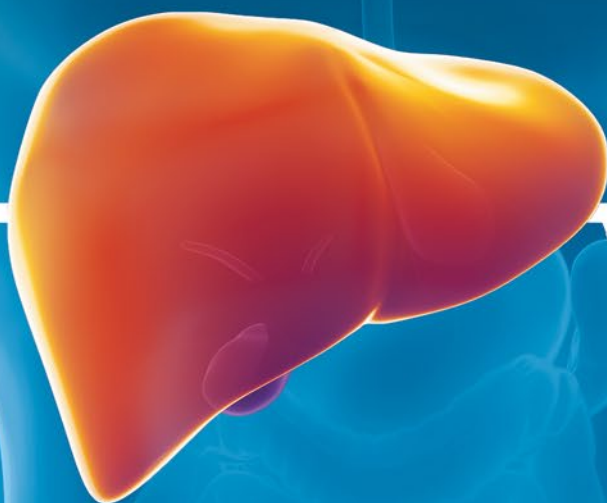


ANDREAS MORITZ

ROZSZERZONE OCZYSZCZANIE WĄTROBY I WORECZKA ŻÓŁCIOWEGO

Jak uniknąć współczesnych chorób



Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)



Książkę możesz kupić w [sklepie](#)



ROZSZERZONE

OCZYSZCZANIE WĄTROBY I WORECZKA ŻÓŁCIOWEGO

Autor tej książki, Andreas Moritz, nie jest zwolennikiem żadnej konkretnej formy opieki medycznej, ale wierzy, że przedstawione tu fakty, liczby i wiedza powinny być dostępne dla każdego człowieka, który zainteresowany jest poprawą własnego stanu zdrowia. Choć autor stara się przekazać głębokie zrozumienie omówionych tematów i zapewnić ścisłość oraz kompletność wszelkich informacji pochodzących z wszelkich źródeł, innych niż jego własne, on i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za błędy, niedokładności, pominięcia ani żadne inne niespójności. Ewentualne urażenie osób lub instytucji było niezamierzone. Ta książka nie ma na celu zastąpienia porad ani leczenia przez lekarza specjalistę. Użycie informacji tu zawartych jest wyłącznie decyzją czytelnika. Autor i wydawca nie biorą odpowiedzialności za ewentualne skutki uboczne ani konsekwencje stosowania jakichkolwiek środków lub procedur opisanych w tej książce. Zawarte tu stwierdzenia przedstawione są jedynie dla celów edukacyjnych i teoretycznych i opierają się głównie na osobistej opinii i teoriach Andreasa Moritza. Przed zastosowaniem jakichkolwiek suplementów dietetycznych, odżywczych, ziołowych lub homeopatycznych albo przed rozpoczęciem lub zakończeniem terapii należy skonsultować się z lekarzem. Intencją autora nie jest udzielanie porad medycznych ani ich substytutów i nie daje on gwarancji działania żadnego produktu, urządzenia ani sposobu leczenia. Jeśli nie zaznaczono inaczej, żadne stwierdzenie w tej książce nie zostało ocenione ani zaakceptowane przez amerykańską Agencję ds. Żywności i Leków ani Federalną Komisję Handlu. W kwestii konkretnego zastosowania w przypadku ich indywidualnych problemów czytelnicy powinni sami je ocenić lub skonsultować się z ekspertem medycyny holistycznej lub lekarzem.

ANDREAS MORITZ

ROZSZERZONE OCZYSZCZANIE WĄTROBY I WORECZKA ŻÓŁCIOWEGO

Jak uniknąć współczesnych chorób

REDAKCJA: Mariusz Warda
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz
PROJEKT OKŁADKI: Anna Płotko
TŁUMACZENIE: Barbara Mińska

Wydanie II – dodruk
Białystok 2025
ISBN 978-83-8272-695-4

Tytuł oryginału:
The Amazing Liver and Gallbladder Flush.
A Powerful Do-It-Yourself Approach to Optimize Your Health and Wellbeing... and Much More!

Copyright © 1998-2012 by Andreas Moritz
Published by agreement with Ener-Chi Wellness Center, LLC through The Yao Enterprises, LLC

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2017
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani diety. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem, zanim rozpoczniesz jakiegokolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca ani autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/wydawnictwovital



15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.vitalni24.pl – detal
strona wydawnictwa: www.wydawnictwovital.pl
Więcej informacji znajdziesz na portalu www.odzywianie24.pl

PRINTED IN POLAND

Sukces kliniczny jest ostatecznym testem.

Ta książka zmienia nasz obecny medyczny model.

Przygotuj się na bycie ZDROWYM.

To coś więcej niż książka – to potężne narzędzie samouzdrawiania. W czasach, gdy zrezygnowaliśmy z własnej wrodzonej mądrości naszego ciała, Andreas Moritz oferuje nieskomplikowane, samodzielnie działające lekarstwo pozwalające na uzdrowienie siebie. Jest proste, niedrogie i łatwe do wykonania. Wyzdrowienie, jakie miało miejsce u moich pacjentów i u mnie, zmieniło nasze życie.

– Gene L. Pascucci, doktor chirurgii stomatologicznej,
stomatolog, metafizyk i mistyk z Reno w Nevadzie

Zaintrygowało mnie, gdy dowiedziałam się o oczyszczaniu wątroby od przyjaciółki, ale przez kilka miesięcy odkładałam to na później. Od kilkunastu lat dręczona problemami zdrowotnymi, w końcu się odważyłam, ale nie spodziewałam się spektakularnych rezultatów. Ku mojemu wielkiemu zaskoczeniu następnego dnia wydalłam około sześciuset kamieni żółciowych w różnych rozmiarach i kolorach, a ulga była natychmiastowa. Byłam spokojniejsza, czułam się znacznie mniej drażliwa i miałam niesamowitą jasność myślenia. Obecnie jestem po pięciu oczyszczeniach i prawie wróciłam do normalnego funkcjonowania. Choć oprócz tej techniki oczyszczania stosowałam też inne metody leczenia, uważam, że oczyszczenie wątroby miało ogromny wpływ na moje wyzdrowienie. Zdecydowanie powinnam dodać je do mojego programu dbania o zdrowie do końca życia.

– dr Diane Philips, lekarz (Wielka Brytania)

Dedykacja

*Dla wszystkich tych,
którzy pragną wziąć odpowiedzialność za własne zdrowie
i którzy troszczą się o zdrowie i dobre samopoczucie innych ludzi.*

Spis treści

Wstęp	15
Rozdział 1. Kamienie żółciowe w wątrobie: ogromne ryzyko dla zdrowia.....	27
<i>Dlaczego żółć jest taka ważna?</i>	34
<i>Schorzenia układu trawiennego</i>	35
Schorzenia jamy ustnej	36
Schorzenia żołądka	40
Schorzenia trzustki	44
Schorzenia wątroby.....	46
Schorzenia woreczka żółciowego i dróg żółciowych	55
Czym są kamienie żółciowe?	57
Schorzenia jelit	63
<i>Zaburzenia układu krążenia</i>	68
Choroba wieńcowa	68
Kłamstwa dotyczące cholesterolu	75
Co robi dla ciebie cholesterol.....	77
Podstępna statyna	79
Statyny wywołują choroby serca i uszkodzenie wątroby.....	82
Słabe krążenie, powiększenie serca i śledziony, żylaki, zastój limfy, brak równowagi hormonalnej	90
<i>Zaburzenia układu oddechowego</i>	98
<i>Zaburzenia układu moczowego</i>	100
<i>Zaburzenia układu nerwowego</i>	106
<i>Schorzenia kości</i>	110
<i>Schorzenia stawów</i>	113
Mity dotyczące chorób autoimmunologicznych.....	113
Dylemat związany ze szczepieniem.....	116
CDC przyłapano na celowym fałszowaniu danych dotyczących badań nad szczepieniami	119
Donald Trump mówi otwarcie.....	123
Mądre reakcje wnętrzości.....	125

<i>Zaburzenia układu rozrodczego</i>	129
<i>Schorzenia skóry.....</i>	131
<i>Ryzyko leczenia chorób</i>	134

Rozdział 2. Skąd mam wiedzieć,	
że mam kamienie żółciowe?.....	141
<i>Objawy i oznaki.....</i>	142
Skóra.....	142
Nos.....	145
Oczy.....	146
Język, usta, wargi i zęby	147
Dłonie, paznokcie i stopy	150
Skład masy kałowej.....	151
<i>Wnioski</i>	152

Rozdział 3. Najczęstsze przyczyny kamieni żółciowych	
(i schorzeń).....	153
1. Dieta	156
Przejadanie się	156
Podjadanie między posiłkami.....	158
Spożywanie ciężkostrawnych potraw wieczorem	160
Nadmierne spożycie białka	161
Nasze ciało – fabryka białek.....	163
Czy wciąż możemy ufać nauce?.....	164
Czy jedzenie białek jest konieczne?	166
Zagrożenia związane z jedzeniem mięsa	168
Owoce morza – niespodziewani zabójcy	175
Niedobór witaminy B ₁₂	176
Ludzie przystosowani są do diety niskobiałkowej	179
Pokarmy i napoje wywołujące atak kamicy żółciowej	181
Sztuczne słodziki	183
Zagrożenia związane z genetycznie modyfikowanymi pokarmami ...	187
Ukryte zagrożenia związane z oczyszczoną solą.....	188
Odwodnienie.....	193
Skażenie metalami ciężkimi	195

