

Przedmowa dr Alejandro Junger

Anthony William

Boski lekarz



Sekrety leczenia chorób
przewlekłych i niewyjaśnionych



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

Boski
lekarz

Przedmowa dr Alejandro Junger

Anthony William

Boski lekarz

Sekrety leczenia chorób
przewlekłych i niewyjaśnionych

Słuchaj Radia Hay House na
www.hayhouseradio.com



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz
PROJEKT OKŁADKI: Aleksandra Lipińska
TLUMACZENIE: Grzegorz Ciecieląg

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2016
ISBN 978-83-7377-763-7

Tytuł oryginału: MEDICAL MEDIUM
Copyright © 2015 by Anthony William
Originally published in 2015 by Hay House, Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2015
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana
ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych,
kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Niniejszej pracy nie należy traktować jako zbioru porad medycznych, a opisane na jej kartach techniki
nie powinny zastępować profesjonalnych metod diagnostycznych stosowanych w leczeniu chorób,
w tym schorzeń natury emocjonalnej. Autor pragnie jedynie podzielić się ze swoimi czytelnikami
z gromadzoną wiedzą oraz informacjami natury ogólnej, niekiedy niepotwierdzonymi, które mogą
zostać wykorzystane na ścieżce poszukiwania równowagi emocjonalnej i duchowej. Autor i wydawca
nie ponoszą odpowiedzialności za ewentualne konsekwencje stosowania przez czytelnika lub osoby
z jego otoczenia technik opisanych w książce. Przed podjęciem jakichkolwiek działań natury
zdrowotnej lub medycznej czytelnik powinien skonsultować się z lekarzem.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII

jeszcze lepsze jutro

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.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Dla Indigo, Ruby i Great Blue

SPIS TREŚCI

Opinie o „Boskim lekarzu”	9
Przedmowa.....	13
Wstęp.....	17
Część I: Początek	
Rozdział 1: O pochodzeniu Ducha Zdrowia.....	27
Rozdział 2: O pochodzeniu nieznanymi chorób.....	55
Część II: Ukryta epidemia	
Rozdział 3: Wirus Epsteina-Barr, zespół chronicznego zmęczenia i fibromialgia.....	73
Rozdział 4: Stwardnienie rozsiane.....	103
Rozdział 5: Reumatoidalne zapalenie stawów	113
Rozdział 6: Niedoczynność tarczycy i zapalenie tarczycy Hashimoto	123
Część III: Inne tajemnicze choroby	
Rozdział 7: Cukrzyca typu 2 i hipoglikemia	139
Rozdział 8: Niedoczynność gruczołu nadnerczy.....	153
Rozdział 9: Kandydoza.....	167
Rozdział 10: Migreny	179
Rozdział 11: Półpasiec – prawdziwa przyczyna zapalenia okrężnicy, zespołu Costena, neuropatii cukrzycowej i wielu innych chorób.....	193

Rozdział 12: Zespół nadpobudliwości psychoruchowej (ADHD) i autyzm	209
Rozdział 13: Zespół stresu pourazowego.....	227
Rozdział 14: Depresja.....	247
Rozdział 15: Zespół napięcia przedmiesiączkowego i menopauza.....	263
Rozdział 16: Borelioza	287
Część IV: Prawdziwe uzdrowienie	
Rozdział 17: Zdrowie jelit	321
Rozdział 18: Jak oczyścić z toksyn mózg i ciało.....	353
Rozdział 19: Czego nie jeść	377
Rozdział 20: Lęk przed owocami	391
Rozdział 21: 28-dniowa terapia oczyszczająca	409
Rozdział 22: Medytacja i inne techniki uzdrowienia duszy.....	423
Rozdział 23: Aniołowie, których warto znać.....	439
Posłowie: Nie trać wiary	457
Przypisy.....	461
Indeks	463
Podziękowania.....	467
O Autorze	469

OPINIE O „BOSKIM LEKARZU”

Anthony William to Edgar Cayce naszych czasów. Jak mało kto potrafi odczytać sygnały wysyłane przez ciało człowieka i wskazać rzeczywistą przyczynę choroby, z której ustaleniem problem mają lekarze medycyny konwencjonalnej i alternatywnej. Zdobyte doświadczenie i przenikliwość czynią go jednym z najskuteczniejszych uzdrowicieli XXI wieku.

