krvácivosti (přibližně při překročení příjmu 3 g denně). V tomto případě tedy neplatí "čím více, tím lépe." Dostat se ovšem na výše zmíněnou hranici není snadné, natož pak opakovaně. Tedy u esenciálních mastných kyselin je důležitý jejich poměr (omega – 6 : omega – 3), tento je ideální v rozpětí 1:1 až 3:1.

Tento poměr následně velice pozitivně ovlivní naše zdraví, přičemž zde jsou hlavní argumenty:

zvýšení HDL (dobrého) cholesterolu

snížení hustoty krve (shlukování krevních destiček vedoucích k mozkové mrtvici)

snížení krevního tlaku a odstranění arytmie

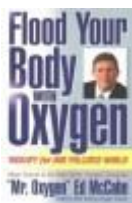
prevence rakoviny (především rakoviny prsu a tlustého střeva)

zmírnění chorob jako lupus, revmatoidní artritida, Raynaudova nemoc

snížení deprese a duševních nemocí

Nejezte nic hydrogenovaného jako umělé tuky nebo fritované potraviny, protože narušují proces okysličování

Vyvarujte se produktů, jímž se říká "hydrogenované". Červené krvinky odevzdávají v plicích oxid uhličitý a nabírají kyslík. Pak jsou přepravovány v krevním oběhu k buňkám a vypustí nesený kyslík do plazmy.. Takto uvolněný kyslík je k buňkám přitahován rezonancí pí-
elektronové oxidace, podporované právě mastnými kyselinami. Jinak si kyslík cestu do buňky nenajde. Na elektrony bohaté mastné kyseliny mají rozhodující roli mezi "dýchacími enzymy" a to je základem buněčné oxidace. (Ed McCabe "Oxygen Terapies", str.85). Netřeba dodávat, že rakovinové buňky jsou citlivé na kyslík.



Dr. Budwigová neoblomně vystupovala proti používání hydrogenovaných, částečně hydrogenovaných nebo polysaturovaných tuků. Uvědomovala si, že chemické zpracování těchto tuků má ničivé účinky na jakýkoliv tělesný orgán. Srdce odmítá takové tuky a ty pak končí jako organická tuková úložiště v srdečním svalu a blokují krevní oběh, škodí jeho fungování, brání obnově buněk a přerušují normální průtok krve a lymfy.

Názor odborníků. Nebezpečí olejů (například **sójového, kukuřičného a slunečnicového**) vědci zdůvodňují tím, že **při jejich metabolismu se přeměňují na chemickou látku tzv. kyselinu arachidonovou, která může vyvolat uvolnění dalších chemických látek, které způsobují v těle záněty, jež stojí za celou řadou chronických onemocnění - včetně srdečních chorob.**

Další nebezpečí z používání řepkového, kukuřičného nebo slunečnicového oleje

Studie z 18 evropských zemí prokázala, že značný počet obyvatel má v těle stopy po jedovaté látce na hubení plevelů zvané glyfosát. V rámci výzkumu bylo testováno i deset Čechů. Tuto látku jich v těle mělo šest. V Evropě byl průměrný výskyt 45 procent.

PROČ?

Při dosoušení výše uvedených plodin se před sklizní používá herbicid s glysofátem, který může ohrozit vývoj lidského plodu, zvyšuje riziko genetických mutací a rakoviny. Protože se ale z těla z velké části dostane už po týdnu, je jeho přímý vliv na lidské zdraví těžko prokazatelný.

Množství glyfosátu, která byla v moči českých dobrovolníků nalezena v roce 2013 nepřekračují současná oficiální hygienická doporučení. Podle nezávislé vědecké studie z roku 2012 je však bezpečná denní dávka několikanásobně nižší, než je oficiálně v současnosti tolerovaná. **(Budeme posunovat hranice přijímaných škodlivin tak dlouho, až se budou rodit děti jen ze "zkumavky" a potom ...)**

Herbicid s glysofátem se aplikuje pod označením **Roundup**. Jde o světově nejpoužívanější herbicid.

Optimalizujte svůj poměr konzumovaných mastných kyselin omega-3 a omega-6

Naši dávní předkové konzumovali zhruba stejná množství mastných kyselin omega-3 v porovnání s omega-6. Naše tělo se vyvinulo podle tohoto ideálního poměru 1:1. Avšak s pokrokem ve zpracovávání jídel a s nadbytkem konzumovaných rostlinných olejů v naší stravě nyní mnoho lidí konzumuje až 20x více tuků omega-6 než omega-3.

Tuky omega-6 ale bývají velmi nestabilní a náchylné k oxidaci. Nepřirozená a nadměrná konzumace těchto tuků silně podporuje volné radikály, což může následně vést k poškození DNA a mutaci buněk.

