

Razgovor povodom 1. kongresa prirodne medicine održanog u Hrvatskoj

(Razgovor objavljen u časopisu 'Zdravi život')

U Zagrebu je 22. listopada, 2011. održan 1. Kongres prirodne medicine na kojem su sudjelovali predavači iz Zagreba i jedan gost iz Njemačke, a govorili su o prednostima prirodne medicine, njenim uspjesima i dosezima, te načinima kako doći do zdravlja prirodnim putem. 'Povećao se broj 'novih' bolesti poput tumorskih, srčano – žilnih, autoimunih, imunoloških i drugih za koje suvremena medicina još traži adekvatan odgovor. S druge strane potrebno je kritički preispitati sadašnji pristup preventivi i liječenju, te revalorizirati staro liječničko pravilo: "Primum non nocere" (Najprije ne naškoditi)", objasnio je Darko Vujnović, organizator Kongresa i predsjednik udruge "Prirodna medicina" koji nam je kao sugovornicu za Zdrav život preporučio Vanju Kovačić Heilpraktikerin, dipl. ing., koja redovito održava seminarske radionice s detaljnim uputama za samopomoć na temu 'Preventiva i tretmani tumorskih i kroničnih bolesti'.

Vanja Kovačić je nakon završenog studija u Zagrebu živjela u Njemačkoj 20 godina gdje je i završila školu za profesionalno bavljenje prirodnom medicinom i stekla zvanje 'Heilpraktikerin'. U okviru prirodne medicine Heilpraktikeri smiju donositi dijagnozu, prepisati i provesti terapiju, uključujući davanje injekcija i infuzija kao i cijeli niz drugih postupaka prirodne medicine. Postojeći zakoni u Hrvatskoj heilpraktikerima onemogućuju primjenu velikog dijela ovih postupaka, tako da je djelovanje ograničeno na savjetovanje i prepisivanje dostupnih preparata.

'Heilpraktiker je terapeut, a terapeut u prijevodu (s grčkog) znači pratioc. Cilj je educirati pacijenta o osnovnim principima i tretmanima prirodne medicine. Učinkovitost tretmana u potpunosti je ovisna o znanju i sudjelovanju pacijenta koji velikim dijelom prakticira niz postupaka sam kod kuće. Educirani pacijent puno može poduzeti u prevenciji i tretmanu tumorskih i drugih bolesti. Osnovne metode prirodne medicine su alkalizacija i remineralizacija, detoksikacija i obnova imunološkog sustava ', objasnila je Vanja Kovačić. Specijalizirala je dijagnostičku metodu analize kapi krvi u mikroskopu s tamnim poljem. Ova metoda omogućuje uvid u cijeli niz metaboličkih poremećaja i stanja cijelog tijela, omogućuje vrlo rano uočavanje promjena koje vode k razvoju patoloških promjena. Metoda omogućava i da se ustanovi kvalitativno stanje imunološkog sustava (kroz promatranje pokretljivosti i aktivnosti bijelih krvnih zrnaca), predispoziciju za aterosklerotične promjene na krvnim žilama, snagu i funkcionalnost

unutrašnjih organa i žlijezda (posebno jetre, bubrega, debelog crijeva, gušterače i štitnjače) i niz drugih poremećaja organizma.

Alkalizacija je proces uravnoteženja pH vrijednosti tijela. Zdravo tijelo ima pH vrijednost oko 7,4. Lužnatost i kiselost opisuje se tablicom u rasponu od 1 – jako kiselo, do 14 - jako lužnato. Kad dođe i do vrlo malih promjena u vrijednosti pH staničnih i međustaničnih tekućina, poremete se svi tjelesni procesi, a to je direktan uvod i preduvjet za razvoj bolesti. Suprotno uvriježenom mišljenju, zakiseljavanje ne uzrokuje kisela hrana, već hrana koja stvara dodatne kiseline u procesu razgradnje tzv. metaboliziranja. To su u pravilu različite vrste namirnica koje su industrijski promijenjene, ali i namirnice koje su proizvedene u tzv. masovnoj proizvodnji (tovljene i sojom hranjene životinje, biljke uzgojene na ispranim tlima bez minerala i elemenata u tragovima), kao i već poznate namirnice za koje je poznato da štete ukoliko se koriste u pretjeranim količinama (bijelo brašno, šećer, sol). Dio namirnica je štetan kod različitih vrsta intolerancije (na gluten, na mliječne bjelančevine isl).