– Ann Louise Gittleman, autorka 30 bestsellerów *New York Timesa* specjalizująca się w tematyce zdrowotnej; opracowała niezwykle popularną dietę/program detoksykacji Fat Flush (wypłukiwanie tłuszczu)

Już po kilku minutach rozmowy ze mną Anthony określił, co mi dolega! On naprawdę zna się na rzeczy. Dysponuje wyjątkowymi i fascynującymi umiejętnościami, a w swoich książkach w przystępny sposób opowiada o chorobach, z których zrozumieniem i leczeniem nawet lekarze mają problem. Gorąco polecam!

– Dr Alejandro Junger, twórca niezwykle popularnego programu Clean

Anthony jest jasnowidzem i zdrowotnym mędrcom obdarzonym zdumiewającym darem. To on pomógł mi zidentyfikować i wyleczyć chorobę, z którą zmagiałam się przez długie lata.

– Kris Carr, autorka bestselleru *New York Timesa* „Sexy soki”

Niezwykły talent Anthony'ego Williama to istny dar boży. Jego przełomowa książka, na której kartach Anthony dzieli się z czytelnikami szeroką wiedzą z dziedziny profilaktyki i leczenia chorób, stanie się na kilka najbliższych dekad wyrocznią świata medycyny. Nie warto czekać, nim zawarta tu wiedza przeniknie do głównego obiegu. Już teraz kup jego książkę i zacznij wracać do zdrowia.

– David James Elliot, aktor („Scorpion”, „Trumbo”, „Mad Men”, „CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku, wieloletnia gwiazda serialu „JAG: Wojskowe Biuro Śledcze”)

Fascynująca lektura – dzięki świeżemu spojrzeniu na pozornie niemożliwe do zdiagnozowania problemy zdrowotne książka Anthony'ego Williama wyróciła mój świat do góry nogami. Wraz z rodziną i przyjaciółmi korzystamy z jego porad, dzięki którym odzyskałismy kondycję fizyczną i umysłową.

– Scott Bakula, gwiazda seriali: „NCIS: Nowy Orlean”, „Zagubiony w czasie” oraz „Star Trek: Enterprise”

Proponowane przez Anthony'ego Williama metody powrotu do zdrowia sprawdzają się ze stuprocentową skutecznością. Świadczy o tym przypadek mojej córki – postępy, jakie poczyniła, są naprawdę imponujące. Wykorzystanie w terapii naturalnych produktów przynosi niezwykle efekty.

– Martin D. Shafiroff, dyrektor Barclays Capital, w rankingu WealthManagement.com zajmuje pierwsze miejsce na liście najlepszych brokerów, a w rankingu Barron's – na liście najważniejszych doradców zdrowotnych

Każdy fizyk kwantowy wie, że we wszechświecie istnieją siły, które pozostają dla nas zagadką. Jestem przekonana, że Anthony potrafi wykorzystać je do swoich celów. Jak nikt inny wskazuje najskuteczniejsze metody leczenia. A opowieść, jaką

snuje w swojej książce, jest zaiste fascynująca – pozwala bowiem spojrzeć na świat i problem własnego zdrowia z zupełnie innej perspektywy.