Ve studii publikované v magazínu the Cancer Research v roce 2000 vědci doložili, že kyselina omega-3 DHA dokáže zastavovat růst rakovinných buněk. Tato studie rovněž varovala, že **omega-6 jsou známé tím, že naopak stimulují růst rakoviny.**

Vědci po sumarizaci svých závěrů tvrdí, že: „epidemiologická, experimentální a mechanická data vedou k označení omega-6 jako stimulátorů a omega-3 s dlouhým řetězcem jako inhibitorů vývoje a progresu u široké řady rakovin.“ Velké množství studií potvrzuje toto zjištění.

Zde sehrává strategickou roli [lněné semínko \(olej\)](#).

Farmaceutické společnosti šíří lži o působení léků se statinem



Mike Adams, editor Natural News

Producenti léků se nám snaží namlouvat, že léky na bázi účinné látky statin už ochránily milióny lidí před infarktem nebo mrtvicí. Nedávná studie, publikovaná v the British Medical Journal, ovšem poukazuje na naprosto opačnou skutečnost: na každý jeden případ takové prevence připadají téměř dva jiné případy, kdy **lidé začnou trpět poškozením ledvin, šedým zákalem nebo extrémním oslabením svalstva, které jim způsobilo pravidelné užívání léků z této skupiny.**

Jinými slovy vyjádřeno: léky se statinem lidem škodí mnohem víc, než by jim pomáhaly

Zmíněná studie probíhala pod vedením výzkumnic Julie Hippisley-Coxové a Carol Couplandové a prověřovala údaje od více než dvou miliónů pacientů, mezi kterými bylo asi 225 000 pacientů, užívajících léky se statinem (dále S).

Výsledkem bylo zjištění, že mezi každými 10 000 ženami, léčenými S se vyskytovalo **méně srdečních onemocnění - o 271 případů.**

Současně ale S způsobily u stejného počtu žen **74 případů poškození ledvin, 23 případů akutního selhání ledvin, 39 případů silné degenerace svalstva a 307 případů šedého zákalu.**

Léky se statinem tedy pomohly 271 lidem, avšak poškodily 443 lidí. To jen ukazuje, jakou

pohromu způsobují těm, kteří je užívají - jak způsobují újmy, které převažují nad jejich možnými přínosy.

Klamavá reklama výrobců léků tvrdí, že S pomáhají každému, kdo je užívá. Když tedy 10 000 lidí užívá takový lék, slibují všem, že budou ochráněni od srdečních infarktů. To je mimochodem zamýšlené sdělení reklamy na léky.

Ve skutečnosti se ale jedná o silné přehánění a překrucování fakt. Většina léků nepůsobí ani zdaleka na všechny lidi. A léky se statinem vykazují pozitivní účinky jen u cca 2,7 % těch, kteří je užívají. A současně vyvolávají závažná postižení u 4,4% lidí.

Pokud tedy budete užívat LS, pak jejich příznivé účinky se mohou dostavit pouze s pravděpodobností menší než 3:100 a naopak možnost poškození vašeho zdraví bude větší než 4:100. U 93 ze 100 lidí se však neprojeví žádné účinky - jen přispějí k dalšímu bohatnutí výrobců léků a k dalšímu znečištění vodních toků pokaždé, když po sobě splachují na toaletě.

“Léky“ se statinem jsou s ohledem na vaše zdraví v podstatě střelbou "mimo terč".

Pomáhejte farmaceutickým společnostem udržovat jejich zisky

Z pohledu největších výrobců léků je způsobování dalších nemocí přínosné, neboť často vede k dalšímu zvýšení spotřeby léků, které lékaři předepisují, nebo si vynucuje ještě více lékařských procedur. Například taková hemodialýza je pro nemocnice zdrojem velkých peněz. Jen sama o sobě je v USA mnohamiliardovým byznysem. Nebezpečné „léky“ se statinem jsou tedy způsobem, jak může průmysl léčebné péče sám pro sebe vytvářet nové pacienty pro hemodialýzu. K tomuto přesvědčení nás totiž dovádí zjištění, že určité procento pacientů, užívajících S směřuje k tomu, aby se z nich stali lidé postižení úplným selháním ledvin.

Co je na celé této věci ale nejvíc zajímavé, je otázka, proč je tak snadné mást lékaře, aby nadále předepisovali S. Lékaři se mylně domnívají, že mají k dispozici téměř zázračné léky a nikdy ještě nečetli o výsledcích výzkumu, který by prokazoval opak. I nadále jsou klamáni reklamou a obchodními zástupci výrobců léků nebo matoucími články v odborných časopisech.

Jak můžete vidět, běžní lékaři jsou zřejmě nejvíce podváděni lidé na této planetě. Ochtově budou předepisovat lék, který ublíží více lidem, než kterým prospěje – a jde tu o milióny pacientů – protože tito mohou být téměř bez námahy ovládnuti. Lidé pak polykají jedovaté tabletky, protože je k tomu vyzývá mj. i „vědecké blábolení“, za kterým se skrývají farmaceutické společnosti.

