

Küzdelem a káros mikroorganizmusok ellen szervezetünkben... hogyan, mivel?

PINTÉR ÉVA

Szeretnék elolvasásra ajánlani két könyvet, melyekből idézek több bekezdést. A téma aktuális a járvány helyzet, valamint az őszi fertőző betegségek fellépése hátterén is.

Dr. Hermann Geesing, a német Schwarzwald Szanatórium főorvosa az alábbiakat jegyezte le **Életerő – Életstílus; Immuntréning** című könyvében az antibiotikumok használatáról tapasztalatai, számos beteg gyógyítása és gyógyulása kapcsán:

„Immunrendszerünk ellen elkövetett merényleteink egyik legveszedelmesebbike a túl gyakran, sokszor esztelenül alkalmazott antibiotikumok és „vegyi bunkók” hada, melyeknek az a feladata, hogy a lehető leggyorsabban talpra segítsenek. Úgy tűnik, bármennyi antibiotikumot használunk is fel, a baktériumok fele mindig megmarad. Az immunrendszer, amellyel ilyen módon bánnak, sohasem jöhet lendületbe, hanem egyre-másra lefékeződik, miközben túl is terhelik – végül teljesen összezavarodik. Így esélye sincs többé arra, hogy edzés által formában maradhasson. Egyértelműen szeretném itt leszögezni, aki minden csip-csup betegségre antibiotikumot alkalmaz, annak immunrendszere végeredményben edzetlenné válik, sőt legyengül – s ha egyszer komolyra fordul a dolog, nem képes tökéletesen működni. Hosszú időbe telik, amíg egy intenzív antibiotikum-terápia után a bélflóra helyreáll, de van, amikor egyáltalán nem is áll helyre.

A betegségeket okozó baktériumok mindenhol megtalálhatók: a levegőben, az ételeinkben, a vízben, sőt a szervezetünk nyálkahártyáin is. Mégsem vagyunk állandóan betegek. Ha az iskolában, a munkahelyen vagy a családban megjelenik egy fertőző betegség, annak nem mindenki esik áldozatául, annak ellenére, hogy mindenki megfertőződik.

Azoknál, akik egészségesek maradnak, a kórokozók nem találják a szaporodásukhoz megfelelő táptalajt. Akik megbetegszenek, azoknál már a fertőzés megjelenése előtt sem volt minden rendben. Valószínűleg túl gyenge volt az immunrendszerük, aminek hátterében anyagcsere-zavarok, egészségtelen életmód, mérgeanyagok felhalmozódása, esetleg fizikai vagy pszichológiai stressz áll. Ezzel kapcsolatban Claude Bernard francia kutató a következőt mondta: „Nem a baktérium a fontos, hanem a befogadó környezet.” Környezet alatt itt azokat a testi, lelki és szellemi feltételeket érti, amellyel egy potenciális kórokozó az emberi szervezetben szembe találja magát.”

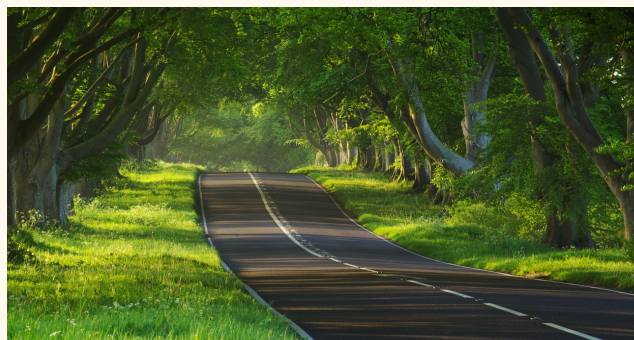
„Ha a te Uradnak Istenednek szavára hűségesen hallgatsz és azt cselekedsz, ami kedves az ő szemei előtt és figyelmezel az ő parancsolataira és megtartod minden rendelését: egyet sem bocsátok reád ama betegségek közül, amelyeket Égyiptomra bocsátottam, mert én vagyok az Úr, a te gyógyítód.”

2Móz 15,26

Petra Neumayer **Természetes antibiotikumok** című könyvében szemléletes módon írja le az antibiotikumok használatának lehetőségeit, kockázatait:

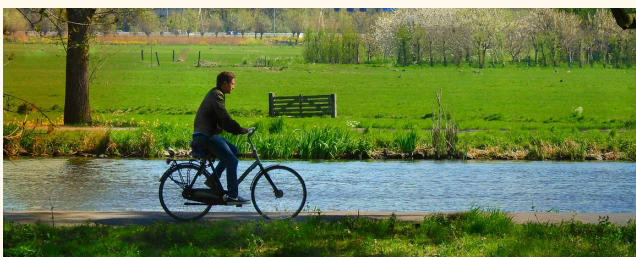
„A szintetikus úton előállított antibiotikumok, ha megfelelően alkalmazzuk őket, rövid idő alatt megszüntetik az életveszélyes baktériumfertőzéseket a kórokozók megölésével vagy a szaporodásuk gátlásával. Ha megfelelő körültekintéssel alkalmazzuk őket, és igyekszünk elkerülni a rezisztencia kialakulását, akkor egy felelősségteljes orvos kezében nagyon jelentős gyógyszerei ezek az orvostudománynak.