– Caroline Leavitt, autorka wielu bestsellerów *New York Timesa*

Jako kobieta biznesu z Hollywood potrafię rozpoznać to, co wartościowe. Wśród pacjentów Anthony’ego znajdują się i tacy, którzy na poszukiwania diagnozy swojej „tajemniczej choroby” wydali ponad milion dolarów. Jeśli kupisz jego książkę, poznasz tajemnice Anthony’ego za mniej, niż kosztowałaby cię wizyta u specjalisty. Ale nie chodzi tylko o przystępną cenę – bo nie można wycenić szansy poznania sekretu zdrowia.

– Nanci Chambers, aktorka występująca w serialu „JAG: Wojskowe Biuro Śledcze”, producentka i przedsiębiorca

Bezcenne rady Anthony’ego Williama dotyczące profilaktyki i leczenia chorób o całe dekady wyprzedzają wiedzę, jaką dysponuje współczesna medycyna. Jego książka odmieni życie wielu ludzi. Każdy powinien ją przeczytać.

– dr Richard Sollazzo, dyplomowany nowojorski onkolog, hematolog, dietetyk i specjalista w dziedzinie starzenia się

Kiedy w grę wchodzi zdrowie moje i mojej rodziny, całkowicie polegam na Anthonym Williamie. Nawet jeśli zwykli lekarze nie wiedzą, co się dzieje, Anthony potrafi zidentyfikować problem i znaleźć jego rozwiązanie. Swoją książkę, w której rozprawia się z wieloma wyzwaniem zdrowotnymi współczesnych czasów, napisał w przejrzysty i przyjazny sposób, mając na uwadze dobro czytelników.

– Chelsea Field, aktorka występująca w filmach „Ostatni skaut” i „Andre”

Wirus Epsteina-Barr, zespół chronicznego zmęczenia i fibromialgia

Wirus Epsteina-Barr doprowadził do wybuchu jednej z tajemniczych epidemii. Na 320 milionów Amerykanów¹, ponad 225 milionów cierpi na taką lub inną postać tej choroby.

Wirus odpowiada za wszelkiego rodzaju enigmatyczne objawy: u części pacjentów wywołuje zmęczenie i ból; kiedy indziej skłania lekarzy do przepisania nieefektywnej metody leczenia, jak choćby hormonalnej terapii zastępczej. U wielu zostaje po prostu błędnie zdiagnozowany.

Bardzo mało wiemy o wirusie Epsteina-Barr – i jest to jeden z powodów, dla których tak bardzo się rozplenił. Medycyna rozpoznaje tylko jedną jego postać, podczas gdy jest ich ponad 60. Wirus ten odpowiada też za wiele groźnych chorób, których przyczyn lekarze do tej pory nie poznali. Jak wspomniałem we wstępie, to najpoważniejsza z tajemniczych chorób.

Lekarze nie wiedzą, jak wirus się rozwija i jakie problemy może stwarzać w dłuższej perspektywie. Faktem jest, że stanowi źródło licznych problemów zdrowotnych, w tym fibromialgii, zespołu chronicznego zmęczenia i schorzeń, które – na pozór –

rozumiemy, a są to m.in. choroby gruczołu tarczowego, zawroty głowy i szum uszny.

W tym rozdziale wyjaśnię, skąd wziął się wirus Epsteina-Barr, jak się rozprzestrzenił, jakim sposobem w różnych stadiach rozwoju powoduje tak wielkie spustoszenie (o czym nie wie tak naprawdę nikt) oraz przedstawię rewolucyjny sposób na zniszczenie wirusa i odzyskanie zdrowia.

WIRUS EPSTEINA-BARR: POCHODZENIE I SPOSÓB ZAKAŻENIA

Co prawda, wirus Epsteina-Barr został odkryty przez dwójkę genialnych lekarzy w roku 1964, jego początków należy szukać pół wieku wcześniej, u zarania XX wieku. Wirus ten w swojej podstawowej odmianie – istniejącej również obecnie – rozwija się powoli i przez długi czas może nie powodować wyraźnych objawów, a nawet jeśli, to będą one mało uciążliwe dla chorego. Bardzo wiele osób nosi w sobie mało agresywne szczepy wirusa Epsteina-Barr.