Lékaři dnes doslova míří do slepé uličky, když se domnívají, že S jsou zázračnými zachránci života a najdou se mezi nimi i tací, kteří otevřeně mluví o vhodnosti přidávat tento lék do pitné vody! To je jen důkaz toho, jak slepě jsou přesvědčeni o přínosech těchto „léků“. Naivně si myslí, že každý by měl užívat statin – ať už to jeho zdravotní stav vyžaduje nebo ne!

Je to naprosté bláznovství. Ale to je přímo charakteristické u západní medicíny, že ano? Prohlašovat, že váš jed je „zázračným lékem“, zatímco je naprosto ignorována skutečnost, že tyto chemikálie ubližují většímu počtu lidí, než by mohly pomoci (a současně vůbec nepůsobí na více než 90% všech lidí, kteří je budou užívat).

Statinový podvod

Statinové „léky“ jsou podvodem – řečeno prostě a na rovinu. A lékaři, kteří je předepisují, jsou loutkami v rukou velkých výrobců, snažících se prodávat vysoce ziskové „léky“ lidem, kteří z nich nebudou mít z velké většiny žádný užitek. Malým zázrakem je však to, že se informace o výzkumu, který doložil takovou skutečnost o S, mohly objevit v odborném lékařském časopise. To by mohlo snad i nasvědčovat tomu, že zeď ze lží, kterou obestavěli výrobci léků kolem statinů, se počíná hroutit.

Pokud by byla celá pravda o S všeobecně známá, nebyly by tyto „léky“ již nikdy předepisovány a výrobci léků by mohli být žalováni o miliardy dolarů kvůli jejich lživým reklamám a marketingovým manipulacím.

A dokud se tak nestane, pamatujte na toto: **kterýkoliv lékař, jenž doporučuje užívání „léků“ obsahující statiny, je podvodník.** Pokud v sobě nenalezne poctivost, aby pátral po pravdě o těchto „lécích“ a přestal je předepisovat, nelze mu věřit, že pečuje v první řadě o vaše zdraví.

Lékaři, kteří vám vnucují statiny, ve skutečnosti pracují pro výrobce těchto chemikálií a nikoliv pro vás, nemají zájem o skutečnou vědu a nezajímá je reálné působení léků na pacienty

To vše přináší velmi důležitou otázku pro oficiální medicínu: proč lékaři nepochybuji o mylných domněnkách svého vlastního oboru? Možná už sami tušíte odpověď, ale to už je námět pro úplně jiný příběh...

Exklusivní rozhovor M. Adamse s Dr. Batmanghelidjem



Mike: A farmaceutické firmy vědí, že léčení cholesterolu je obrovský průmysl...

Dr. B.: Je to desetimiliardový průmysl. Existuje zpráva, že statiny, léky snižující hladinu cholesterolu, ve skutečnosti způsobují amnézii. Jinými slovy: mozek zcela ztratí představu o tom, co se děje. Tato zpráva byla zveřejněna vynikajícím lékařem. Byl lékařem u letectva a je výzkumníkem v NASA. Ví, o čem mluví. Sám měl tento problém.

Více zde: [lecba-pitim-ciste-vody](#)

Zjištění vědců z Východofinské univerzity - univerzitní nemocnice v Kuopiu

Finská šestiletá studie odhalila, že u lidí užívajících statiny, je pravděpodobnost vzniku cukrovky II. typu vyšší o 46%.

Do této studie bylo zapojeno 8746 mužů ve věku 45 až 73 let, z nichž necelá čtvrtina užívala pravidelně statiny, přičemž na začátku studie nikdo z nich neměl diagnostikovanou cukrovku. Po šesti letech byla zjištěna cukrovka II. typu u 625 mužů. Když vědci zakalkulovali vliv všech rizikových faktorů pro vznik cukrovky, jako je tělesná hmotnost, věk, strava, výskyt cukrovky v rodině, kouření, konzumace alkoholu a cvičení, vyšla jim překvapující skutečnost:

pravidelné užívání statinů zvyšuje hrozbu vzniku cukrovky II. typu o 46 procent

Finové konstatovali, že farmalék podle všeho mění citlivost lidského organismu na inzulín a tím omezuje vylučování tohoto důležitého hormonu. Tím se zhoršuje schopnost těla regulovat hladinu cukru v krvi.