Gwałtowna utrata wagi.....	197
Niskokaloryczna pomyłka.....	200
Kłamstwa o tłuszczu z mleka.....	201
2. <i>Leki farmakologiczne</i>	204
Niebezpieczne protokoły „bezpieczeństwa leków”	206
Koszmar uzależnienia od leków.....	207
Współczesna medycyna – największa maszyna do zabijania rodzaju ludzkiego	212
Leki na raka sprawiają, że guzy są bardziej śmiertelne.....	215
Działanie mądrości raka.....	216
Kontrolowanie rozwoju guza powoduje rozprzestrzenianie się raka	217
Uważaj na konwencjonalne sposoby leczenia raka.....	219
Leczenie, które daje nam rak.....	220
Środki hormonalnej terapii zastępczej i antykoncepcyjne	222
Inne leki farmaceutyczne	224
Unikaj przyjmowania tych niebezpiecznych leków.....	225
Zatrucie fluorem.....	232
Forma fluoru, która jest dla ciebie dobra.....	235
Leki dla dzieci pokryte substancjami chemicznymi uszkodzającymi mózg.....	236
Żelatyna w lekach, szczepionkach i przetworzonych produktach spożywczych	237
3. <i>Szczepionki – śmiertelna pułapka</i>	238
Niszczący wpływ szczepionek.....	238
Pompowanie trucizny w bezbronne ciała niemowląt	246
Błędne przekonanie i skutki uboczne	247
Uleganie niebezpiecznym mitom	249
Naukowcy ujawniają oszustwa dotyczące szczepień	254
Szczepienia przeciwko grypie nieskuteczne w 98,5%	258
Niespodziewana pomoc ze strony Matki Natury	265
4. <i>Styl życia</i>	271
Zakłócanie zegara biologicznego	271
Naturalne cykle snu/czuwania	272
Dlaczego nie powinieneś mieszać w cyklu melatoniny	275

Ostrzeżenie przed suplementami melatoniny	276
Naturalne pory posiłków	277
5. <i>Różne przyczyny</i>	278
Niskie wydzielanie żółdkowe	278
Picie zbyt dużych ilości soków i koktajli owocowych i warzywnych	280
Wielogodzinne oglądanie telewizji	282
Stres emocjonalny	284
<i>Konwencjonalne sposoby leczenia kamieni żółciowych</i>	286
1. Rozpuszczanie kamieni żółciowych	287
2. Wstrząsy i rozbijanie	288
3. Operacja	290
<i>Wnioski</i>	292
 Rozdział 4. Oczyszczanie wątroby i woreczka żółciowego	293
<i>Przygotowania</i>	294
Zalecenia żywieniowe (na 5 pierwszych dni)	296
Najlepszy czas na oczyszczanie	296
Proszę, przeczytaj to, jeśli przyjmujesz jakiegokolwiek leki!	296
Ostrzeżenie dotyczące leków na raka	297
Ostrzeżenie dotyczące leków na tarczycę	298
Suplementy diety	298
Wiek	298
Oczyść jelito grube PRZED oczyszczaniem wątroby i PO nim	298
Co musisz zrobić szóstego dnia przygotowań	299
<i>Właściwe oczyszczanie</i>	300
Wieczór	300
Następny ranek	302
Picie odpowiedniej ilości wody podczas oczyszczania	303
Przeciwwskazania (Kiedy oczyszczanie wątroby jest niewskazane)	303
<i>Skutki, jakich możesz oczekiwać</i>	307
<i>Częste obawy</i>	310
Czy odrobaczenie przed oczyszczaniem wątroby to dobry pomysł? ...	310
Jak często należy się oczyszczać?	311

Jak duże kamienie żółciowe bezpiecznie przechodzą przez wąskie drogi żółciowe?	314
Dla bezpiecznego oczyszczania stosuj się do zasad oczyszczania wątroby	318
Waga oczyszczania jelita i nerek	319
Alternatywy dla soku jabłkowego/soku wiśniowego	321
Używaj tylko prawdziwej oliwy extra virgin	322
Czy głodówka podczas przygotowania do oczyszczania to dobry pomysł?	323
<i>Masz problemy z oczyszczaniem?</i>	323
Problemy ze snem w nocy oczyszczania	323
Nietolerancja soli Epsom	323
Zastrzeżenia do spożywania soli Epsom	324
Sól Epsom stosowana leczniczo	326
Nietolerancja oliwy z oliwek	327
Nietolerancja soku z cytrusów	327
Jeśli nie masz woreczka żółciowego, wciąż możesz oczyszczać wątrobę	328
Dlaczego zwapnione kamienie żółciowe mogą nie być wydalone ...	329
Ból głowy lub mdłości podczas oczyszczania wątroby lub po nim .	332
Oczyszczanie wątroby nie przyniosło spodziewanych skutków	334
Zakłócenia podczas przygotowania do oczyszczania wątroby	335
SOS: Atak kamieni żółciowych (jak sobie z nim radzić)	336
Czy dzieci mogą lub powinny oczyszczać wątrobę?	338
 Rozdział 5. Proste wskazówki, jak nie dopuścić do powstania kamieni żółciowych w wątrobie	341
1. Oczyszczaj wątrobę dwa razy do roku	341
2. Utrzymuj czyste jelita	341
3. Utrzymuj czyste nerki	350
4. Często pij jonizowaną wodę	362
5. Spożywaj jonowe, niezbędne minerały	363
6. „Daj nam codzienną porcję siarki!”	366
7. Pij odpowiednie ilości wody	370
8. Ogranicz alkohol	373
9. Unikaj przejadania się	374

10. Utrzymuj regularne pory posiłków	375
11. Najlepiej stosuj zrównoważoną dietę wegetariańską/wegańską...	376
12. Unikaj produktów o obniżonej zawartości tłuszczu	377
13. Spożywaj nieoczyszczoną sól morską	378
14. Waga sztuki Ener-Chi	379
15. Wysypiaj się	380
16. Unikaj przepracowania	382
17. Ćwicz regularnie	383
18. Regularnie korzystaj z promieni słonecznych	385
19. Przyjmuj zioła na wątrobę	396
20. Codzienna terapia ssania oleju	398
21. Wymień wszystkie metalowe plombę w zębach	399
22. Unikaj kanałowego leczenia zębów	400
23. Wnieś równowagę w twoje zdrowie emocjonalne	404

Rozdział 6. Czego możesz się spodziewać

po oczyszczaniu wątroby i woreczka żółciowego	409
Życie wolne od chorób	409
Lepsze trawienie, energia i witalność	412
Wolność od bólu	415
Bardziej elastyczne ciało	416
Odwroćenie procesu starzenia się	417
Wewnętrzne i zewnętrzne piękno	419
Poprawa zdrowia emocjonalnego	419
Jaśniejszy umysł i większa kreatywność	420

Rozdział 7. Koniec mitu kamieni mydlanych,

powodowanych przez oliwę z oliwek	423
---	-----

Rozdział 8. Podsumowanie

Informacja o produktach	443
Inne książki i produkty Andreasa Moritza	447
O Andreasie Moritzu	462

Przypisy	465
----------------	-----

Wstęp

Większość ludzi wierzy, że kamienie żółciowe znaleźć można jedynie w woreczku żółciowym. To powszechne, a jednak błędne założenie. Większość kamieni żółciowych tworzy się w wątrobie, a stosunkowo niewiele formuje się w woreczku żółciowym. Możesz to z łatwością zweryfikować, jeśli zafundujesz sobie oczyszczenie wątroby. Nie ma większego znaczenia, czy jesteś laikiem, lekarzem, naukowcem lub kimś, komu usunięto woreczek żółciowy, przez co uważa się, że kamienie ci nie grożą.

Skutki oczyszczania wątroby¹ mówią same za siebie. Żadne dowody naukowe ani wyjaśnienia medyczne nie uczynią takiego oczyszczania bardziej wartościowym. Gdy po pierwszym oczyszczaniu zobaczysz w sedesie setki zielonych, beżowych, brązowych lub czarnych kamieni żółciowych, intuicyjnie poczujesz, że zrobiłeś coś niezwykle ważnego dla swojego życia.

Aby zaspokoić swój prawdopodobnie ciekawy umysł, możesz zechcieć zabrać wydalone kamienie do laboratorium w celu dokonania analizy chemicznej lub zapytać swojego lekarza, co o tym myśli. Twój lekarz może albo wspierać twoją inicjatywę uzdrowienia siebie, albo przestrzegać cię przed tym i powiedzieć ci, że to absurdalne. Bez względu na to, co mogą mówić ci inni, to, co w tym przedsięwzięciu jest najbardziej znaczące, to fakt, że wzięłeś aktywną odpowiedzialność za własne zdrowie, być może pierwszy raz w życiu.

W przybliżeniu 20% populacji świata na pewnym etapie życia będzie miało kamienie w woreczku żółciowym; wiele osób zdecyduje się na operacyjne usunięcie tego narządu. Choć operacja usunięcia woreczka rzadko jest konieczna, a jej konsekwencje na dłuższą metę są druzgocące², większość pacjentów ulega presji swojego lekarza i bliskich, by usunąć kamienie. Nie-

¹ Gdy mówię o oczyszczaniu wątroby, dotyczy to również oczyszczania woreczka żółciowego.

² www.steadyhealth.com/topics/complications-after-gall-bladder-surgery.

którzy lekarze nawet mówią swoim pacjentom, że wycięcie woreczka żółciowego nie niesie za sobą żadnych konsekwencji. Jeśli już go nie masz, czytaj dalej. Oczyszczanie wątroby z kamieni jest dla ciebie jeszcze ważniejsze niż dla tych, którzy wciąż mają woreczek.

Znacznie więcej ludzi ma kamienie w *wątrobie* niż w *woreczku żółciowym*. Podczas 35 lat pracy w dziedzinie medycyny naturalnej spotkałem tysiące ludzi cierpiących z powodu wielu rodzajów chorób przewlekłych i mogę zaświadczyć, że każdy z nich, bez wyjątku, miał w wątrobie kamienie żółciowe. Co zaskakujące, stosunkowo niewielu zgłaszało historię kamieni w woreczku żółciowym. Kamienie w wątrobie są, jak zrozumiesz w trakcie czytania tej książki, główną przeszkodą w osiągnięciu i utrzymaniu dobrego zdrowia, młodości i witalności. Kamienie w wątrobie są jednym z głównych powodów zapadania na choroby i trudności w powrocie do zdrowia.