Játsszunk el a következő gondolattal: tekintsük úgy, hogy a beteg felépülése egy út, amit végig kell járni. Erre különböző lehetőségek vannak:



- Az antibiotikum olyan, mint egy Porsche, amely 200 km/h-s sebességgel 6 perc alatt tesz meg 20 km-t. Fantasztikus! Csak az a baj, hogy a beteg ettől a sebességtől teljesen kikészül, és lehet, hogy mellékhatások is (pl. egy baleset) fellépnek. Sok millió elött és még élő kórokozó s ezek méreganyagai hirtelen elöntik a szervezetet, mint a sportautó kipufogógáza a levegőt. Jaj szegény betegnek, aki azt hiszi, hogy célba ért, amikor egy újabb kórokozó, vagy éppen a közben rezisztenssé vált baktérium, gomba vagy vírus támadja meg. Az utazó ekkorra már annyira legyengült, hogy azonnal, vagy nem sokkal később még súlyosabban megbetegszik. A világ egyetlen szintetikus antibiotikuma sem képes a szervezet ellenálló képességét aktiválni és erősíteni.
- Ha betegünk gyalog megy, nem vesz igénybe semmiféle segédeszközt, akkor a 20 km-es út megtétele több órát is igénybe venne. Talán kimerülve összeesne, mert nem lennének elegendőek az energiatartalékai.
- Miért nem megy inkább kerékpárral? 20 km másfél óra alatt? Semmi gond! A szervezet megedződik, az életfunkciók felgyorsulnak, a cél előtt talán már kicsit fáradtnak érzi magát, de ez jóleső fáradtság. Jaj annak a kórokozónak, amely egy megerősödött immunrendszerrel megpróbálja felvenni a harcot! Szégyenteljes kudarcot vallana.

A mi esetünkben antibiotikus tulajdonságokkal rendelkező természetes anyagok felelnek meg a kerékpárnak.”



Greasing azt ajánlja, hogy „amikor csak lehet, használjunk természetes antibiotikumokat, bőséges a kínálatuk. Egyrészt megölik a baktériumokat vagy gátolják azok szaporodását, másrészt pedig aktiválják a szervezet egész védekezőrendszerét. Soha nem okoznak maradandó károsodást szervezetünk természetes mikroorganizmusaiban. Ez abból is következik, hogy a megerősített védekezőrendszer nem okoz kárt a „jó” mikrobákban, valamint a kórokozóktól megtisztított vér és szövetek még megfelelőbb környezetet biztosítanak a hasznos mikroorganizmusok számára.



A természetes antibiotikumok egyesítik az antibakteriális és a szisztémás hatást. Hatásuk éppen azon alapul, hogy nemcsak egy adott kórokozót gátolnak vagy pusztítanak el, hanem eközben erősítik a szervezet ellenálló képességét, segítik a sebgyógyulást, gyorsítják a szövetek újraképződését, méregtelenítik a kötőszöveteket, javítják a salakanyagok eltávolítását, és erősítik a fontosabb szervek működését.

A gyógynövények emellett ellátják a beteg szervezetét ásványi anyagokkal, nyomelemekkel, vitaminokkal, növényi hormonokkal és számos egyéb természetes anyaggal. A növények antibiotikus hatása gyakran háttérbe szorul az általános ellenálló képesség javítása mellett, mert a leglényegesebb tulajdonságuk inkább az, hogy a szervezetet képessé teszik rá, hogy egyedül győzze le a kórokozót.”

Csak néhány, a számtalan rendelkezésünkre álló természetes antibiotikum közül:

- Légutak betegségeire hatók: kasvirág, eukaliptusz illóolaj, útifüvek, bodza virág, kakukkfű, hársvirág, hagymák, torma;
- Emésztőrendszerre is hatók: cickafarkfű, kamilla, aloé, ánizs, bazsalikom, körömvirág, konyha-kömény, édesgyökér, majoránna, menták, szurokfű, rozmaring;
- Húgyutakra: nyírfalevél, tökmag, lestyán, petrezselyem, zeller, aranyvessző;
- Bőrre: diófalevél, cserszömörce, orvosi zsálya.