Statiny

Účinná látka	Firemní název léku
fluvastatin	Lescol
pravastatin	Pravastatin
lovastatin	Lovastatin, Mevacor, Holetar, Apolovastatin
simvastatin	Zocor, Simvor, Simgal, Vasilip, Inegy (v kombinaci s ezetimibem)
atorvastatin	Sortis, Tulip, Atoris, Torvacard, Caduet (v kombinaci s amlodipinem)

Farmaceutické korporace systematicky maří prevenci a likvidaci chorob



MUDr. Matthias Rath

Farmaceutický průmysl poskytuje produkty, které pouze mírní symptomy zatímco podporují chorobu v pozadí jako předpoklad pokračujícího obchodu. K zakrytí tohoto podvodu tento průmysl používá dvakrát více peněz, než vynakládá na výzkum příštích léčebných terapií.

Drogy snižující hladinu cholesterolu, obzvláště statiny a fibráty, jsou ve velkém prodávány pod záminkou prevence kardiovaskulárních chorob. Je známo, že tyto léky, v dávkách běžně podávaných miliónům pacientů na celém světě, indukují rakovinu.

Více: [MUDr. Matthias Rath, Žaloba na farmaceutické korporace](#)

Statiny a riziko nově vzniklého diabetu

Oddělení farmakovigilance Státního ústavu pro kontrolu léčiv
5. 4. 2012

Diabetes mellitus

Některé důkazy naznačují, že statiny zvyšují hladinu glukózy v krvi a u některých pacientů s rizikem vzniku diabetu, mohou vyvolat hyperglykémii, která již vyžaduje diabetologickou péči. Toto riziko však nepřevažuje nad prospěchem léčby statiny - redukcí kardiovaskulárního rizika a není proto důvod pro ukončení léčby statiny. (A když zohledníme další vedlejší účinky?)

Skupinové účinky některých statinů :

Atorvastatin

sexuální dysfunkce

deprese

vyjímečné případy intersticiálního onemocnění plic, především při dlouhodobé terapii

cukrovka: frekvence výskytu bude záviset na přítomnosti nebo absenci rizikových faktorů (glukóza na lačno - vyšší nebo rovna 5,6 mmol/l, BMI vyšší než 30 kg/m², zvýšení trygliceridů v krvi, hypertenze v anamnéze

Simvastatin

poruchy spánku (včetně nespavosti a nočních můr)

ztráta paměti

sexuální dysfunkce

cukrovka: frekvence výskytu bude záviset na přítomnosti nebo absenci rizikových faktorů (glukóza na lačno - vyšší nebo rovna 5,6 mmol/l, BMI vyšší než 30 kg/m², zvýšení trygliceridů v krvi, hypertenze v anamnéze

Fluvastatin

poruchy spánku (včetně nespavosti a nočních můr)

ztráta paměti

sexuální dysfunkce

deprese

vyjímečné případy intersticiálního onemocnění plic, především při dlouhodobé terapii

cukrovka: frekvence výskytu bude záviset na přítomnosti nebo absenci rizikových faktorů (glukóza na lačno - vyšší nebo rovna 5,6 mmol/l, BMI vyšší než 30 kg/m², zvýšení trygliceridů v krvi, hypertenze v anamnéze

Lovastatin

ztráta paměti

sexuální dysfunkce

cukrovka: frekvence výskytu bude záviset na přítomnosti nebo absenci rizikových faktorů (glukóza na lačno - vyšší nebo rovna 5,6 mmol/l, BMI vyšší než 30 kg/m², zvýšení trygliceridů v krvi, hypertenze v anamnéze

Pravastatin

noční můry

ztráta paměti

deprese

vyjímečné případy intersticiálního onemocnění plic, především při dlouhodobé terapii

cukrovka: frekvence výskytu bude záviset na přítomnosti nebo absenci rizikových faktorů (glukóza na lačno - vyšší nebo rovna 5,6 mmol/l, BMI vyšší než 30 kg/m², zvýšení trygliceridů v krvi, hypertenze v anamnéze

Pitavastin

poruchy spánku (včetně nočních můr)

ztráta paměti

sexuální dysfunkce

deprese

vyjímečné případy intersticiálního onemocnění plic, především při dlouhodobé terapii

cukrovka: frekvence výskytu bude záviset na přítomnosti nebo absenci rizikových faktorů (glukóza na lačno - vyšší nebo rovna 5,6 mmol/l, BMI vyšší než 30 kg/m², zvýšení trygliceridů v krvi, hypertenze v anamnéze

Zdroj: [Státní ústav pro kontrolu léčiv - Oddělení farmakovigilance](#)

Nejvíce jsou zdravotně ohroženi lidé užívající statiny ve věku od 65 let, přičemž nejčastějším vedlejším účinkem statinů je u nich bolest dolních končetin. V souvislosti s tím dochází někdy i k poškození a úbytku svalů. Dále se objevují nevolnosti, průjemy, zácpy, poruchy činnosti jater, slinivky, selhání ledvin, otoky kloubů, symptomy chřipky, únavnost a vyvolání šedého zákalu.