Niepowodzenie w rozpoznaniu i zaakceptowaniu częstości występowania kamieni w wątrobie jako niezwykle częstego zjawiska może być najbardziej niefortunnym przeoczeniem, jakie kiedykolwiek miało miejsce w dziedzinie medycyny, zarówno konwencjonalnej, jak i holistycznej.

Poleganie na badaniach krwi w celach diagnostycznych, jak robi to konwencjonalna medycyna, może być wielkim minusem, jeśli chodzi o ocenę zdrowia wątroby. Większość ludzi, którym dokuczają dolegliwości fizyczne, ma idealne poziomy enzymu wątrobowego we krwi, pomimo że cierpią na przewlekłe zatkanie dróg żółciowych wątroby.

Zatkanie dróg żółciowych wątroby jest jednym z wiodących problemów zdrowotnych, jednak konwencjonalna medycyna rzadko o nim wspomina, a lekarze nie mają godnego zaufania sposobu diagnozowania tego schorzenia. Standardowe badania wątroby obejmują mierzenie ilości enzymów wątrobowych we krwi. Podwyższona ilość enzymów wątrobowych występuje tylko wtedy, gdy ma miejsce zaawansowane uszkodzenie komórek wątroby, jak w przypadku stanu zapalnego wątroby, żółtaczki i marskości. Zwykle przewlekłe zatkanie dróg żółciowych wątroby utrzymuje się przez wiele lat, zanim uszkodzenie wątroby stanie się oczywiste.

Standardowe badania kliniczne prawie *nigdy* nie ujawniają występowania kamieni żółciowych w wątrobie. Zatem gdy lekarz zobaczy garść kamieni, które pacjent wydzielił podczas oczyszczania wątroby, może potrząsnąć głową i stwierdzić: „To nie są kamienie żółciowe!”. W rzeczywistości większość lekarzy nawet nie wie, że kamienie rozwijają się wewnątrz wątroby, pomimo

faktu, że literatura medyczna obfituje w badania, które opisują je bardzo szczegółowo.

Najistotniejsze badanie zostało przeprowadzone, jeszcze zanim dostępne było cyfrowe archiwizowanie (pomiędzy latami 20. a 60. ubiegłego wieku), ale współcześni lekarze po prostu nie mają czasu zgłębiać badań, które zostały przeprowadzone ponad 50 lat temu, nie wspominając już o badaniach opublikowanych w ciągu ostatnich 2-3 lat. Obecnie, gdy technologia cyfrowego skanowania daje nam łatwy dostęp do takich historycznych informacji medycznych, lepiej rozumiemy, co tamci naukowcy nazywali *kamieniami wewnątrzwątrobowymi* lub *wewnątrzwątrobowymi kamieniami żółciowymi*.

W bardziej współczesnej publikacji, zatytułowanej „Kamienie wewnątrzwątrobowe – badanie kliniczne”, zespół badaczy opisuje rezultaty badania pacjentów dotkniętych zatkaniem dróg żółciowych wątroby przez kamienie. To badanie, które zostało opublikowane w *Annals of Surgery* w lutym 1972 roku³, wyraźnie odróżnia kamienie żółciowe w woreczku żółciowym od kamieni żółciowych w wątrobie. Autorzy twierdzą, że „Przez wieki zarówno chirurdzy, jak i patolodzy zauważali inny rodzaj kamieni w wewnątrzwątrobowych drogach żółciowych. Lokalizacja, konsystencja, liczba i zachowanie takich kamieni były całkiem inne od kamicy przewodu żółciowego (formacji kamieni) woreczka żółciowego. Temu schorzeniu przypisano nazwę kamieni wątrobowych lub kamieni wewnątrzwątrobowych”.

Pewne bardziej zaawansowane uniwersytety badawcze, jak prestiżowy Uniwersytet Johna Hopkinsa, zaczęły opisywać i ilustrować te kamienie wątrobowe w swojej literaturze lub na stronach internetowych. Niezależnie od przytłaczających naukowych dowodów na istnienie kamieni wątrobowych, niezwykle jest to, że lekarze wciąż gwałtownie zaprzeczają, że kamienie mogą wystąpić w wątrobie. Utrzymują, że kamienie wydalone podczas oczyszczania wątroby to tylko *kamienie mydlane*, które w jakiś sposób powstają z oliwy stosowanej podczas procedury oczyszczania wątroby. (Tym tematem zajmę się później, w rozdziale 7.).

Często dowodziłem, że kamienie wewnątrzwątrobowe są stosunkowo nowym zjawiskiem wśród populacji na zachodniej półkuli. Badanymi byli głównie ludzie niedożywieni i tacy, którzy musieli stracić na wadze i nie mieli w diecie wystarczającej ilości tłuszczu, by stymulować produkcję żółci

³ Intrahepatic Stones – A Clinical Study: Ann Surg. Luty 1972; 175(2):166-177.

i utrzymywać florę żółciową na zbalansowanym poziomie. Utrata wagi jest dobrze znaną, główną przyczyną kamieni wewnątrzwątrobowych.

Na Zachodzie jedzenia było znacznie więcej (oprócz czasów wojny), było hodowane ekologicznie, wolne od zanieczyszczeń i pestycydów i nieprzetworzone. Większość spożywanych pokarmów składała się z produktów wyhodowanych samodzielnie lub naturalnych produktów kupowanych od lokalnych rolników. Nie stosowano chemicznych konserwantów. Wraz z nadejściem fabryk żywności i pokarmów produkowanych w laboratoriach (obecnie ponad 44 000), kampanii masowego szczepienia, toksycznych kosmetyków, fluorowania wody, toksyn środowiskowych, smug chemicznych oraz konsumpcji leków farmakologicznych pełnych toksycznych składników, itd., ludzka wątroba zaczęła masowo produkować kamienie wewnątrzwątrobowe. Obecnie prawie niemożliwe jest, by ich nie wytwarzać, o ile nie wiesz, jak ich unikać. Jednak większość ludzi, łącznie z lekarzami, wciąż nie ma o nich pojęcia.

Jeśli zrozumiesz, w jaki sposób kamienie żółciowe w wątrobie przyczyniają się do występowania lub pogarszania się prawie każdego rodzaju choroby i podejmiesz proste kroki, by je usunąć, zaczniesz mieć kontrolę nad przywracaniem sobie zdrowia i vitalności, permanentnie. Konsekwencje stosowania oczyszczania własnej wątroby (lub jeśli jesteś lekarzem, wątroby pacjenta) natychmiast przynoszą satysfakcję. Oczyszczona wątroba równa się nowe życie.

Jest wiele czynników, które mogą w ten lub inny sposób wpływać na twoje zdrowie, a większość z nich wpływa na wątrobę. Choć ważne jest zatroszczenie się o inne czynniki wywołujące chorobę, zaniedbanie wątroby byłoby niemądre i mogłoby sprawić, że wszelkie inne sposoby leczenia okazałyby się nieskuteczne.

Wątroba ma bezpośrednią kontrolę nad rozwojem i funkcjonowaniem każdej komórki w ciele. Każdego rodzaju wadliwe funkcjonowanie, niedobór lub anormalny wzorzec rozwoju są w dużej mierze spowodowane słabą wydajnością wątroby. Nawet jeśli traci ona do 60% początkowej wydolności, jej niezwykle projekt i zaradność wciąż pozwalają na *normalne* działanie, jak wskazuje *prawidłowy przedział* wartości krwi. Choć dla pacjenta i jego lekarza może to brzmieć niewiarygodnie, przesłedzenie pochodzenia większości chorób doprowadzi nas do wątroby. Pierwszy rozdział tej książki został poświęcony temu niezwykle ważnemu powiązaniu.

Wszystkie schorzenia lub objawy kiepskiego zdrowia spowodowane są jakiegoś rodzaju zastojem. Przykładowo, zablokowane naczynie włosowate nie jest w stanie dostarczać tlenu i substancji odżywczych do grupy komórek, które ma za zadanie odżywiać. Aby przetrwać, te komórki będą musiały wprowadzić konkretne środki przetrwania. Oczywiście, wiele dotkniętych tym komórek nie przeżyje *głodu* i po prostu obumrze. Jednakże inne, bardziej odporne komórki, dostosują się do tej niekorzystnej sytuacji dzięki procesowi mutacji komórek i nauczą się wykorzystywać uwięzione produkty przemiany materii, takie jak kwas mlekowy, by zaspokoić swoje zapotrzebowanie na energię. Te komórki można porównać do człowieka na pustyni, który z braku wody pije własny mocz, by przeżyć trochę dłużej, niż przeżyłby bez tego.

Mutacja komórek prowadząca do raka jest jedynie ostatnią próbą, jaką podejmuje ciało, by pomóc zapobiec śmierci z powodu przeładowania toksynami i uszkodzonej struktury organu. Choć to powszechna praktyka, przesadą jest nazywanie przewidywalnej reakcji organizmu na nagromadzenie toksycznych produktów przemiany materii i rozkładającego się materiału komórkowego *chorobą*. Niestety, ignorancja prawdziwej natury organizmu sprawiła, że wielu wierzy, iż ten determinowany instynktem mechanizm przetrwania jest *chorobą autoimmunologiczną*. Słowo „autoimmunologiczna” sugeruje, że organizm próbuje atakować sam siebie i praktycznie próbuje popełnić samobójstwo. Nie można bardziej się mylić. Oprócz innych powodów, guzy nowotworowe są skutkiem dużych zastojów w tkankach łącznych, ścianach naczyń krwionośnych i przewodów limfatycznych, które uniemożliwiają zdrowym komórkom otrzymywanie odpowiednich ilości tlenu i innych ważnych substancji odżywczych.

