

MSM a léčba astmatu

MSM (methylsulfonylmethan, nebo též správněji dimethylsulfon) je organická sloučenina síry – je produktem její konečné biotransformace.

Je to potravinový doplněk, v čistém stavu bílý krystalický prášek bez zápachu, který je vlastně jiným sloučeninám síry. MSM je doporučován při zánětlivých onemocněních kloubů, jako osteoartróza či revmatoidní artritida pro své protizánětlivé působení jako doplněk celkové léčby. Ze stejných důvodů je také vhodný jako doplněk léčby alergií či bolestí svalů. *Nakladatelství Pragma (V Hodkovičkách, 2/20, 147 00 Praha 4, www.pragma.cz) již podruhé vydalo knihu „ZÁZRAČNÝ MSM – přírodní řešení bolesti“, v níž autoři – první dva lékaři - Stanley W. Jacob, Ronald M. Lawrence a Martin Zucker – velice podrobně popisují tento přírodní produkt a především jeho účinky při nemocech doprovázených silnými bolestmi, nebo při alergiích a dalších případech. Následuje ukázka z této knihy.*

Úžasný MSM

Jak nejlépe vyjádříte jedním slovem úlevu od bolesti? Stále více lidí dnes odpoví MSM.

MSM je potravinový doplněk, který si velkým tempem buduje pověst bezpečného přírodního prostředku proti mnoha druhům bolesti a proti zánětům, včetně:

- * degenerativní artritidy,
- * revmatické artritidy,
- * chronické bolesti zad,
- * chronické bolesti hlavy,
- * bolestí svalů,
- * fibromyalgie,
- * syndromu karpálního tunelu,
- * dysfunkce čelistního kloubu (TMK),
- * alergie, astma
- * pálení žáhy.

MSM je zkratkou pro metylsulfonylmetan, přírodní látku, kterou nacházíme v potravě a v lidském těle. MSM je často natolik účinný při tlumení bolesti, že lékaři mohou snížit dávky léků, které pacientům předepisují. V některých případech mohou dokonce přerušit podávání léků. Výsledkem je úleva od příznaků, kterou nedoprovází žádné nebo pouze nevýrazné vedlejší účinky, jež jsou často způsobeny léky proti bolesti.

Získali jsme skvělé a navíc přírodní řešení problémů s bolestí – potravinový doplněk, který tělu dodává biologicky aktivní síru, což je velmi přehlížená minerální součást výživy. Síra má v léčitelství dlouhodobou tradici. Lékaři předepisovali svým churavým pacientům horké minerální prameny bohaté na síru...

O astmatu

Pro většinu z nás je nadechování a vydechování běžnou a automatickou záležitostí. Ale pro astmatiky není na-

dechování, a zejména pak vydechování, bezmyšlenkovitou záležitostí. Astma je zánětlivé onemocnění průdušek – průchoedu, kterými se do plic dostává kyslík a z plic odvádějí plynné škodliviny. Dýchací cesty jsou zanícené, napjaté, oteklá sliznice a svaly obklopující dýchací cesty se stahují. Při akutních astmatických záchvatech se stává dýchání natolik obtížným, že je pacientův život ohrožen jako při jiných smrtelných chorobách.

Astma je nejčastějším chronickým onemocněním dětí a postihuje asi 10 procent mládeže. Velmi často je považováno za zdravotní problém, ze kterého se vyroste. Symptomy obvykle v dospívání vymizí, ale problém se může znovu objevit, když lidé dospějí do věku kolem 25 let. Největší riziko dnes hrozí astmatikům starším padesáti let. Alergie na vzduchem roznášený pyl, plísňe, zvířecí chlupy a prach mají často podíl na astmatu a mohou pacientův stav zhoršit.

Standardní lékařská péče při astmatu se mnoho let soustředila na léky potlačující symptomy. Ví se o nich, že mají vedlejší účinky. Prostředky na rozšíření průdušek (inhalátory) se používají při rozšiřování dýchacích cest.