V ČR užívá statiny necelý milion osob (přibližně stejný počet diabetiků, náhoda?), což řadí statiny s velkým nárůstem na první místo v nejužívanějších léčích.

V některých britských a amerických lékařských časopisech se radí nahradit statiny kvalitní čokoládou a to 10 gramů denně nebo jedním jablkem.

Statiny versus Celadrin



MUDr. Ladislav Šafránek

Nejúčinnější kloubní výživa **Celadrin** je schopna dokonce v některých případech plně obnovit kloubní chrupavku i když byla již v kloubu "kost na kost". Každopádně dosahuje nejlepších výsledků ze všech potravinových doplňků v pomoci kloubům. Nicméně byly zjištěny případy, kdy nedošlo k požadovaným pozitivním změnám (pod 30%). Na jedné straně to byla enormní fyzická zátěž, na druhé straně užívání statinů, případně dalších chemických léků, jednalo se například o chemikálie užívané za účelem potlačení zánětů a bolestí. Chemické léky utlumují přirozené regenerační pochody.

Více: [Nejlepší kloubní výživa](#)

A kruh se uzavírá

Takže to shrneme. Farmabyznys podvodným způsobem spustil kampaň "cholesterol", přičemž tento tělo pro svoje bytí nutně potřebuje. Jeho usazování v cévách je pouze obrana organismu proti překyselení, respektive ochrana jeho usazováním k zakrytí zánětů v cévách. Záněty v cévách vznikají nejvíce ze špatné stravy. Tato strava je bohužel návyková a proto většina lidí není schopna se z problému vymanit. Naprosto stejná podobnost s cukrovkou II. typu

Předepisované statiny způsobují mozkovou mlhu, vyvolávají cukrovku a mnoho dalších zdravotních problémů

Lékaři, kteří vám vnucují statiny, ve skutečnosti pracují pro výrobce těchto chemikálií a nikoliv pro vás, nemají zájem o skutečnou vědu a nezajímá je reálné působení léků na pacienty

(změňte stravu, zařadte do ní [úžasné lněné semínko](#) - omega 3, [odkyselte tělo](#) a cholesterol bude jenom prospěšný i ve vyšších hodnotách)

Vysoká hladina cholesterolu znamená delší život

Ethan A. Huff

Pokud si stále myslíte, že zvýšený cholesterol je nebezpečný pro vaše zdraví, pak zřejmě nevěnujete dostatečnou pozornost posledním potvrzeným výsledkům vědy. Japonští vědci potvrdili, jakož i výsledky z posledních let, že **vysoká hladina cholesterolu nepatří mezi rizikové faktory srdečních onemocnění nebo úmrtí**, jak všichni běžně věříme. Skutečnost je přesně opačná. **Vysoký cholesterol má spojitost s delší dobou života, zatímco jeho snížené hladiny souvisí s dřívějším vznikem chorob a s úmrtími.**

Výsledky tohoto výzkumu byly publikovány v magazínu The Annals of Nutrition & Metabolism a plné znění jeho závěrů naleznete v odkazech na konci článku. Tyto jsou v naprostém protikladu s obvyklým mýtem, že vysoký cholesterol patří k hlavním příčinám aterosklerózy. Vědci totiž prostřednictvím tzv. kohortové studie odhalili analýzou velkého množství epidemiologických dat, že tato široce rozšířená hypotéza nemá prakticky žádnou vědeckou oporu.

Všeobecnou zaujatost proti cholesterolu označili autoři studie za „cholesterolovou teorii“ a domnívají se, že **největším faktorem, který za ní zůstává ještě stále skrytý, jsou peníze**. Kdyby bylo veřejnosti vysvětleno, jak bývá cholesterol ve skutečnosti prospěšný, výrobci léků by přišli o svůj multimiliardový byznys! Trh s léky na bázi statinu by totiž mohl následně zkolabovat a výrobci by pak museli hledat jiný podvodný lék ke své falešné propagaci.

Japonsko, jako země s velmi dlouhou délkou života, bylo dlouho obcházeno ve výzkumu potvrzujících domněnky, že cholesterol je škodlivý. Vědecká pozorování nám však stále častěji ukazují, že populace Japonců i se svou vysokou průměrnou hladinou cholesterolu vykazuje vůbec nejnižší úmrtnost na všechny nemoci. Jinými slovy, věda dokládá, že vysoká hladina cholesterolu znamená delší život.

Tyto závěry zaujaly čtyři autoři zmiňované studie natolik, že při svém vyhodnocování dat zašli ještě o něco dále a dospěli k obdobnému výsledku:

vysoký cholesterol není škodlivý a dokonce ti, kteří mají jeho hladinu sniženu, ve skutečnosti vykazují zvýšené riziko vzniku chronických chorob nebo úmrtí

„Souvislosti mezi úmrtností a hladinami cholesterolu v krvi v Japonsku jsou velmi překvapivé: úmrtnosti ubývá mezi lidmi s vyššími hladinami cholesterolu LDL a je to doloženo velkým množstvím japonských studií, prováděných mezi širokou populací,“ píše autoři v závěru své studie.

