



Honnan tudhatod hogy nehézfémkivezetésre van szükséged? –

Onnan, hogy a 21.században élsz...

Az Egyesült Államok környezetvédelmi hatóságai időről időre nyilvánosságra hozzák azt a listát, mely tartalmazza a sok milliónyi közül az emberre legveszélyesebb 250-et. A lista élén az arzén, az ólom és a higany áll, a nyolcadik helyen a kadmium...

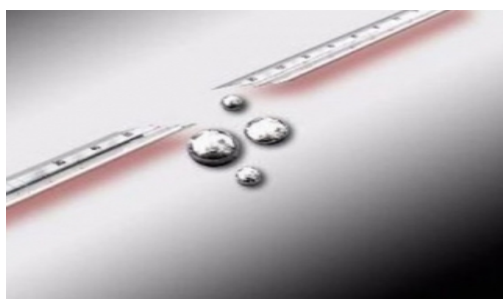
A nehézfémek okozta probléma sok mindenkit érint. Megbénítja a sejtlegzést és ezzel elpusztítja a sejteket. A nehézfémek beépülnek a test szöveteibe szinte bárhol a szervezetben, a májban, a vesében, a szívben, a gerincben, az agyban és roncsolják az idegrendszert, a sejtek metabolikus, enzimatikus és egyéb tevékenységeit, gyengítik az immunrendszert. Ez azt jelenti, hogy sok olyan ember él körülöttünk, akinek semmiféle tünete nincs, viszont más ember lenne, ha nem rakódott volna le higany az agyában. Az ember várhatóan kedvesebb, békésebb, kellemesebb és intelligensebb személlyé válik, ha az agyából eltávoznak a nehézfémek.

A vizsgálatok szerint a csontjainkban ma sokkal több az ólom, mint elődeinkében volt. A levegő higany szintje az elmúlt 200 évben a 25-szörösére emelkedett.

Alapvetően valamennyi fém, még ha az emberi szervezetben is található, antennaként működik. Sokszorosára erősíti fel a rádiójeleket, például a mobiltelefonok adótornyainak jeleit. Ilyen módon a szájüregtől csak néhány centire található agyszövet is megnövekedett sugárzásnak van kitéve a fogakban alkalmazott tömőanyagok, illetve fémek miatt. Olyan általános panaszok kialakulásában, mint a fejfájás, a migrén, szédülés, fülzúgás, alvászavarok és számos egyéb probléma.

Higany: legmérgezőbb és alig vezethető ki

Bár az arzén és az ólom elterjedtebb, a higany tízszeres mérgezőbb hatást gyakorol az idegsejtekre, mint az ólom és háromszor mérgezőbb, mint az arzén vagy a kadmium, mivel ez kötődik a



legerősebben a test saját struktúráihoz és anyagaihoz, elsősorban az enzimekhez. Más fémekkel ellentétben nem vezethető ki olyan természetes anyagokkal, mint az almasav vagy a citromsav.

Halottakon végzett vizsgálatok kimutatták, hogy azoknak a szerveiben, beleértve az agyat is, akiknek amalgámtöméseik vannak 12szer magasabb volt a higany értéke, mint akiknek nincsenek. A belélegzett higanygőz a higany egyik legmérgezőbb formája, 0,3-2 gramm belőle halálos. Egyetlen amalgám tömésben 0,5-1g higany raktározódik...az EU állampolgárainak fogaiban kerekén 2000 tonna tiszta higany található...Mivel a fogászaton alkalmazott vízszűrőkön keresztül ennek a higanynak csak egy részét tudják kiszűrni, a többi megy a természetes vizekbe...Így, főként a tenyésztett halakra szintén az erős higany terhelés a jellemző. Szintén előfordul még a fénycsövekben, vagy az energiatakarékos izzókban, amikből akkor szabadul ki ha összetörnek.

Ezen kívül **találunk még higanyt a ma annyira divatos lapos képernyőkben, szemcseppekben és a világszerte alkalmazott oltóanyagok jelentős részében.**

Szintén megtalálható vízajtó illetve hashajtó készítményekben....



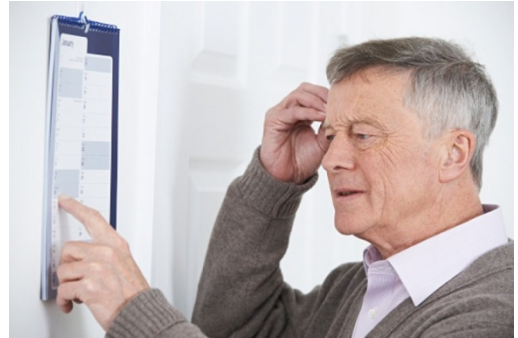
A higanyt régebben több gyógyszerben is használták, így a szifilisz elleni szerekben. Azóta beigazolódott, hogy a valamikor a betegség számlájára írt idegrendszeri tüneteket nem a vírus, hanem a higany okozta...A higanymérgezés sajnos nehezen igazolható, mert gyorsan eltűnik a vérből vagy a vizeletből, felhalmozódik a vesében, májban, belső elválasztású mirigyekben, szívben és az agyban, a felezési ideje pedig 30 év..!