Wszystkie komórki rakowe są pozbawione tlenu. Aby rozpocząć leczenie i cofnąć lub naprawić uszkodzenia w dotkniętym chorobą narządzie, organizm wytwarza nowe naczynia krwionośne, by utrzymać komórki rakowe i zapobiec całkowitej niewydolności organu tak długo, jak to możliwe⁴.

Inne, bardziej oczywiste niedrożności w organizmie również mogą poważnie wpłynąć na twoje samopoczucie. Zaparcie w jelicie grubym, na przykład, uniemożliwia organizmowi wydalanie produktów przemiany materii znajdujących się w kale. Zatrzymanie masy kałowej w jelicie grubym prowadzi

⁴ Aby zrozumieć, czym naprawdę jest rak i co go powoduje, przeczytaj moją książkę *Rak to nie choroba, a mechanizm uzdrawiania*.

do powstania toksycznego środowiska w całym przewodzie pokarmowym i, jeśli sytuacja nie zostanie rozwiązana, w reszcie ciała. Przewlekłe zaparcia mogą doprowadzić do tego, że będziesz czuł się nieszcześliwy, niespokojny lub przygnębiony.

Skupiska kryształów tworzących się w nerkach z minerałów pokarmowych mogą blokować przepływ moczu w nerkach i pęcherzu, co wywołuje infekcję nerek i niewydolność nerek. Nagromadzenie osadu z minerałów w układzie moczowym może również prowadzić do zatrzymania płynów, przybierania na wadze, wysokiego ciśnienia krwi i wielu objawów chorobowych.

Gdy kwasowe, toksyczne produkty gromadzą się w klatce piersiowej i płucach, ciało reaguje wydzielaniem śluzu, by zatrzymać te trujące substancje. W rezultacie drogi oddechowe zapychają się i organizmowi brak oddechu/powietrza. Jeśli organizm już jest zatkany i zanieczyszczony toksynami, skutkiem może być infekcja płuc.

Infekcje płuc pojawiają się, by pomóc zniszczyć i usunąć wszystkie uszkodzone lub słabe komórki płuc, które w przeciwnym wypadku zaczęłyby gnić i tworzyć ropę. Długotrwałe zapchanie uniemożliwia naturalne usuwanie uszkodzonych lub słabych komórek. Jeśli zapchanie nie zostanie oczyszczone naturalnymi środkami, takimi jak kaszel lub opróżnianie, ropa może zostać uwięziona w tkance płuc. Oczywiście roznoszące infekcję bakterie będą się mnożyć, by wspierać desperackie wysiłki organizmu, by oczyścić zapchany obszar, wypełniony rozkładającymi się komórkami i niepotrzebnymi resztkami. Lekarze nazywają ten mechanizm uzdrawiania *infekcją gronkowcową* lub zapaleniem płuc.

Problemy z powrotem do zdrowia i infekcje uszu mogą być skutkiem lepkiego śluzu pełnego toksyn i/lub martwych albo żywych bakterii wnika-
jących do przewodów biegnących z gardła do uszu (trąbek Eustachiusza).

Podobnie gęstnienie krwi (sklejające się trombocyty), wywołane kwasotwórczymi pokarmami lub napojami, może ograniczać jej przepływ przez naczynia włosowate i tętnice, co prowadzi do licznych schorzeń, od prostego podrażnienia skóry, do artretyzmu, nadciśnienia, a nawet ataku serca i udaru.

Te lub podobne zatory w organizmie są bezpośrednio lub pośrednio związane z ograniczoną pracą wątroby – szczególnie z impasem spowodowanym przez kamienie żółciowe w wątrobie i woreczku żółciowym. Obecność kawałków stwardniałej żółci i innych uwięzionych organicznych lub nieorganicznych substancji w tych dwóch narządach znacznie zakłóca tak

ważne procesy, jak trawienie pokarmów, wydalenie i usuwanie szkodliwych substancji z krwi.

Dzięki odetkaniu dróg żółciowych wątroby i woreczka żółciowego 60 do 100 trylionów komórek ciała będzie w stanie *wdychać* więcej tlenu, otrzymywać wystarczające ilości składników odżywczych, skutecznie eliminować produkty przemiany materii i utrzymywać doskonałą komunikację między mózgiem, układem nerwowym, układem immunologicznym, układem endokrynnym a innymi częściami ciała.

Prawie każdy pacjent cierpiący z powodu przewlekłej choroby ma w wątrobie dużą ilość kamieni. Lekarz może to łatwo potwierdzić, jeśli zaleci przewlekłe choremu pacjentowi przeprowadzenie oczyszczenia wątroby. Niestety, dopóki nie zostanie wykryta konkretna choroba wątroby, ten ważny organ rzadko uznawany jest za winnego innych chorób.

Większość kamieni żółciowych w wątrobie składa się z tych samych nieszkodliwych elementów, które można znaleźć w płynnej żółci, gdzie głównym składnikiem jest cholesterol. Wiele kamieni składa się z kwasów tłuszczowych i innego organicznego materiału, który wylądował w drogach żółciowych. Fakt, że większość tych kamieni to zakrzepnięte grudki żółci i innej materii pochodzenia organicznego, sprawia, że są one praktycznie niewidoczne dla promieni Roentgena, technologii ultradźwiękowych oraz tomografii komputerowej (TK).

Podczas gdy u populacji na zachodniej półkuli rzadko zdarzają się zwapnione kamienie w wątrobie, u azjatyckich populacji, takich jak Japończycy i Chińczycy, zdarzają się one częściej.

Sytuacja wygląda inaczej w przypadku woreczka żółciowego, w którym do 20% wszystkich kamieni może składać się w całości z minerałów, głównie soli wapnia, kryształków cholesterolu i pigmentów żółci. Podczas gdy testy diagnostyczne z łatwością wykrywają te twarde i prawdopodobnie duże kamienie w woreczku żółciowym, często przegapiają bardziej miękkie, niezwapnione kamienie w wątrobie.

Dopiero gdy nadmierne ilości kamieni cholesterolowych (85-95% cholesterolu) lub inne grudki tłuszczu zablokują drogi żółciowe wątroby, badanie USG może wykryć to, co ogólnie nazywa się *stłuszczeniem wątroby*. W takim przypadku obraz USG pokazuje wątrobę, która jest prawie całkowicie biała (zamiast czarnej). Stłuszczone wątroba może zgromadzić do 70 000 kamieni, zanim ulegnie uduszeniu i przestanie funkcjonować.

Jeśli miałbyś stłuszczoneą wątrobę i poszedłbyś do lekarza, usłyszałbyś, że masz nadmiar tkanki tłuszczowej w wątrobie. Mniej prawdopodobne, że usłyszałbyś, iż masz *kamienie wewnątrzwątrobowe* (kamienie zatykające drogi żółciowe w wątrobie). Jak wspomniałem wcześniej, większości mniejszych kamieni w wątrobie nie da się wykryć za pomocą ultradźwięków i TK. Niemniej jednak dokładna analiza obrazów diagnostycznych przeprowadzona przez specjalistów pokazałaby, czy mniejsze przewody żółciowe w wątrobie rozszerzyły się przez zator.

Rozepchanie dróg żółciowych spowodowane przez większe i bardziej gęste kamienie lub przez skupiska kamieni łatwiej wykryć za pomocą badania rezonansem magnetycznym (RM). Jednak o ile nie ma przesłanek wskazujących na poważniejsze problemy z wątrobą, lekarze rzadko sprawdzają występowanie kamieni wewnątrzwątrobowych. Niestety, choć wątroba jest jednym z najważniejszych organów w ciele, jej zaburzenia są zbyt często niediagnozowane.

Nawet jeśli wczesne stadia stłuszczenia wątroby lub tworzenia się kamieni żółciowych w drogach żółciowych byłyby łatwo rozpoznawalne i diagnozowane, współczesne instytucje medyczne nie oferują leczenia, by ulżyć temu ważnemu organowi w ciężarze, który musi dźwigać.

Większość ludzi w rozwiniętym świecie zgromadziła w wątrobie setki, a w wielu przypadkach tysiące złogów stwardniałej żółci i tłuszczu. Te kamienie nieustannie blokują drogi żółciowe wątroby, co w ogromnym stopniu obciąża ten ważny organ i resztę organizmu.

Jeśli chodzi o skutki uboczne tych kamieni na działanie wątroby jako całości, ich skład nie ma większego znaczenia. Bez względu na to, czy ty lub twój lekarz uważacie je za zwykłe kamienie powstałe z minerałów, złogi tłuszczu czy czopy utwardzonej żółci, efektem końcowym jest to, że uniemożliwiają one niezbędnej ilości żółci dotarcie do jelit.

Ważnym pytaniem jest, jak taka prosta rzecz, jak zablokowany przepływ żółci, może spowodować tak złożone choroby, jak zastoynowa niewydolność serca, cukrzyca i rak.

Żółć jest gorzkim, zasadowym płynem żółtego, brązowego lub zielonego koloru. Pełni wiele funkcji. Każda z nich w dużym stopniu wpływa na zdrowie każdego organu i układu w ciele. Oprócz wspomagania trawienia tłuszczów, wapnia i białek, żółć potrzebna jest, by utrzymywać normalne poziomy tłuszczu we krwi, usuwać toksyny z wątroby, pomagać utrzymywać

właściwą równowagę kwasowo-zasadową w jelitach i powstrzymywać mnożenie się szkodliwych bakterii w jelicie grubym.

