



YOUR LOGO

[Žmogaus kova prieš valdžią - tai atminties kova prieš užmaršumą](#) :: Your Favorite Site

Pyktis ir stresas - pagrindiniai vėžio sukėlėjai

Nuo pirminio vėžio nepadės jokios žolytės, tačiau jos gali užkirsti kelią onkologinės ligos pasikartojimui. Žinomas Lietuvos fitoterapeutas tikina, kad išvengti vėžio padeda labai paprastos priemonės, tačiau žmonės jomis dažniausiai nesinaudoja.

Neužtenka iverkti vėžį Vilniaus universiteto Onkologijos instituto fitoterapijos laboratorijos vedėjas Juozas Ruolia skeptiškai vertina žmonių norą išsigydyti vėžį vien vaistažolėmis. Šiai klasingai ligai iverkti būtinas radikalus gydymas. 23 metus institute dirbantis bei onkologinius ligonius konsultuojantis fitoterapeutas pabrėžė, kad po radikalaus vėžio pašalinimo žmogus penkerius metus privalo vartoti imunostimuliuojantį, antioksidantų. Pasak J.Ruolios, tuomet tiesiog reikia sužadinti imunines ląsteles bei nepamiršti duoti joms energijos. Tad ligoniams fitoterapeutas pataria vartoti medaus. Mat vėžiui iverkti taikyta chemoterapija, spindulinė terapija sujaukia elektronus. Sužalota ląstelė nebeatlieka savo funkcijos, ji tik ginasi nuo žūties. Būtent dėl šios priežasties penkerius metus po onkologinės ligos iverkimo vėžio gydymo pasekmės atsiliepia įvairiais negalavimais. Gurkšnį prilygino bučiniui Po ligos židinio – naviko – pašalinimo fitoterapeutas žmogui pataria išsivalyti organizmą. Nors jis pastebi, kad pastaruoju metu dėl šio metodo sulaukiama prieštaringų nuomonių. J.Ruolia įsitikinęs, jog organizmo valymui pakanka vienintelio dalyko – vandens. Alternatyvios medicinos šalininko manymu, lietuviai per mažai geria vandens. Jo daugiausia gaunama su kitais skysčiais. Remdamasis japonų mokslininkų darbais, jis pats įsitikino, kad vanduo iš įvairių vietovių, pereidamas skirtingas fazes, sveikatinimo požiūriu įgyja vis naujų formų. Pašnekovas atkreipia dėmesį, kad nebūtina vandenį iškart gerti litrais – užtenka gurkštelėti porą gurkšnių. „Gurkštelėjus vandens turėtų apimti tokios geros emocijos, kaip pabučiavus mylimą mergaitę“, – vaizdžiai palygino fitoterapeutas. Atsakomybė tenka imunitetui Medicinos žinių sėmėsis Azijos šalyse, Jungtinėse Valstijose, Kanadoje, J.Ruolia įsitikinęs, kad nuo pirminio vėžio nepadeda jokios žolytės. „Pirminį naviką reikia pašalinti peiliu, vėžines ląsteles išgaudyti chemija ir išdžiovinti spinduliais. Nereikia turėti iliuzijų, kad užtinusius audinius paveiks kažkokios žolės, veikliosios jų medžiagos“, – pabrėžė jis. Fitoterapeutas atkreipė dėmesį, kad daugumoje atvejų vėžinės ląstelės pabėga iš pirminio židinio. Chemoterapijai ne visada pavyksta jas iverkti. Be to, kai kurios vėžinės ląstelės sugeba pasislėpti po baltymo audiniais, iš kurio jos kilo. Tad imunitetui kartais pritrūksta išvalgos, kad jas sunaikintų. Pasak J.Ruolios, chirurginiu būdu pašalinus naviką bei ištyrus limfmazgius, pastebimi ankstesni vėžio pėdsakai. Tačiau tuomet sunaikinti supiktybėjusias ląsteles sugebėjo pati imuninė sistema. Būtent dėl šios priežasties fitoterapeutas pataria profilaktiškai vartoti vaistažoles ir jų kompozicijas arba kitas medžiagas, veikiančias vėžines ląsteles. Kartu su kitais mokslininkais, onkologais ir remdamasis literatūra fitoterapeutas sudarė šešis vaistažolių mišinius, kurie vienaip ar kitaip saugo nuo pasislėpusių pavienių vėžinių ląstelių atsinaujinimo. Geriau atsiprašyti nei pykti J.Ruolios teigimu, norint išvengti vėžio, būtina pasirūpinti imuniteto stiprinimu. Jis dažnai sulaukia žmonių klausimų, kaip reikėtų tai padaryti. Prieš imantis kitokių imuniteto stiprinimo priemonių fitoterapeutas patarė apsilankyti pas savo šeimos gydytoją. Jis pagal kraujo tyrimą įvertina imuninės sistemos būklę arba pasiūlo atlikti imunologinį tyrimą. Tuomet lengviau patarti, ką žmogus turėtų vartoti. Mat negalima beatodairiškai stimuliuoti imuninės sistemos. Imunitetas kovoja su