Niestety, na przestrzeni dziesięcioleci wirus ewoluował, a każdy kolejny szczep stwarzał badaczom coraz większe problemy.

Dotychczas osoby zakażone wirusem Epsteina-Barr nie miały szansy na wyleczenie. Rzadko się zdarza, żeby lekarz wskazał właśnie ten wirus jako źródło licznych problemów, za których wystąpienie odpowiada; zresztą nawet jeśli zostanie rozpoznany, to medycyna nie dysponuje skuteczną metodą jego leczenia.

Wirusem Epsteina-Barr można zarazić się na wiele różnych sposobów. Do infekcji może dojść w łonie matki czy za pośrednictwem zakażonej krwi – w szpitalach nie przeprowadza się testów na obecność tego wirusa i każda transfuzja niesie ze sobą pewne ryzyko. Zresztą zarazić się można, nawet jedząc poza

domem! Wszystko przez presję, by jak najszybciej dostarczyć posiłek na stół. Kucharz, kiedy zatnie się w palec czy dłoń, przykleja na szybko plaster i wraca do pracy, ale jego krew może dostać się do pokarmu... I jeśli wirus w jego organizmie wszedł w okres zakaźny, już samo to wystarczy.

Do zakażenia może dojść także poprzez wymianę płynów ciała, np. podczas stosunku płciowego. Czasami wystarczy nawet pocałunek.

Osoba zakażona wirusem Epsteina-Barr nie zakaża cały czas. Choroba zacznie się rozprzestrzeniać dopiero w fazie drugiej – i tutaj wkraczamy na dziewiczy grunt, ponieważ dotychczas nie zdawano sobie sprawy, że wirus Epsteina-Barr przechodzi cztery stadia.

WIRUS EPSTEINA-BARR: STADIUM PIERWSZE

Po przedostaniu się do organizmu wirus pozostaje uśpiony. Przemieszcza się wraz z krwią i stopniowo namnaża, wyczekując na odpowiedni moment, żeby przypuścić bezpośredni atak.

Osobnik, który przez kilka tygodni z rzędu utrzymuje organizm w stanie wyczerpania, nie dając mu czasu na regenerację, nie dostarcza mu wymaganych substancji odżywczych (cynku, witaminy B₁₂), albo taki, który doświadczył wstrząsu emocjonalnego (rozpad związku, śmierć bliskiej osoby), produkuje więcej hormonów stresu, które informują wirusa, że czas przejść do działania.

Sygnalem do działania może być też huśtawka hormonalna – np. w okresie dojrzewania, ciąży lub menopauzy. Najczęściej zdarza się to podczas porodu, po którym mogą pojawić się różnorakie objawy: zmęczenie, ból, depresja. W tym scenariuszu wirus nie wykorzystuje słabości organizmu, a fakt pojawienia się obfitego źródła pokarmu w postaci hormonów, których produkcja popycha wirusa do działania. Przetaczająca się przez

organizm fala hormonów działa na wirusa niczym szpinak na marynarza Popeye'a.

Wirus Epsteina-Barr jest cierpliwy. Etap umacniania pozycji i oczekiwania na właściwy moment może – w zależności od wielu czynników – trwać tygodnie, miesiące, a nawet dziesięciolecia.

Właśnie w tej pierwszej fazie jest najbardziej narażony na zniszczenie – ale też nie sposób go wykryć żadnymi badaniami i nie wywołuje żadnych objawów. Nie walczymy z nim, ponieważ nie zdajemy sobie sprawy z zakażenia.

WIRUS EPSTEINA-BARR: STADIUM DRUGIE

Pod koniec fazy pierwszej wirus jest gotowy wyruszyć na wojnę z organizmem, który zasiedla. Wtedy też komunikuje swoją obecność: przyjmuje postać mononukleozy, czyli niesławnej „choroby pocałunków”. To ją każdego roku łapią tysiące studentów w wyniku całonocnych imprez i ślęczenia nad książkami.