Případ Katherine Dubíkové

2. května 1998 byl pro Katherine Dubíkovou špatný den a vůbec se netěšila na dny příští. Počasí bylo neuvěřitelně horké. Začínala alergenní sezona a její astma jí začalo sužovat ostatně jako každý rok. Osmatřicetiletá podnikatelka trpěla astmatem od svých pěti let. Rutinně si stříkala tři dávky z domácího inhalátoru čtyřikrát denně. Běžně u sebe nosila „inhalátor první pomoci“, kamkoli šla, pro případ dýchacích obtíží. Musela ho často používat.

„V sezóně alergií se moje astma zhoršovalo. Jsem alergická na semena trav, pyl a spoustu dalších věcí,“ říká. „Na konci podzimu a v zimě, kdy je chladno, na tom jsem lépe, ale jinak je venku vždy něco, co mi vadí. Nejhorší jsou jaro a léto.“ Druhého května cítila paní Dubíková svědění kolem očí a sípala více než obvykle, když stoupala po schodech ke vstupním dveřím do svého bytu: „Tak už je to zase tady, schyluje se k další skvělé alergické sezóně.“

Paní Dubíková si lehla na gauč a ztěžka dýchala. „Vyzkouším tyhle hloupý prášky,“ řekla si. Otevřela tašku, kterou si s sebou přinesla domů, vytáhla plastovou lahvičku, otevřela ji a vzala si dvě kapsle. Lahvička obsahovala MSM. Právě jí dostala od jedné kamarádky, která říkala, že by jí to mohlo pomoci.

„Dostala jsem se do stadia, kdy bych vyzkoušela cokoli,“ říká. Paní Dubíková nevyhází z údivu, když vzpomíná na to, co se stalo pak: „Vzpomínám si, že jsem se podívala na manžela a zeptala se, jak dlouho jsem tam ležela. ‚Dvacet minut‘ řekl. ‚Hádej, co se stalo,‘ řekla jsem mu. ‚Můžu zase dýchat. Mám pocit, že mám úplně čisté plice. To není možné.‘ Nikdy předtím jsem necítila tolik vzduchu. Trvalo to tak krátkou dobu a já jsem bez potíží dýchala a už jsem nesípala. Žádný potravinový doplněk nemůže účinkovat tak rychle. Ale stalo se to. A neustále cítím úlevu, pokud užívám MSM.“

Po třech týdnech byla paní Dubíková na kontrole u lékaře a ani ten neslyšel žádné sípání. „Taky tomu nemohl uvěřit,“ říká. „Několik měsíců předtím jsem u něj byla s akutní sinusitidou a astmatem. Při takovém obratu si nyní myslím, že mohu přestat používat inhalátor.“

„Dýchám dobře a spím jako mimino. Dříve jsem se často v noci probudila a sípala jsem. Nejenže se mi dobře dýchá a pohybuje, ale právě jsem prošla velmi silným alergenním obdobím bez jediného problému,“ říká a dodává: „Mnoho lidí, které znám, si stěžovalo na své alergie. Já jsem si pro změnu nestěžovala. Nevycházím z údivu. Užívání MSM je jedinou věcí, kterou na rozdíl od nich dělám.“

Poznámka lékaře S. Jacoba, M.D.

Silné astma může být pro mnoho lidí nemocí, která jim znemožní normální fungování. Viděli jsme alespoň tucet dětí s tak těžkým onemocněním, že musely být část roku hospitalizovány. Dostávaly obrovské dávky kortizonu. Jedním takovým dítětem byla pětiletá holčička s viditelnými známkami toxicity z kortizonu. Měla oteklou tvář a následkem změn v metabolismu kostí se jí na zádech začínal dělat hrb. Tempo jejího růstu bylo rovněž narušeno.

Děvčátko začalo užívat MSM a postupně se začaly snižovat dávky kortizonu, až ho nakonec přestala brát úplně. Astma děvčátka MSM nevyhléčilo, ale z velké části se ztlumily jeho příznaky. Příští rok chodila do školy, aniž by zameškala jediný den. Dnes vše zvládá pouze za pomoci MSM už pátým rokem a normálně si hraje a komunikuje s dětmi. Netrpí žádnými vedlejšími účinky.

* * *

(Poznámka redakce: Na preparáty čistého MSM nebo s MSM se ptejte v lékárnách nebo je vyhledejte na internetu.)