Egy-egy gyógynövény sokszor nem csak egy helyen gyógyít a szervezetben, hanem egyszerre több helyen is. Ismert az is, hogy valamennyi illóolajnak van antibiotikus hatása, a fűszernövények többsége tartalmaz illóolajokat, de főzéskor ezek elpárolognak, ezért jó, ha az ételkészítés végén tesszük ezeket hozzá.

Tudjuk, hogy a hagymák nagyon jó antibiotikumok, de ismerjük-e alaposabban pl. a fokhagyma számtalan hatását, értékeljük-e, használjuk-e kellően? Csak néhány ennek sok jó hatása közül:



„A fokhagyma egyik hatóanyaga az allicin nagyon erős antibiotikum. Még 1:125 000-es hígításban is gátolja számos baktérium szaporodását, még a tífusz kórokozójáét is. Ezt Louis Pasteur már 1858-ban felismerte. A friss fokhagymalevet már az első és második világháborúban is használták a sebesültek ápolásában. Az allicin antibiotikus hatása természetesen csekélyebb, mint a penicilliné, azonban a penicillinrezisztens baktériumok ellen is hatékony. A fokhagyma kénmentes alkotórészei – mint a scordinin és a garlicin – ugyanúgy baktériumgátló hatásúak.

A fokhagyma továbbá nagy mennyiségben tartalmaz ásványi anyagokat, pl. kovásvat, káliumot, magnéziumot, kalciumot, foszfort, jódot és vasat, valamint nyomelemeket, mint a cink, mangán és szelén, ezenkívül C-vitamint (csak a friss fokhagyma), provitamin A-t, B1 és B2 -vitamint, nikotinsavamidot (= niacin vagy PP-vitamin).

A fokhagyma egyik vegyülete inzulinhoz hasonló, és ezáltal vércukorszint-csökkentő tulajdonságai vannak, így a fokhagyma kiváló kiegészítő terápia lehet cukorbetegségben. A fokhagyma ezenkívül szabályozza a vérnyomást, csökkenti az artériák meszesedésének veszélyét, megelőzi a trombózis kialakulását, erősíti az immunrendszert, a baktériumok és vírusok mellett más paraziták ellen is hatékony, és csökkenti a koleszterinszintet is.

A legújabb kutatások azt mutatják, hogy a fokhagyma rugalmasabbá teszi az ereket. Tehát soha nem késő elkezdeni a fokhagymaevést. A fokhagymát ezenkívül számos gyógynövénykutató és természetgyógyász a rákmegelőzés hatékony eszközének tartja. Állatkísérletekben egyértelmű növekedésgátló hatást mutattak ki a rákos sejtekben, amelyet azonban csak az egész fokhagymával, nem egyes különálló alkotórészeinek koncentrátumával lehetett elérni.

Még jelentősebbek azok a vizsgálatok, amelyek alátámasztják, hogy olyan országokban vagy országrészekben, ahol az emberek gyakran fogyasztanak nagy mennyiségű fokhagymát, sokkal kevesebb a rákos megbetegedések száma, mint másutt.

Az elfogyasztás után a friss vagy feldolgozott fokhagyma az emésztőrendszerbe kerül. Már itt is sok jótékony hatást fejt ki a szervezetre. A fokhagyma is bizonyítja, hogy a természetes antibiotikumok nem tesznek kárt a természetes bélflórában. Éppen ellenkezőleg: a fokhagyma erősíti az emésztőrendszerben található mirigyeket, és gyógyító hatása van a bél nyálkahártyájára. Ezáltal a nyálkahártya magától képes a természetes bélflóráját felépíteni. A zavaró mikroorganizmusokat a fokhagyma legyengíti, és elősegíti a kiválasztódásukat. A fokhagyma kiváló gyógyszere a bélpanaszoknak, hatékony puffadás, hasmenés és bélgörcsök esetén. A fokhagyma kiválóan elősegíti a szimbiózis kialakulására, azaz a bélflóra helyreállítására irányuló terápiát. Nagyon jó hatása van krónikus és akut hasmenés esetén, még akkor is, ha ez véres nyálkás széklettel párosul. A bélfertőzések kórokozóit is hatékonyan legyőzi. Ezért vált a világ szinte minden országában a hasmenés gond nélkül beszerezhető gyógyszerévé.



Fokhagyma virága

„Ne felejtjük el szem előtt tartani az édeni tervet, a célt.” Isten megpróbál lépésről lépésre visszavezetni eredeti szándékához, hogy az ember a föld természetes termékeiből éljen.”

Ellen G. White: Utolsó napok eseményei 63. o.