Żółć zapobiega rakowi i chorobom serca, dwóm głównym przyczynom śmierci – i prawdopodobnie je leczy! Waga żółci dla zachowania dobrego zdrowia nie jest jeszcze w pełni znana, przynajmniej nie przez medycynę głównego nurtu. Jednak piętrzą się dowody naukowe, które sugerują, że barwniki żółci, bilirubina i biliwerdyna, które nadają jej kolor, odgrywają niezwykle ważną rolę fizjologiczną u ludzi.

Według badania opublikowanego w 2008 roku w prestiżowym czasopiśmie medycznym *Mutation Research*, barwniki żółci mają silne właściwości przeciwmutagenne⁵. Badacze stwierdzili, że w przeszłości pigmenty żółci, a szczególnie bilirubina, uważane były za bezużyteczne produkty uboczne katabolizmu (rozpadu) hemu⁶, które mogą być toksyczne, gdy się nagromadzą. „Jednakże w ciągu ostatnich dwudziestu lat przeprowadzono wiele badań sprawdzających fizjologiczne znaczenie barwników żółci, a dowody sugerują, że barwniki żółci mają znaczące właściwości przeciwutleniające i przeciwmutagenne” – podsumowano w badaniu.

Lekarze mają tendencję do siania paniki, gdy kolor twojej skóry lub oczu robi się żółty (żółtaczka). Nie powiedzą ci, że w rzeczywistości twój organizm pozbywa się toksycznych rodników nadtlenkowych i wielu rodzajów mutagenów (policyklicznych węglowodorów aromatycznych, amin heterocyklicznych i utleniaczy), wszystkich substancji chemicznych, o których wiadomo, że zamieniają komórki w nowotworowe. Mówiąc inaczej, czasami ciało zdaje się sprawiać, że jesteś chory, abyś mógł naprawdę wyzdrowieć.

Uważam, że te odkrycia są jednymi z najważniejszych odkryć w dziedzinie medycyny; czymś, co większość starożytnych systemów medycyny (licząca sobie 6000 lat ajurweda) wiedziała od dawna. Żółć, o ile nie zostanie uwięziona przez kamienie w drogach żółciowych lub przez kamienie w woreczku żółciowym, może zapobiegać mutowaniu zdrowych komórek w komórki nowotworowe. Właściwie badania wykazały, że u ludzi z wyższym stężeniem bilirubiny i biliwerdyny w organizmie rzadziej występują nowotwory i schorzenia układu krążenia.

⁵ *Mutation Research*, styczeń – luty 2008 r.; 658(1-2):28-41. E-wydanie – 18 maja 2007 r. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17602853>).

⁶ Składnik hemoglobiny, czerwony pigment we krwi.

Według badań japońskich, zwiększony poziom barwników żółci podczas żółtaczki może rozwiązać utrzymującą się, trudną do kontrolowania astmę spowodowaną ostrym zapaleniem wątroby typu B⁷.

Naturalnie te i podobne badania nasuwają pytanie, czy to, co nauka medyczna uważa za choroby, może w rzeczywistości być złożonymi próbami przetrwania i wyzdrowienia organizmu. Podczas leczenia i osłabiania lekami farmaceutycznymi wysiłki organizmu w dążeniu do wyzdrowienia mogą zostać całkowicie przekreślone. Zamiast prowadzić lekową wojnę z ciałem, możemy równie dobrze je wspierać poprzez usuwanie niepotrzebnych nagromadzonych zatorów. Biorąc pod uwagę niezwykle ważną rolę, jaką żółć i jej składniki odgrywają w ciele, dbanie o jej nieograniczony, swobodny przepływ ma wielki sens.

Aby zachować silny i zdrowy układ trawienny, zapobiegać mutowaniu komórek, szkodom wyrządzonym przez utlenianie i dostarczać komórkom ciała odpowiedniej ilości składników odżywczych, wątroba musi wyprodukować prawie 0,95–1,4 litra żółci dziennie. Mniejsza jej ilość powoduje problemy z trawieniem jedzenia, wydalaniem produktów ubocznych przemiany materii i nieustannym oczyszczaniem krwi z toksyn. Wielu ludzi wytwarza jedynie szklankę żółci dziennie, a nawet mniej. Jak zobaczymy w tej książce, prawie wszystkie problemy zdrowotne są bezpośrednią lub pośrednią konsekwencją zmniejszonej dostępności żółci.

Ludzie z przewlekłymi chorobami często mają kilka tysięcy kamieni żółciowych zatykających drogi żółciowe wątroby. Niektóre kamienie mogą się również uformować w woreczku żółciowym. Dzięki usunięciu tych kamieni z organów poprzez serię oczyszczeń wątroby oraz utrzymywanie zrównoważonej diety i stylu życia wątroba i woreczek żółciowy mogą powrócić do początkowej wydajności, a większość objawów dyskomfortu lub choroby może zacząć ustępować. Możesz odkryć, że uporczywe alergie osłabną lub znikną. Ból pleców rozproszy się, a energia i samopoczucie zaczną się poprawiać.

Opróżnianie drogi żółciowej wątroby z kamieni jest jedną z najważniejszych i najpotężniejszych procedur, które możesz zastosować, by poprawić i odzyskać zdrowie.

Z tej książki nauczysz się, jak bezboleśnie usunąć do kilkuset kamieni. Rozmiar kamieni rozciąga się od wielkości łebka szpilki do małego orzecha włoskiego, a w niektórych rzadkich przypadkach – do piłki golfowej. Wła-

⁷ Tohoku J., Exp. Med., marzec 2003 r.; 199(3):193-6.

ściwe oczyszczanie wątroby odbywa się w okresie krótszym niż 14 godzin i można je wygodnie wykonać podczas weekendu w domu.

Rozdział 1. szczegółowo wyjaśnia, dlaczego obecność kamieni żółciowych w drogach żółciowych, zarówno w wątrobie, jak i poza nią, można uznać za największe ryzyko zdrowotne, które może spowodować prawie każdą groźną i niegroźną chorobę.

W rozdziale 2. będziesz mógł zidentyfikować oznaki, znaki i objawy, które wskazują na obecność kamieni w wątrobie lub w woreczku żółciowym.

Rozdział 3. zajmuje się możliwymi przyczynami kamieni żółciowych.

W rozdziale 4. nauczysz się właściwej procedury pozbywania się kamieni z wątroby i woreczka. Zasadniczo składa się ona z trwającego 6 dni okresu przygotowania, podczas którego kamienie są zmiękczone, i z właściwej procedury oczyszczania, która obejmuje picie mikstury z oliwy z oliwek oraz soku cytrusowego.

Rozdział 5. zawiera wskazówki, co możesz zrobić, by zapobiec tworzeniu się nowych kamieni.

Rozdział 6., *Czego możesz się spodziewać po oczyszczaniu wątroby i woreczka żółciowego*, opisuje niektóre możliwe korzyści zdrowotne tego niezwyklego narzędzia samopomocy.

Rozdział 7. zajmuje się wieloma błędnymi przekonaniem, które laicy oraz lekarze wciąż żywią odnośnie do oczyszczania wątroby, oraz fałszywymi informacjami rozpowszechnianymi przez tych, którzy mają żywotny i finansowy interes w powstrzymywaniu ludzi przed oczyszczaniem wątroby i aktywnym troszczeniem się o własne zdrowie.

Co więcej, możesz przeczytać, co inni mają do powiedzenia o swoich doświadczeniach z oczyszczaniem wątroby na mojej stronie www.ener-chi.com, gdzie znajdziesz również listę najczęściej zadawanych pytań dotyczących oczyszczania wątroby.

Abyś jak najwięcej zyskał dzięki tej procedurze i abyś bezpiecznie ją przeprowadził, zachęcam cię do przeczytania całej książki przed przystąpieniem do oczyszczania.

Oprócz podania ci wszystkich informacji, których będziesz potrzebował, aby bezpiecznie i dokładnie oczyścić wątrobę i woreczek żółciowy oraz przywrócić zdrowie układowi trawiennemu, to nowe wydanie pełne jest niezbędnych informacji dotyczących dbania o wiele ważnych aspektów twojego zdrowia i samopoczucia.

Możesz zapytać: „Jak działa oczyszczanie wątroby i woreczka żółciowego?”. Proces jest właściwie dość prosty. Jego oczyszczający efekt wywołany jest przez przyjmowanie mikstury z oliwy, powodującej natychmiastowe i szybkie uwolnienie żółci z wątroby i woreczka żółciowego. Potok żółci zabiera ze sobą wszelkie toksyny, kamienie cholesterolowe z wątroby i zwapniane kamienie z woreczka żółciowego, jeśli takie występują. Zarówno wątroba, jak i woreczek żółciowy uwalniają toksyny i kamienie do wspólnych dróg żółciowych.

Procedura oczyszczania obejmuje również przyjęcie kilku dawek siarczanu magnezu (soli Epsom), który rozluźnia przewody żółciowe i rozszerza je podczas procesu uwalniania, a jednocześnie umożliwia swobodne przejście kamieni przez jelita⁸. Kamienie wnikają do dwunastnicy (pierwszej części jelita cienkiego), gdzie wspólne przewody żółciowe wątroby i woreczka żółciowego łączą się z przewodem trzustki. Stąd kamienie i toksyny wędrują do jelita grubego w celu wydalenia.

Ilustracja na okładce książki jest częścią serii naenergetyzowanych obrazów olejnych, znanych jako Sztuka Ener-Chi, które stworzyłem, aby pomóc przywrócić energię siły życiowej (chi) we wszystkich organach i układach ciała. Fotografia tego konkretnego obrazu pomaga przywrócić dopływ chi do wątroby i woreczka żółciowego.