„Teorie, že čím nižší je hladina cholesterolu, tím lepší je tak v případě Japonců postavena úplně na hlavu - ve skutečnosti je přesný opak pravdou ... Na základě údajů z Japonska musíme nyní navrhnout nový směr v používání medikací proti cholesterolu, pokud chceme přispět k celkovému zlepšení zdraví populace: konkrétně je potřeba si uvědomit, že vyšší cholesterol nezvyšuje všeobecnou úmrtnost a v souvislosti s tímto poznáním je nutné změnit náš přístup k tomuto druhu léčiv.“

Podívejte se na poučný dokumentární film „The Cholesterol Myth: Dietary Villains“ - "Cholesterolový mýtus: dietní darebáci"

Vyvrátit cholesterolovou teorii, která v západním způsobu myšlení dominuje už několik desetiletí, není snadný úkol. Studie, jako je výše zmiňovaná, však pomáhají odhalovat pravdu. Stejnou službu nyní konají též natočené dokumentární snímky, mezi které patří i The Cholesterol Myth: Dietary Villains. **Tomuto se dostalo uznání jako jednomu z nejlepších,**

přinášejících informace o masovém podvodu se statinem

Autoři tohoto dokumentu jsou z ABC Australia a tento dokument byl zakázán na You Tube a dalších serverech, ale je na serveru Vimeo. Části 1 a 2, které jsou obě asi 30 minut na délku, můžete prohlédnout [zde](#) a [zde](#) v tomto pořadí.

Dr.Malcom Kendrick, autor knížky The Great Cholesterol Con k tomuto tématu napsal tato slova: „Opravdu si nemyslím, že bych měl říkat ještě něco jiného, než jen opakovat tento fakt:

pokud máte vyšší hladinu cholesterolu LDL, budete žít déle. A to platí především u starších jedinců.“

Použité zdroje:

<http://healthimpactnews.com>

<http://www.karger.com>^[PDF]

<https://vimeo.com>

<https://vimeo.com>

<http://drmalcolmkendrick.org>

<http://drmalcolmkendrick.org>

Originál: http://www.naturalnews.com/049918_high_cholesterol_nutrition_dietary_health.html

Dokumentární film „The Cholesterol Myth: Dietary Villains“ - "Cholesterolový mýtus: dietní darebáci" byl ze servru Vimeo 6.září 2015 odstraněn. Zatím je na You Tube.

Dokumentární film „The Cholesterol Myth: Dietary Villains“ (anglicky)

1.část

2.část

Cholesterol - ziskuchtivý podvod kolem životně nezbytné látky



MUDr. Ladislav Šafránek, lékař pro zdravou dlouhověkost

Celá problematika cholesterolu se má ve skutečnosti PŘESNĚ NAOPAK, než jak je oficiální medicínou několik desetiletí chybně prezentováno. **Na počátku tohoto podvodu stálo několik zcela úmyslně zfalšovaných studií placených farmaceutickým průmyslem.**

Výsledek:

Statisíce (až milión) českých občanů užívá STATINY

a následně další chemické léky na odstranění potíží vyvolané statiny...

a následně další chemické léky na odstranění potíží vyvolaných léky podávaných na odstranění potíží vyvolaných statiny...

...

až jsou uléčeni

Co se týká propagování nízkotučných diet v souvislosti s cholesterolem, jsou potraviny zdrojem daleko méně podstatným, než se obecně traduje. Průměrně se stravující člověk přijímá nejvýše 25% cholesterolu v potravě, často ještě mnohem méně. Zbýlých minimálně 75% vytváříme sami, především v játrech a nezávisle na tom, co jíme. **Cholesterol je totiž základní stavební složkou všech buněčných membrán a bez něj bychom prostě nemohli vůbec existovat.** Proto jej organismus musí vytvářet nepřetržitě a v dostatečně velkém množství, i kdyby se člověk živil absolutně bezcholesterolovou potravou.

Jednou z hlavních příčin chorob tepen a následných infarktů srdce je narušená funkce arteriální stěny, což se - podobně jako kurděje - projeví při dlouhodobém nedostatku vitamínů, minerálů a dalších nepostradatelných živin a při současném přebytku kyselinotvorných potravin.

Díky celoročnímu intenzivnímu měření pH moči a hledání všech možných souvislostí jsem si ověřil málo známou skutečnost, že když už musíme dodat tělu nějaký zdroj energie, tak je zdravější dodat energii v tucích než ve škrobech a jiných cukrech. Tuky daleko méně překyselují organismus. Má to ještě další metabolické souvislosti: Rychlé cukry dělají paseku v těle, inzulinový šok a podobně - to už se ví.