Alkalizacija se provodi sustavnim unosom lužina. Najmoćnija alkalizacija vrši se primjenom tzv. bazičnih klistira, ali i primjenom bazičnih kupki i obloga, te korištenjem prirodnih bazičnih pripravaka u obliku praha ili tableta.

Optimalno alkalno tijelo znatno bolje reagira na biljne preparate koji 'čiste' i 'dezinficiraju' tijelo. U tu svrhu je u okviru prirodne medicine razvijeno popriličan broj učinkovitih preparata. No i svakodnevne začinske biljke također su se oduvijek upotrebljavale u tu svrhu.

Primjerice kod upale grla ili mjehura dobro je jesti hren i češnjak. Neke druge začinske biljke čiste crijeva i suzbijaju patogenu crijevnu floru, jačaju metaboliziranje hrane i sposobnost detoksiranja organizma. Također postoje i preparati koji 'dezinficiraju' krv i limfu.

Najintenzivnija alkalizacija izvodi se pomoću tzv. bazičnog klistira (klistir sa sodom bikarbonom). Velike količine sode bikarbone nije moguće unijeti putem pića ili tableta jer bi vrlo brzo nanijele velike štete našem želucu.

Bazični klistiri pokazali su se vrlo učinkovitim kod cijelog niza tegoba i bolesti, posebno kod upalnih procesa prostate, maternice, mjehura, ekcema i osipa raznih vrsta, gljivičnih infekcija crijeva, kože i svih sluznica, pa dijelom i kod raka unutrašnjih organa.

Klistiranje je za jedan dio ljudi i liječnika vrlo kontroverzan postupak. Isto vrijedi za hidrokolon tretman. Hidrokolon tretman je također važan detoksikacijski postupak prirodne medicine. To je postupak 'ispiranja' crijeva s čistom vodom uz pomoć hidrokolon aparata i terapeuta koji tretira.

Kontroverznosti ove teme, diskusije o štetnosti, opasnostima i svrsi klistira/hidrokolon tretmana, sve sumnje i predrasude prestaju i nestaju kod svakog tko neposredno doživi njegovu učinkovitost.

Liječnik Norman Walker razvio je hidrokolon aparat 50-ih godina prošlog stoljeća.

Najinteresantiji podatak je da je dr.med. Norman Walker umro u svojoj 115. godini, a do 113. je radio u svojoj ordinaciji. U svojoj dugogodišnjoj liječničkoj praksi izveo je na sebi i na svojim pacijentima nebrojene hidrokolon tretmane te promatrao razvoj i oporavak vrlo velikog broja svojih pacijenata. Njegov je zaključak bio da najveći dio bolesti počinje upravo u oboljelom crijevu i da se sve bolesti trebaju tretirati tamo gdje i počinju – u debelom crijevu!

'Kod osoba koje imaju već kronične, dugogodišnje tegobe i oboljenja, potreban je velik početni angažman. To je slično kao kod požara, mali požar se može ugasiti čašom vode, ali za veći je potrebna cisterna vode', objasnila je Vanja Kovačić.

Poznata je i vrlo velika važnost i ljekovitost hladno prešanih ulja, organski uzgojene i svježe hrane, važnost kvalitete tla koje je preduvjet za zdrave namirnice, ljekovitost začinskih biljaka i tradicionalne zimnice (fermentirane namirnice – kiselo zelje, repa i slično).

No zabluda je da postoji 'zdrava prehrana' koja je primjenljiva za sve osobe u svakom trenutku. Stara izreka 'obrok za kovača ubit će krojača', govori nam da postoji samo individualizirana 'zdrava prehrana' za konkretnu osobu. Putem specifičnih dodataka prehrani ('zeleni' sokovi, prirodni mineralni pripravci) moguće je remineralizirati naše tijelo.

Naše tijelo ponajviše „potroši“ minerale i elemente u tragovima zbog dugotrajnih (subakutnih) upalnih procesa, tijekom oporavka od jakih toksikacija (npr. kemoterapija) i šteta (npr. zračenje), ali i kroz prehranu čija je kvaliteta nedostatna za prirodnu remineralizaciju.