Niestety, cyfrowe wydruki, takie jak ten przedstawiony na okładce książki, nie mają takiego samego wpływu, choć dają pewne korzyści. (Aby zamówić fotografie, zobacz *Inne książki i produkty Andreasa Moritzza*). Patrzenie na ten obraz przez przynajmniej 30 sekund albo jeszcze dłużej – przed oczyszczaniem, czasami w jego trakcie – energetyzuje te dwa organy i może pomóc ci w procesie oczyszczania i odmładzania ich. Jednakże obraz nie jest niezbędny, by osiągnąć wspaniałe rezultaty.

Życzę ci ogromnych sukcesów w twojej podróży do osiągnięcia nieustannego stanu zdrowia, szczęścia i witalności, na który zasługujesz!

⁸ An Analysis of the Reaction of the Human Gall Bladder and Sphincter of Oddi to Magnesium Sulfate. *Surgery* 1943; 13:723-733. Ten wpływ wykazano również w badaniu opublikowanym w *American Journal of Digestive Diseases*; w tomie 9, nr 5, 162-165, DOI: 10.1007/BF02997291.

Rozdział 1.

*Skuteczne trawienie pokarmu chroni cię przed większością chorób;
słabe trawienie powoduje niekończący się cykl chorób i cierpienia.*

Kamienie żółciowe w wątrobie: ogromne ryzyko dla zdrowia

Pomyśl o wątrobie jak o dużym mieście z tysiącami domów i ulic. Pod ziemią biegną rury doprowadzające wodę, olej i gaz. System kanalizacyjny i śmieciarki usuwają odpady z miasta. Linie wysokiego napięcia dostarczają energię do domów i firm. Fabryki, systemy transportu, sieci komunikacyjne i sklepy zaspokajają codzienne wymagania mieszkańców.

Organizacja miejskiego życia jest taka, że może zapewnić wszystko, czego miasto potrzebuje do istnienia populacji. Ale gdy wielki strajk, przerwa w dostawie energii elektrycznej, niszczycielskie trzęsienie ziemi lub przerażający atak terroryzmu, jak ten, którego świadkami byliśmy 11 września 2001 roku w Nowym Jorku, nagle sparaliżują życie miasta, populacja zacznie cierpieć z powodu poważnych braków we wszystkich tych ważnych sektorach.

Tak jak infrastruktura miasta, wątroba pełni setki różnych funkcji i jest połączona z każdą częścią ciała. W każdym momencie dnia ten ważny organ zaangażowany jest w wytwarzanie, przetwarzanie i dostarczanie ogromnych ilości składników odżywczych do 60-100 trylionów mieszkańców (komórek) ciała. Każda komórka jest, sama w sobie, mikroskopijnym miastem o ogromnej złożoności, które generuje biliony reakcji biochemicznych na sekundę.

Aby utrzymać niezwykle różnorodne aktywności wszystkich komórek ciała bez zakłóceń, wątroba musi dostarczać stały i nieprzerwany strumień składników odżywczych, enzymów i hormonów. Ze swoim skomplikowa-

nym labiryntem żył, przewodów i wyspecjalizowanych komórek, wątroba musi być całkowicie drożna, aby zachować bezproblemową linię produkcyjną i doskonały system dystrybucji po ciele.

Wątroba jest nie tylko głównym organem odpowiedzialnym za rozpraszanie i regenerowanie zapasów paliwa ciała, jej aktywność obejmuje również rozkładanie złożonych substancji chemicznych oraz syntezę białek.

Wątroba działa jako urządzenie filtrujące lub oczyszczające krew; dezaktywuje ona nawet ograniczoną ilość hormonów, alkoholu i leków farmakologicznych. Jej zadaniem jest modyfikowanie tych biologicznie aktywnych substancji, aby traciły swój potencjalnie szkodliwy wpływ – proces ten znany jest jako odtruwanie. Wyspecjalizowane komórki w naczyniach krwionośnych wątroby (komórki Kupffera) pozbywają się szkodliwych elementów i infekcyjnych organizmów docierających do wątroby z wnętrzości. Wątroba wydała będące skutkiem tego działania niepotrzebne materiały za pomocą sieci dróg żółciowych.

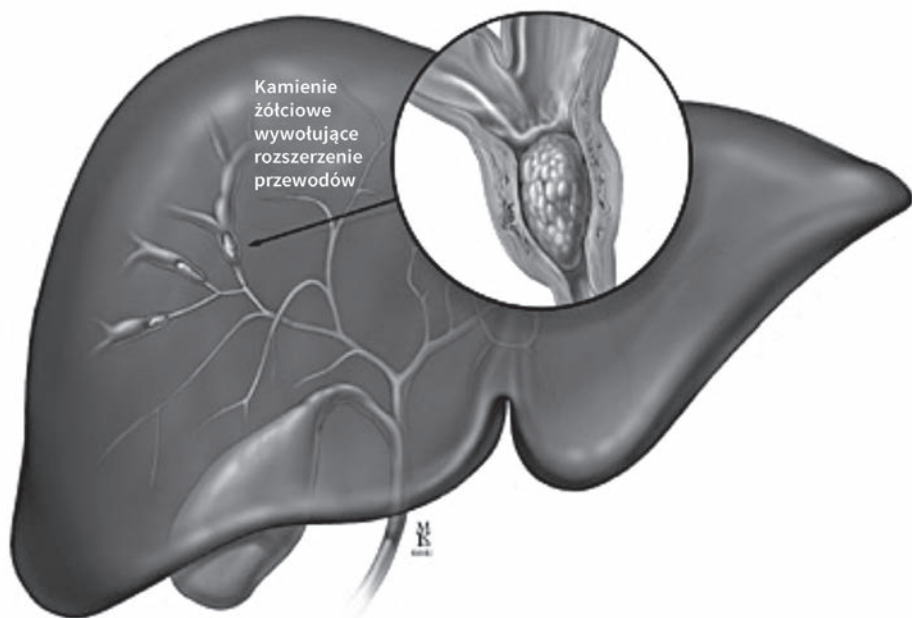
Zdrowa wątroba otrzymuje i filtruje ponad 1,4 litra krwi na minutę i wytwarza od 0,95 do prawie 1,4 litra żółci dziennie. To zapewnia gładki i sprawny przebieg wszystkich działań wątroby i reszty ciała. Jak dowiesz się z tej książki, oporne kamienie żółciowe w drogach żółciowych znacznie podkopują zdolność wątroby do odtruwania wszelkich dostarczanych z zewnątrz i wytwarzanych wewnątrz szkodliwych substancji we krwi. Te kamienie również uniemożliwiają wątrobie dostarczanie odpowiednich ilości składników odżywczych i energii do odpowiednich miejsc w ciele w odpowiednim czasie. To zakłóca delikatną równowagę w ciele, znaną jako *homeostaza*, co prowadzi do zakłócenia działania jego układów i nadmiernego obciążenia jego organów.

Wyraźnym przykładem takiej zakłóconej równowagi jest zwiększone stężenie hormonów endokrynnych, estrogenu i aldosteronu, we krwi. Te hormony, wytwarzane zarówno u mężczyzn, jak i u kobiet, są odpowiedzialne za odpowiednią ilość soli i zatrzymywanie wody. Gdy kamienie zatykają woreczek żółciowy i drogi żółciowe wątroby, te hormony mogą nie być odpowiednio rozkładane i odtruwane. Co za tym idzie, ich stężenie we krwi rośnie do anormalnych poziomów, a to powoduje puchnięcie tkanek i zatrzymanie wody. Większość onkologów uważa, że podwyższone poziomy estrogenu są główną przyczyną raka piersi u kobiet. U mężczyzn wysoki

poziom tego hormonu może prowadzić do nadmiernego rozrostu tkanki piersiowej i przybierania na wadze.

Ponad 85% populacji Ameryki ma nadwagę lub jest otyłe. Mężczyźni, kobiety i dzieci w tym stanie cierpią z powodu zatrzymania płynów (ze stosunkowo niewielkim nagromadzeniem tłuszczu). Zatrzymane płyny pomagają unieruchamiać i neutralizować trujące substancje, których wątroba nie może już dłużej skutecznie usuwać z ciała. Jednak ten szpecący skutek uboczny pomaga osobie otyłej lub z nadwagą zapobiec dużemu kryzysowi toksyczności – a nawet go przetrwać – który w przeciwnym wypadku mógłby doprowadzić do ataku serca, raka lub poważnej infekcji.

Problem z przedłużającym się zatrzymaniem płynu w tkankach jest jednak taki, że toksyny i inne szkodliwe resztki (produkty przemiany materii i materiał martwych komórek) gromadzą się w różnych częściach ciała i jeszcze bardziej zatykają drogi krążenia i wydalania. Gdy pojemność magazynowania toksyn i produktów przemiany materii zostaje przekroczona, zaczynają się pojawiać objawy chorób. Te objawy jedynie wskazują, że ciało desperacko próbuje naprawić brak równowagi i wyzdrowieć.



Ilustracja 1a: Kamienie żółciowe (kamienie wewnątrzwątrobowe)
(Dzięki uprzejmości Uniwersytetu Johna Hopkina)

Alternatywy dla soku jabłkowego/soku wiśniowego

Jeśli z jakiegoś powodu nie tolerujesz soku jabłkowego lub soku wiśniowego, możesz zastąpić je jedną z poniższych substancji lub stosować je wymiennie, to jest jedną opcję jednego dnia i inną następnego, itd. Przedstawiłem różne opcje, ponieważ nie każdy może znaleźć je w swoim kraju lub okolicy.