virusais, bakterijomis, priešuždegiminiais produktais ir priešvėžinėmis ląstelėmis. Jis praktiškai visada dirba dviem etais, tad jam nereikėtų trukdyti“, – išpėjo pašnekovas. J.Ruolia onkologinių ligonių teiraujasi, kodėl jie susirgo. Dažniausiai nuskamba atsakymas: „Nežinau“. Tačiau pasikalbėjus paaiškėja, jog tokie žmonės dažnai nervindavosi. Mat valanda streso 6 valandoms „išjungia“ imunitetą. „Jei susipykai su žmona ar kaimynu, pamk už parankės, pabučiuok ir susitaikyk. Sunku atsiprašyti, bet nereikia pamiršti, kad taip elgiesi savo imuniteto labui“, – siūlė jis. Streso sukeltos medžiagos dėmesį nukreipia į raumenis, štai kodėl stresinėje situacijoje norisi kuo daugiau judėti, šaukti, o kaulų čiulpai tuomet lieka nuošalyje. Būtent juose gaminasi imuninės ląstelės. Kenkia nesukramtytas maistas Norint išvengti vėžio fitoterapeutas didelį dėmesį pataria skirti mitybai. Jeigu giminėje buvo sergančių onkologinėmis ligomis, reikėtų vartoti daugiau seleno bei jo turinčių maisto produktų. Šis mikroelementas kuruoja šešis fermentus, iš kurių trys pastebi ląstelių mutacijas. Kaip paaiškino J.Ruolia, šie fermentai visada būdi žmogaus organizme, tačiau dėl seleno trūkumo jie gali neveikti. Jei šlapimo tyrimas parodo, kad žmogaus organizmas yra pernelyg užrūgštėjęs, J.Ruolia patarė vartoti daugiau vandens, obuolių, citrinų, salotų. Kad medžiagų apykaitos produktai galėtų lengviau pašalinti per inkstus ir kepenis, patariama vartoti linų sėmenų, keptų obuolių, morkų, trintų juodųjų serbentų, agrastų. Dažniau taip pat reikėtų rinktis turtingą baltymų maistą ir skirti didelį dėmesį kramtymui. Mat viena didžiausių vėžio sukėlėjų priežasčių yra organizmo apsinuodijimas nesukramtytu maistu. Po apsilankymo Tailando ir Egipto medicinos mokyklose fitoterapeutas pastebėjo, kad lietuviai pernelyg greitai praryja maistą ir beveik nekramto, nes dažnai nuo mažų dienų buvo skubinami kuo greičiau pavalgyti. „Geriau tegul vaikas suvalgo vieną sumuštinį, tegul jį pabaigia mašinoje. Svarbiausia, kad jį gerai sukramtytų“, – pataria pašnekovas. Jei vyresnio amžiaus žmogui sunku kramtyti, jam reikėtų rinktis maltą maistą, kad organizmui būtų lengviau jį suvirškinti ir jis nepritrūktų statybinų medžiagų. Greitavalgiai rizikuoja Kiek anksčiau J.Ruolia yra minėjęs, kad išprovokuoti vėžį gali ir vaistinėse perkami virškinimo fermentai. „Didžiausias peilis žarnynui – riebus maistas. Įrodyta, kad mėgstantieji riebiai ir greitai valgyti turėtų papildomai gauti tulžies rūgščių, kad maistas būtų geriau suvirškintas. Iki storjo žarnyno ateinantys nesuvirškinti riebalai erzina gleivinę, atsiranda įvairių darinukų, pakitusių audinių. Organizmas, gindamasis nuo antrinių tulžies rūgščių, storina žarnyno sienelės, taip neatpažįstamai jį pakeisdamas“, – paaiškino jis. Kokius preparatus, cheminius ar natūralius, vartoti virškinimui gerinti, fitoterapeutas palieka žmonių pasirinkimui. Tačiau jei žmogus turi problemų dėl virškinimo, prieš valgį jam siūloma gurkštelėti pelynų, ramunėlių, medetkų, mėtų ar puplaiškių arbatos. Pasak J.Ruolios, į burną patekę kartumynai reflektoriškai paruošia skrandį, kepenis, kasą maisto atėjimui. „Jei šito nepakanka, po valgio galima pridėti jau paruoštų fermentų“, – pridūrė jis. Adrenalinas išbalansuoja Norintiesiems nesirgti onkologinėmis ligomis, J.Ruolia taip pat pataria tausoti nervų sistemą. Mat adrenalinas ne laiku ir ne vietoje išbalansuoja organizmą. Jeigu nervų sistema nėra itin išdirginta, fitoterapeutas pataria gerti raminančias vaistažolių kompozicijas. Jis pats pirmenybę teikia homeopatiniams preparatams. „Jeigu žinote, kad laukia nemaloni ir stresinė situacija, atvirai, kaip kunigui per išpažintį, savo šeimos gydytojui apie tai pasisakykite, kad jis skirtų raminamųjų“, – patarė jis. J.Ruolia šiais metais planuoja išleisti vadovėlį šeimos gydytojams apie profilaktines priemones nuo vėžio ir kaip jį iverkti susirgus.