Škroby se sice vstřebávají pomaleji, ale bohužel stejně musí dojít k jejich rozštěpení na jednoduché cukry, které jsou metabolicky aktivní, tělo si nemůže dovolit mít po jídle jejich zvýšenou hladinu. Neboli když je hned nespálí, musí je metabolizovat a zabudovat do zásobního tuku, se všemi nepříjemnostmi s tím způsobenými.

Tuky se naproti tomu vstřebávají do krevního oběhu v podobě nepatrných mikrokapiček, které nejsou metabolicky nikterak zatěžující a mohou v krvi kolovat mnohem delší dobu a pokojně čekat na spálení v Krebsově cyklu.

"Nalepování tuku" (lidově řečeno) na cévní stěnu není způsobeno jejich samotnou přítomností v krevním řečišti, ale tím, že **tělo je překyselené a přebytek kyselých látek v krvi naleptává cévní stěnu a způsobuje její zánět.**

Vysoká hladina cholesterolu Vás v takové situaci naopak chrání před ničujícím účinkem překyselení organismu - to je to skutečné nebezpečí, protože přebytečné kyseliny v těle mimo jiné trvale naleptávají cévy.

Cholesterol, který se v cévách usazuje, je vlastně sebeobranná forma "záplaty" na poleptaná místa. Bez tohoto dočasně ochranného vlivu cholesterolu by lidé velmi brzy zemřeli na následky vykrvácení z proleptaných cév. Neboli je lépe zemřít v důchodovém věku na cévu ucpanou, než ve věku mladém na cévu rozpadlou překyselením. Příroda je často mnohem moudřejší, než si bílé pláště ve své šarlatánské rádoby vědeckosti uvědomují.

Tělo naprosto geniálně mění rychlou smrt překyselením (a stresem) za mnohem později přicházející komplikace z cholesterolových cévních záplat.

Takže vysoká hladina cholesterolu znamená, že vůbec nemáme bojovat s ním. Je to jen signál, že tělo zmobilizovalo jeho zvýšenou tvorbu, protože s jeho pomocí bojuje v těle proti nějakému jinému, skutečnému nepříteli našeho zdraví

Naší povinností je jít zmobilizovaným vysokým hodnotám na pomoc a bojovat proti společnému nepříteli - **CHRONICKÉMU PŘEKYSELENÍ** organismu!!! **Velmi důležitá je souvislost s dýcháním.**

Podávání chemických toxických „léků“ snižuje riziko obávaných cévních příhod v rámci „upravených“ královsky placených studií. Ve skutečnosti daleko významněji zvyšuje rizika nemocí způsobených toxickým účinkem těchto chemikálií. **Jsou to především masivně nasazované statiny, které můžete svému lékaři statečně odmítnout, protože nejde o žádné léky (co by měli prospět Vašemu zdraví), ale naopak jde o zdraví nebezpečné toxické chemikálie.**

Výsledek je ten, že lidé "léčení" na cholesterol mají sice lepší ČÍSLO z laboratoře - ale ve vyšším věku horší celkové zdraví než Ti, kteří nabídku k "léčbě" vyššího cholesterolu odmítli

Když Vám například lékař při léčbě statiny konstatuje z kontrolních vyšetření, že "máte jen trochu zvýšené jaterní testy" ve skutečnosti tím oznamuje: „Umírají Vám játra". Zvýšené jaterní testy opravdu znamenají, že ve zvýšené míře umírají jaterní buňky a z jejich mrtvých těl se do krve uvolňují enzymy, které se za normálních okolností vyskytují jen uvnitř živé a zdravé jaterní buňky. Přítomnost enzymů z mrtvých jaterních buněk je pak laboratoří

vyhodnocena jako „zvýšení jaterních testů“.

Zhoršení zraku až úplné oslepnutí je uváděno jako jedno z dalších rizik dlouhodobého podávání statinů proti zvýšenému cholesterolu. Jenže když statiny „lčený“ člověk začne hlásit nápadné zhoršení zraku, lékař z oficiální chemické medicíny prostě řekne, že se to "normálně" stává starým lidem.

Stejně tak se kupříkladu "normálně" stává, že starý člověk dostane mrtvici po krvácení do mozku - koho by napadlo dát do souvislosti s předchozí "léčbou" aspirinem či anopyrinem či dokonce Warfarinem, které riziko vnitřního krvácení jednoznačně zvyšují. (To je původně jed na krysy - co vám u ortodoxního lékaře neřeknou)

Kromě ničím nenahraditelné péče o přiměřenou zásaditost organismu je daleko rozumnější užívat při zvýšené hladině cholesterolu takové přírodní látky, jejichž komplexní účinky jsou současně spojené s celkovou podporou regeneračních mechanismů organismu cév i jiných orgánů.