1. **Czysty kwas jabłkowy** bardzo dobrze rozpuszcza zastaną żółć i sprawia, że kamienie są bardziej miękkie. Unikaj kapsułek kwasu jabłkowego, szczególnie jeśli zawierają inne składniki. Ważne jest, aby kwas jabłkowy był dobrze rozpuszczony i rozcieńczony przed spożyciem. Weź około jednej łyżeczki kwasu jabłkowego (5-6 g) i rozpuść w około 0,75-1 litra lub więcej wody w temperaturze pokojowej. Każdego dnia przygotowań pij małe ilości tego roztworu w ciągu dnia. Kwas jabłkowy w proszku (który nie jest zmieszany z magnezem ani z innymi składnikami) jest niedrogi i można go kupić przez internet lub w sklepach ze zdrową żywnością. Wszystkie winiarnie używają go do robienia wina (zobacz *Informacje o produktach* na końcu tej książki). Ta opcja szczególnie służy cukrzykom i osobom z problemami z drożdżakami.
2. **Sok żurawinowy** również zawiera kwas jabłkowy i może być używany zamiast soku jabłkowego lub soku wiśniowego. Zmieszaj 0,5 litra niesłodzonego soku z żurawiny z 0,25-0,5 litra wody i pij w ciągu dnia przez 6 dni. Zamiast wody możesz połączyć go z taką samą ilością soku jabłkowego. Stosowanie soku żurawinowego codziennie, przez 2-3 tygodnie przed oczyszczaniem wątroby, daje dodatkowe korzyści.
3. **Ekologiczny ocet jabłkowy** jest inną dobrą alternatywą, ponieważ pozbawiony jest cukru i bogaty w kwas jabłkowy. Połącz 90 ml octu z 0,75-1 litra wody i pij w ciągu dnia przez 6 dni. Jednak jeśli masz problem z nadmiarem drożdży *Candida*, uważaj, ponieważ ocet może zaostrzyć dolegliwość.
4. **Nalewka z tojeści i przewiercenia** (Gold Coin Grass & Bupleurum) również skutecznie zmiękcza kamienie żółciowe i dlatego może być stosowana jako krok w przygotowaniu do oczyszczania wątroby, choć by zadziałać, może potrzebować trochę więcej czasu niż sok jabłkowy, sok wiśniowy czy roztwór kwasu jabłkowego. Prawidłowa dawka nalewki to

1 łyżka stołowa (15 ml) raz dziennie na pusty żołądek, około 30 minut przed śniadaniem. Trzymaj się tego przez 8-9 dni przed dniem oczyszczania wątroby. Z tych dwóch ziół zwykle robi się nalewkę sprzedawaną jako Gold Coin Grass (GCG), w butelkach o pojemności 220 ml (zobacz *Informacje o produktach* na końcu książki).

Uwaga: Nalewka GCG jest szczególnie pomocna tym, którzy mają trudności z wydalaniem kamieni podczas pierwszego oczyszczania wątroby i/lub nie mają pęcherzyka żółciowego. W obu przypadkach może być używana dodatkowo do każdej innej opcji.

5. **Kwas ortofosforowy (75%).** Przyjmuj 30 kropli dziennie, przez 3 do 4 dni i stopniowo zwiększaj dawkę do 50 kropli dziennie przez dodatkowe 10 dni. Wykonaj oczyszczanie wątroby 14. dnia. Każda dawka 30 kropli zawiera 390 mg kwasu ortofosforowego. Najlepiej rozcieńczyć krople w 0,5 litra wody i pić w ciągu dnia.

Używaj tylko prawdziwej oliwy extra virgin

Miej świadomość, że niektóre marki oliwy z oliwek nie są w rzeczywistości stuprocentową czystą oliwą z oliwek, co może powodować nietolerancję. Upewnij się, że do oczyszczania wątroby używasz 100% czystej oliwy z oliwek extra virgin. Zwykle jeśli oliwa z oliwek ma na etykiecie napisane *oliwa z oliwek extra virgin* oznacza to, że jest to bezpieczny wybór, ale mimo to przeczytaj dokładnie etykietę. Powinna ona wskazywać, że oliwa nie została połączona z innymi olejami.

Niestety, w niektórych krajach butelki z oliwą z oliwek są sprzedawane jako 100% oliwa z oliwek extra virgin, co może być prawdą, ale dodatkowo, oprócz czystej oliwy z oliwek mogą zawierać do 80% oleju sojowego lub innych tanich olejów gorszej jakości. To stara sztuczka, która pozwala producentom sprzedawać ich marki niedrogo z etykietą oliwa z oliwek extra virgin.

Prawdziwa oliwa ma zielonkawy kolor i jest stosunkowo droga. Unikaj oliwy z oliwek, która sprzedawana jest w plastikowych butelkach lub puszkach. Zadbaj o bezpieczeństwo i kup droższą markę, importowaną z Włoch, Grecji lub Hiszpanii.

Ekologiczna oliwa z oliwek ma najlepszy smak. Jeśli wciąż nie jesteś pewien co do jej autentyczności, przetestuj ją za pomocą testu mięśniowego

(kinezyologicznego)²⁰². Oliwa z oliwek połączona z gorszymi olejami bardzo osłabi twoje mięśnie ramienia.

Czy głódówka podczas przygotowania do oczyszczania to dobry pomysł?

Choć niektórzy ludzie, którzy powstrzymują się od jedzenia podczas przygotowań do oczyszczania wątroby, skutecznie wydalili kamienie, nie polecam tego, oprócz głódówki po 14:00 6. dnia przygotowań do poranka 7. dnia. Aby usunąć jak najwięcej kamieni, najlepiej utrzymać wydzielanie żółci i stymulować je podczas fazy przygotowań, by wystarczyło jej do właściwego czyszczenia. Gdy pościsz, wydzielanie żółci znacznie zwalnia, a żółć w woreczku żółciowym może nawet wyschnąć, co w rzeczywistości uniemożliwi kamieniom żółciowym opuszczenie go. Jednak poszczenie od 14:00 pomaga zaoszczędzić i zgromadzić całą niez użytą żółć na oczyszczenie o 22:00. Przez prawie dwie dekady pracy z oczyszczaniem odkryłem, że ten reżim jest najbardziej skuteczny.

Masz problemy z oczyszczaniem?

Problemy ze snem w nocy oczyszczania

Choć większość ludzi przesypia noc oczyszczania wątroby, niektórzy ludzie nie mogą spać. Jeśli zwykle śpisz lekko, możesz, razem z mieszanką oliwy i soku z cytryny, wziąć 4-8 kapsułek ornityny. To pomoże ci spać spokojnie. Ornityna nie wywołuje skutków ubocznych.

Nietolerancja soli Epsom

Jak wspomniałem wcześniej, po wypiciu soli Epsom możesz spróbować wziąć kilka łyków wody, by neutralizować gorzki smak w ustach, lub dodać odrobinę soku z cytryny, żeby poprawić smak. Dodanie małej ilości soku

²⁰² Dostępnych jest wiele książek i filmów, które nauczą cię, jak stosować tę prostą metodę badania. Test mięśniowy (kinezyologiczny) może powiedzieć ci natychmiast, czy dany pokarm jest dla ciebie odpowiedni, czy nie. Dokładny opis tej procedury znaleźć można również w mojej książce *Ponadczasowe tajemnice zdrowia i odmładzania*.

jabłkowego i wypicie mieszanki przez dużą słomkę może ułatwić wypicie. Równie dobrze działa zatkanie nosa podczas picia i popicie soli małą ilością wody. Wielu osobom pomaga też umycie zębów po wszystkim lub przepłukanie ust sodą.

Jeśli masz alergię na sól Epsom (siarczan magnezu) lub po prostu jej nie tolerujesz (wymiotujesz) nawet po zastosowaniu powyższych środków, możesz użyć cytrynianu magnezu. Sprawdź, czy nie masz alergii na cytrynian magnezu: weź, powiedzmy, ¼ łyżeczki i rozpuść ją w filiżance wody. Wypij to na pusty żołądek i jeśli nie będzie żadnej reakcji (jak w przypadku soli Epsom), to nie powinno być problemów, jeśli użyjesz go przy oczyszczaniu wątroby. Bardzo rzadko zdarza się, aby ktoś był uczulony na magnez, ponieważ większość naturalnych produktów go zawiera, jednak w przypadku siarczanu jest większa szansa reaktywności, cytrynian jest problematyczny jedynie dla ludzi, którzy są uczuleni na cytrusy lub cytrynian.

O ile mi wiadomo, nigdy nie przeprowadzono badania, które wykazałoby, że cytrynian może rozszerzyć i rozluźnić przewody żółciowe tak dobrze, jak sól Epsom, jednak ci, którzy użyli go podczas oczyszczania wątroby, twierdzą, że jest tak samo skuteczny. Przypisuję to wpływowi magnezu na rozluźnianie nerwów i mięśni. Cytrynian magnezu jest dostępny w większości aptek.

Dodaj 4 łyżeczki cytrynianu magnezu do 710 ml przefiltrowanej wody w słoiku. Jeśli znajdziesz go w formie płynnej, zwykle dostępnej w butelkach o pojemności 250 ml, kup 3 butelki i podziel je na 4 porcje, po 180 ml każda. Wypij 180 ml na 4 razy o określonych porach, popijając szklanką wody. Cytrynian ma cytrynowy smak i nie jest gorzki, jak sól Epsom.

Nie polecam przyjmowania soli Epsom ani cytrynianu magnezu w formie kapsułek. Sole wymagają należytego rozpuszczenia w odpowiedniej ilości wody, by uniknąć podrażnienia i osiągnąć właściwe i trwałe rozluźnienie przewodów żółciowych, a także konieczny efekt przeczyszczający.

Zastrzeżenia do spożywania soli Epsom

Niektórzy ludzie przeczytali w Internecie, że sól Epsom jest niebezpieczna. Jednak łatwo im winić sól Epsom za problemy zdrowotne, jakie mają, żeby nie musieć wprowadzać niewygodnych zmian w diecie lub stylu życia.