Vanja Kovačić dodaje kako je za održavanje dobrog zdravlja iznimno važna i obnova imunološkog sustava:

'Tumor se pojavljuje u tzv. 'tumorskom miljeu'. To slikovito možemo usporediti s činjenicom kako plijesan raste na isključivo vlažnom zidu. Kad je zid ponovo suh, plijesan nestaje. Tako u okviru prirodne medicine postoji jasna pretpostavka da su neki ljudi sticajem okolnosti razvili tumorski milje. Do nastanka tumora dolazi tek kad je istovremeno 'slomljen' imunološki sustav. Imunološki sustav je 50% do 80% povezan sa crijevnom florom, što znači da ukoliko želimo jačati imunološki sustav potrebno je jačati crijevnu sluznicu i floru. Zato su začinske biljke

(prirodni antiseptici!) i fermentirane namirnice (prirodni probiotici!) obavezni. Prirodni probiotici su sve prirodno fermentirane namirnice kao kiselo zelje i kisela repa, kao i tradicionalna fermentiran zimnica, npr. turšija i kiseli krastavci. Fermentirano znači da je kiselost stvorena kroz prirodne bakterijske kulture, a ne kroz ocat.

Vanja Kovačić kaže da je svaka detoksikacija dobra ali da se bitno razlikuje ona koja se provodi u svrhu ljepote i wellnesa i ona koja se provodi u medicinske svrhe: 'Kod detoksikacije je bitno odstraniti kronično žarište u tijelu koje nastaje od nekog bolesnog organa. Kod ljudi u Hrvatskoj najčešća žarišta u tijelu nastaju zbog mrtvih zuba. Upalni proces se iz upaljenog korijenskog kanala širi u kost i taj proces se u kolokvijalnom jeziku zove 'gnjiljenje'. Ti upalni procesi drastično opterećuju funkciju jetre, koja se neprestano mora baviti detoksikacijom gnjilećeg tkiva. Jetra jest fantastičan organ koji ima veliku moć regeneracije, ali zbog ovakvog procesa dolazi do nakupljanja toksina u tijelu koje ne možemo dovoljno brzo izlučiti. Stoga dolazi do značajne promjene miljea tijela i potom do opterećenja najnježnijih organa u tijelu, a to su žlijezde – štitnjača, nadbubrežna žlijezda idr.. Jedan vid detoksikacije, onaj najelementarni je odstranjivanje kroničnih žarišta, a to je spomenuti 'mrtvi' zub. I druge kronične, subakutne upale moraju se sanirati npr. kronična upala sinusa, mandula ili crijevne sluznice, jer ovi procesi beznadno preopterećuju kapacitete imunološkog sustava i sposobnosti izlučivanja tvari koje su posljedice ovih procesa.

Važnost detoksikacije poznata je tisućama godina. Svim je narodima svijeta, bez obzira na klimu, religiju i kontinent, bio poznat i cijenjen - redovito primijenjen post.

Postili su svi, zdravi – da bi ostali zdravi i bolesni – da bi ozdravili. Post je, jednostavno rečeno - intenzivna detoksikacija. Poznato je da post više nije optimalno rješenje u slučaju danas čestih, uznapredovalih bolesti. No s pravom se smatra da u 'čistom' tijelu vlada zdravlje, a u 'otrovanom' tijelu moguć je nastanak različitih tegoba i bolesti.

Jednostavne metode prirodne medicine potrebno je primjenjivati jedno duže vrijeme da bi razvile svoj puni potencijal i osposobile tijelo za obranu i regeneraciju od bolesti. Vanja Kovačić kaže da se na ovaj način i kod početnih ali i uznapredovalih bolesti mogu postići dobri rezultati ali i da rezultati ovise o jako mnogo faktora. Čak i o tome da li je osoba bila dojena ili othranjena na bočici. 'Kod osoba koje nisu bile dojene i koje su primile sva moguća cjepiva, postoji duboki poremećaj imunološkog sustava i znatno je teže je napraviti pomak u liječenju. To su danas nažalost mlađe osobe, a upravo kod njih je potrebno intenzivirati tretmane i primjeniti snažne preparate. Samo jedan dio takve terapije može obaviti heilpraktiker ali veći dio treba prepustiti liječniku i to po mogućnosti prirodne medicine'.