Naším klientům se v podobné situaci osvědčují například tyto produkty:

[SUPER LECITIN + E](#)

[Eregma MAX power](#)

[Cordyceps sinensis](#)

Také je dostatek pozitivních referencí na užívání omega-3 nenasycené mastné kyseliny, důležité pro zdraví cév, mozku i jiných tkání. V sebezdravější potravě jich není tolik, kolik je jich schopen náš organismus využít k maximálnímu prospěchu. Ideálním zdrojem je [lněné](#) a [chia semínko](#).

Zajímavý je také [Maqui Pure](#), údajně nejúčinnější antioxidant z dosud prozkoumaných přírodních látek. Všechny uvedené produkty lze užívat dlouhodobě, třeba i doživotně, pokud se klient aktivně snaží o zdravou dlouhověkost.

Další informace o těchto produktech najdete v abecedním seznamu internetového obchodu www.prozdravi.cz, kde jsou uvedeny informace o hlavních účincích těchto přírodních látek. Snižování hladiny cholesterolu či hodnot hypertenze tyto přírodní látky zvládají v rámci svých komplexních regeneračních a detoxikačních účinků, pokud se berou dlouhodobě.

O takovýchto regeneračních a detoxikačních účincích se při podávání oficiálních syntetických "léků" nedá hovořit ani náhodou. Zcela naopak - pokud při užívání syntetických léků na snižování cholesterolu vznikají nějaké jiné zdravotní potíže, v takovýchto případech tělo vlastně jen zřetelně odmítá přijmout jed, který mu ubližuje.

Ještě jedna důležitá poznámka z praxe. Ze zkušeností našich klientů víme, že některým z nich zvýšená hladina cholesterolu v krvi výrazně klesla, pokud přešli na bezmasé stravování, aniž by jakkoliv řešili obsah tuku v ostatních konzumovaných potravinách! Souvisí to totiž s podstatně méně toxickým účinkem bezmasého stravování.

Jídelníček bez masa, ryb, všech rychlých cukrů a alkoholu je opravdu velice zdravý způsob, jak se zbavit chronického překyselení organismu – spolu s hlubokým pravidelným dýcháním.

Proto každému, kdo má zájem aktivně pečovat o své zdraví, doporučuji měřit si pH moči opakovaně v průběhu dne a hodnoty si zapisovat (třeba do tabulky v Excelu). Výsledné hodnoty mi pak můžete poslat mailem do naší internetové poradny.

Přetěžování nervové soustavy je další významnou příčinou, proč si tělo v sebeobraně samo zvyšuje tvorbu OCHRANNÉHO cholesterolu v játrech. Tvorba cholesterolu v játrech je mnohem mohutnější zdroj cholesterolu než tuky v potravě! Cholesterol se v játrech tvoří převážně ze sacharidů, které paradoxně žádný tuk neobsahují.

Pokud Vám "chemický" lékař tvrdí, že kvůli cholesterolu se musíte vyhýbat tučné stravě, a nevaruje vás před překyselením, stresem a sacharidy, můžete si pomyslet něco o jeho zastaralém vzdělání

Nesmýlný humbuk kolem životně naprosto nezbytné látky vydávané za nepřítele lidského zdraví je typickou ukázkou toho, komu zdravotnictví ve skutečnosti nevědomě (vědomě?) posluhuje

Pokud budete potřebovat nějaké další informace, rádi Vám je poskytneme v naší internetové poradně.

MUDr. Ladislav Šafránek - lékařská a výživová poradna zdarma



V rámci své poradenské činnosti odpovídá na dotazy týkající se:

přírodní, psychosomatické a duchovní medicíny, včetně sebeuzdravování ze zdánlivě "nevléčitelných" onemocnění,

preventivní péče, regenerace, zpomalování stárnutí,

před mnoha roky zklamaně opustil oficiální chemickou medicínu a začal se věnovat výhradně celostním a psychosomatickým postupům. V poradenské činnosti i v péči o své vlastní zdraví dává přednost přírodním produktům, které podporují regenerační a samouzdravující mechanismy lidského organismu a které navíc při dlouhodobém užívání významně zpomalují procesy stárnutí,

nepřestávají jej fascinovat příběhy klientů, kteří uvěřili a sami sebe uzdravili z nemoci oficiální medicínou "nevléčitelných",

ze všeho nejvíce jej těší úspěšná uzdravení klientek, které se SVÉPOMOCNĚ uzdravily a vyhnuly se vnucovaným rádobý "nezbytným" operacím myomů, prekancerózních děložních čípků či naprosto zbytečnému odstranění životně důležité štítné žlázy.

Více zde: <http://www.uspesna-lecba.cz/cholesterolova-lez/>