Przykładowo, jeśli człowiek cierpi na przewlekłą dolegliwość serca, nie powinien za nie winić naturalnej soli, tylko przyjrzeć się potwierdzonej przy-

czynie, takiej jak leki nasercowe, statyny, ostry stres w domu lub w pracy, przewlekła niedrożność naczyń limfatycznych, jedzenie mięsa, picie alkoholu i palenie tytoniu, niedobór snu i niezdrowy styl życia. Jeśli taka osoba, powiedzmy, cierpi również z powodu zapać i przyjmuje sól Epsom, by poczuć ulgę, stwierdzenie, że choroba serca spowodowana jest solą Epsom jest przesadzone. Równie dobrze można powiedzieć, że pomimo przyjmowania soli Epsom człowiek miał atak serca (z wielu powodów). Jednak niektórzy ludzie wciąż wolą winić coś naturalnego niż nieskuteczność leczenia konkretnej dolegliwości.

Pracuję z solą Epsom od ponad 40 lat i nigdy nie widziałem, żeby stosowana jako część oczyszczenia wątroby i na pusty żołądek, zrobiła komuś jakąkolwiek krzywdę. Jak w przypadku wszystkiego innego, nie można stosować soli Epsom beztrudno. Choć woda jest nam niezbędna do przetrwania, picie jej w zbyt dużych ilościach może spowodować zatrucie wodą i śmierć. Podobnie tlen, bez którego nie możemy żyć, jeśli jego poziom w powietrzu jest wyższy niż normalnie, możemy z tego powodu umrzeć. Człowiek może używać prawie wszystkiego, co jest naturalne i zdrowe, a jednak użyć tego, by popełnić samobójstwo.

Niemniej jednak, w soli Epsom nie ma nic szkodliwego. To naturalnie występujący minerał, znajdujący się w wodzie źródłanej, zawierający magnez, siarkę i tlen, o wzorze $MgSO_4$. Magnez jest niezbędnym minerałem, używanym w setkach biologicznych procesów. Siarka jest równie ważna. Wszystkie komórki potrzebują siarki do normalnego funkcjonowania. Zasadniczo siarczan znajduje się wśród najważniejszych makroelementów w komórkach i enzymach. Organiczny związek siarki jest składnikiem wszystkich białek. Bez niej nie mielibyśmy skóry, włosów ani paznokci na naszym ciele i cierpielibyśmy z powodu przewlekłego stanu zapalnego, defektów mózgu i serca (zobacz *Spożywaj jonowe, niezbędne minerały* i *Regularnie korzystaj z promieni słonecznych*).

Dwa główne elementy rozpuszczają się w roztworze, co oznacza, że rozpadają się i rozdzielają w płynie, co łatwo zauważyć, gdy umieścisz sól w wodzie. Żaden z tych minerałów, ani magnez, ani siarczan, nie powoduje problemów zdrowotnych. Przeciwnie.



ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:

www.wydawnictwovital.pl



RAK TO NIE CHOROBA A MECHANIZM UZDRAWIANIA

Andreas Moritz



Czy wiesz, że stosowane powszechnie zabiegi przeciwnowotworowe zabijają więcej osób, niż ratują, a większość ludzi nie rozumie znaczenia raka? Autor tej książki chce cię uświadomić: nowotwór nie jest wyzwaniem dla twojego życia, a próbą ocalenia go. Dzięki informacjom z tej książki możesz odzyskać zdrowie, wykorzystując szereg naturalnych i alternatywnych metod leczenia raka. Poznasz cudowny lek, czyli kurkuminę, ćwiczenia fizyczne i dietę. Zrozumiesz, dlaczego objawy menopauzy zabezpieczają przed rakiem piersi i jak istotne jest wysypianie się. Dowiesz się, czym jest graviola, MMS i inne preparaty

wzmacniające organizm oraz odporność. Poznasz ashwagandhę, ziołolecznictwo Indian Ojibwa, zioła na odporność, rośliny lecznicze i inne terapie medycyny naturalnej. Rak – nowe spojrzenie, nowe szanse.

KONIEC CHORÓB SERCA!

Andreas Moritz



Czy wiesz, że sto lat temu choroby serca należały do rzadkości? Teraz zbierają obfite żniwo nie tylko w Stanach Zjednoczonych ale również w Polsce. Według statystyk w 2013 roku choroba wieńcowa odebrała życie aż 41 tys. Polaków, drugie miejsce zajmują choroby naczyń mózgowych – 33 tys., zawał zaś 15 tys.

Dzięki tej książce poznasz podłoże problemów kardjologicznych, odkryjesz rolę antybiotyków w niewydolności serca oraz dowiesz się jaki wpływ na organizm mają statyny. Autorytet medycyny naturalnej i autor światowych bestsellerów, rozwieje mit „złego” cholesterolu oraz zwróci Twoją uwagę na czynniki chorobotwórcze niezwiązane z żywieniem np. niedostatek wsparcia społecznego, brak satysfakcji z pracy czy poczucie nieszczęścia. Porady od serca!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.vitalni24.pl tel. 85 654 78 35



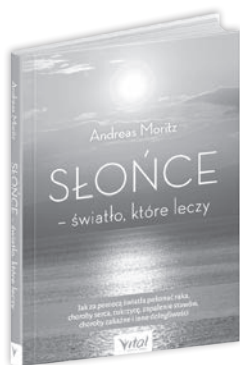
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:

www.wydawnictwovital.pl



SŁOŃCE – ŚWIATŁO, KTÓRE LECZY

Andreas Moritz

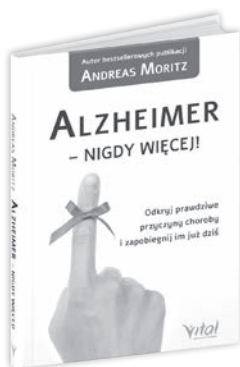


Powszechnym nieporozumieniem jest obwinianie słońca o raka skóry czy starzenie się. Ta publikacja udowadnia, że witamina D, produkowana w skórze w reakcji na promienie słoneczne, utrzymuje wydajność układu odpornościowego, zapobiega osteoporozie i utracie masy kostnej oraz cofa liczne formy raka i wiele innych poważnych chorób. Światło słoneczne jest najpotężniejszym źródłem życia na naszej planecie i idealnym panaceum zwiększającym skuteczność praktycznie każdej metody uzdrawiania. W przeciwieństwie do leków farmaceutycznych, zabiegów chirurgicznych czy naświetlania, nic nie kosztuje,

nie niesie ze sobą żadnych efektów ubocznych i sprawia, że czujesz się znakomicie. Autor wyjaśnia, jak zdrowo i bezpiecznie korzystać z tego bezcennego daru natury. Zdrowie jasne jak słońce!

ALZHEIMER - NIGDY WIĘCEJ!

Andreas Moritz

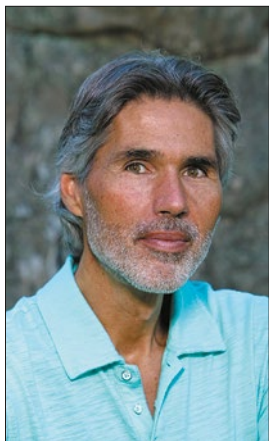


Autor udowadnia, że możesz zapobiec Alzheimerowi stosując skuteczne sposoby podane w tej publikacji. Dzięki niej poznasz duchowe i emocjonalne podłoże tej choroby, a także przyczyny środowiskowe, które ją wywołują. Skorzystasz z technik stymulujących mózg i odkryjesz jego uzdrawiającą siłę. Zaczнешz praktykować jogę i medytację, a także wprowadzisz do swojego życia inne formy aktywności fizycznej. Będziesz się zdrowo odżywiać, zadbasz o odpowiednią ilość witamin, nawodnienie i utrzymanie prawidłowej wagi. Wyeliminujesz toksyny w swoim otoczeniu, a także pozbędziesz

się ich ze swojego organizmu. Zrozumiesz związek innych chorób z powstawaniem Alzheimera, a także ograniczysz negatywny wpływ sprzętu elektronicznego. Powiedz Alzheimerowi NIE!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.vitalni24.pl tel. 85 654 78 35



Andreas Moritz to jeden z czołowych ekspertów w dziedzinie medycyny naturalnej na świecie i autor międzynarodowych bestsellerów. Przez ponad 30 lat nauczał zasad ajurwedy, jogi, medytacji i zdrowego odżywiania. Zgłębił również metody irydologii, shiatsu i terapii fal. Dzięki holistycznemu podejściu do uzdrawiania pomógł w osiągnięciu zdrowia wielu osobom w końcowych stadiach chorób, w przypadku których konwencjonalne metody leczenia okazały się nieskuteczne.

Kamienie żółciowe są odpowiedzialne za powstawanie wielu poważnych chorób. Zanim rozwiną się w pełnoobjawowe schorzenie, dają wiele oznak w zmianach wyglądu skóry, nosa, oczu, jamy ustnej, dłoni, paznokci oraz stóp. Tymczasem każdy może nie tylko samodzielnie się zdiagnozować, ale również wyeliminować to zagrożenie z własnego organizmu w domowym zaciszu.

Jak to zrobić? Odpowiedź znajdziesz w tym międzynarodowym bestsellerze. W znacznie rozszerzonej wersji swojego największego dzieła, Autor ujawnia prawdziwe skutki obecności kamieni żółciowych powodujących zatory w wątrobie. Poza zapewnieniem praktycznych procedur oczyszczania wątroby, pęcherzyka żółciowego, nerek i jelit, wyjaśnia genezę chorób oraz sposoby zapobiegania im i cofania skutków.

Nie ryzykuj – oczyść wątrobę już dziś!

Więcej o książce na stronie [wydawcy](#)



Książkę możesz kupić w [sklepie](#)