Mivel a higany valamennyi sejtműködést és sejtstruktúrát, így a mitokondriumokat is tönkretesz, számos panaszra okot adhat, a figyelemhiányos hiperaktivitás-problémától a cikluszavarokig. A higany megzavarja az ideg-, az immun-és a hormonrendszer működését és gátolja a környezeti mérgek kiürülését a szervezetből.

Ólom: a csont lebomlásával szabadul fel...

A környezet ólomterhelése a középkor óta erőteljesen növekszik. Ebben a legnagyobb szerepet az ólmozott benzin játszotta (a fejlődő országok egy részében még mindig forgalomban van)- Európában az elmúlt évtizedekben 7500 tonna ólom került a levegőbe. Sok régi épületben találkozunk még ólomcsövekkel, és a vadakra is ólomlövedékkel vadásznak...Található ólom számos kozmetikumban (rúzsok!!!), műanyag játékokban, kerámiatárgyak ólmozott fényezőanyagában...valamint ezt a fémet találjuk az akkumulátorokban, kipufogógázokban és az újrahasznosítással foglalkozó üzemek környezetében.

Mára bizonyítást nyert, hogy még a határérték alatti ólomszennyezés is szerepet játszik az intelligencia alacsonyabb szintjében, magatartási problémákban, koncentrációs zavarokban, pszichikai krízisekben, valamint növeli a szívinfarktus vagy az agyvérzés miatti halálozási kockázatot.



Az ólom, akárcsak a higany tárolódik a szervezetben: a 20. és a 60. életév között a csontok ólomtartalma közel százszorosára nő! Amikor pedig a csonttömeg csökkenni kezd – csontritkulás vagy inaktív életmód miatt – a fém felszabadul és átjut a vérbe....

Arzén: főként a halakban és a tengeri herkentyűkben...

Manapság valamennyi halfajtában, főként a ragadozó halakban jelentős mennyiségű arzén található.



A fosszilis üzemanyagok elégetése és a fémek kitermelése miatt ez az elem végül a tengerekbe jut.

Az arzént régebben nagy területeken alkalmazták – főleg szőlőben – gomba-és rovarölőszerként. Ezért nőtt meg egy időben a borászok között a különféle bőrbetegségekben és rákban szenvedők száma. Korábban az orvoslás is alkalmazott arzént: parazita-fertőzések, vagy akár pikkelysömör ellen...a mai napig forgalomban van olyan antibiotikum vagy leukémia elleni gyógyszer, mely arzén vegyületet tartalmaznak...

Az arzén hajhullást, körömnövekedési problémákat, idegkárosodást, nyálkahártyagyulladást, májgyulladást vagy rákos megbetegedést okozhat.

Egy felnőtt átlagban 50 mg alumíniumot eszik meg naponta

Az alumínium könnyűfém és önmagában nem mérgező, de sokszorosára növeli a higany mérgező hatását. Összefüggésbe hozzák neurológiai megbetegedésekkel, krónikus fájdalom-szindrómával, vércépzési zavarokkal...Számos oltási mellékhatás az oltóanyagokban található nanoalumíniumra vezethető vissza.



A nehézfémkivezetés praktikái

- Az első dolgod az legyen reggel, hogy megiszol egy **citrom frissen kifacsart levét** 3,5 dl meleg vízzel. A citrom aktivizálja a májat, és a mérgeanyagok kiválasztásában segít. A folyamat kezdetén megindítja a salakanyagok távozását a bélrendszeredből.
- Mielőtt méregteleníteni kezded a szervezetedet, küszöböld ki azokat az élelmiszereknek a fogyasztását, melyek allergizálhatnak, szedj 1-2 hónapon át **probiotikumokat** és enzimeket!
- A méregtelenítés során fontos, hogy **sok zöldséget fogyassz**, ugyanis a növényekben található zöld színezőanyag, a klorofill, felépítését tekintve hasonló az emberi testben található hemoglobinhoz – vashoz –, amely a vér alapeleme. A zöldségfogyasztással növeled a vörösvérsejt-termelődését, javítod szervezeted oxigénellátását, ezáltal javul a vérkeringés.
- A vér a májon keresztül megtisztul a sok mérgeanyagtól, baktériumtól. Ehhez persze az kell, hogy a máj normálisan működjön. Az ember májának nagyon sok feladata van: emészt a zsírokat, tárolja a vitaminokat, segíti a szervezet energiaellátását. **Szedjünk folsavat és B12, B6 vitamint!**

- A **moszatokból származó kiváló minőségű alginát-kiegészítők** (chlorella, spirulia..stb) megkötik a belekben leragadt fémet. A szelén, a cink, az n-acetylcysteine, az őzbagáncs és a fokhagyma szintén támogatja a méregtelenítő folyamatodat.



- A **Chelation-terápia** szintén javasolt, elsődlegesen a nehézfémek megkötését és kiürítését szolgálja.
- **Naponta egyél meg egy evőkanálnyi lenmagolajat** vagy dióolajat
- A természetes eredetű, ásványi anyagokban, nyomelemekben és antioxidánsokban gazdag **huminsavak**, amelyeket például a Hévíz közelében kitermelt tőzeg tiszta formában tartalmaz, mellékhatások nélkül, gyorsan és hatékonyan képesek eltávolítani a szervezetből a nehézfémeket.

Kautzky-Szemők Adrienn
okl.természetgyógyász
fitoterapeuta, reflexológus
06-30-680-2271



www.kezedbenazegeszseged.hu