Medycyna nie wie jeszcze, że mononukleozą to nic innego, jak drugi etap rozwoju wirusa Epsteina-Barr.

W tej fazie najłatwiej może dojść do zakażenia. Dlatego powinniśmy unikać styczności z krwią, śliną i innymi płynami ustrojowymi osób chorych na mononukleozę... I nie narażać innych na zakażenie, jeśli to my chorujemy.

Na tym etapie rozwoju choroby na scenę wkracza układ odpornościowy. Wysyła „zwiadowców”, którzy oznakują wirusa (np. poprzez podczepienie do komórek intruza określonego hormonu). Gdy zadanie zostanie wykonane, organizm rozpoczyna produkcję „żołnierzy”, którzy mają zniszczyć oznaczone cele. Układ odpornościowy rzuca się nam na ratunek.

To, jak zaciekle okaże się walka, zależy od kondycji organizmu, szczepu wirusa i cech indywidualnych chorego. Jeśli mononu-

kleoza utrzyma się tydzień czy dwa, objawiając się nieznacznym drapaniem w gardle i lekkim zmęczeniem, to raczej nie odwiedźmy lekarza i nie przeprowadzimy koniecznych badań.

Co innego, kiedy choroba uderzy ze zdwojoną siłą, a objawom zmęczenia i bólu gardła będzie towarzyszyć gorączka, ból głowy, wysypka, które będą utrzymywać się przez okres kilku miesięcy. Nagromadzenie symptomów chorobowych skłoni nas do odwiedzenia lekarza, a wirus pojawi się w badaniach krwi pod postacią mononukleozy.

W tym okresie wirus zaczyna szukać punktu bezpiecznej przystani w postaci jednego z narządów wewnętrznych – zwykle pada na wątrobę i/albo śledzionę. To otoczenie sprzyja mu najbardziej ze względu na duże stężenie rtęci, dioksyny i innych toksyn. Wirus rozkwita na truciznach.

O wirusie Epsteina-Barr warto wiedzieć coś jeszcze – mianowicie, że świetnie dogaduje się z *paciorkowcem*. Połączony atak wirusa i bakterii wywołuje dezorientację układu odpornościowego i objawia się osobnym zestawem objawów. Paciorkowiec jest najważniejszym czynnikiem towarzyszącym infekcji.

W fazie drugiej paciorkowiec może wywołać zapalenie gardła i/lub rozplenić się w zatokach, nosie i gardle, a także doprowadzić do infekcji dróg moczowych, pochwy, nerek albo pęcherza moczowego... I w efekcie wywołać stan zapalny.

WIRUS EPSTEINA-BARR: STADIUM TRZECIE

Kiedy wirus przedostanie się do wątroby, śledziony i/lub innych organów, zadomawia się w nich.

Kolejne badanie na obecność wirusa Epsteina-Barr wykaże obecność przeciwciał sugerujących przebytą mononukleozę, ale nie zdoła zidentyfikować aktywnego wirusa w krwiobiegu. To

gigantyczne przeoczenie medycyny, które w efekcie przyczyniło się do obecnego problemu. O ile chory nie zastosuje się do porad opisanych w mojej książce, wirus zacznie wywoływać kolejne objawy... A jednocześnie pozostanie niewykrywalny. Dzieje się tak dlatego, że rozwija się w wątrobie, śledzionie i innych narządach wewnętrznych, a nie opracowano jeszcze skutecznego testu umożliwiającego jego identyfikację.

Nie mogąc wykryć wirusa, organizm dochodzi do wniosku, że pokonał i zniszczył najeźdźcę. Układ odpornościowy wraca do trybu czuwania, objawy mononukleozy zanikają, a lekarz stwierdza, że jesteście zdrowi.

Niestety, to dopiero początek podróży wirusa Epsteina-Barr po naszym ciele.

Typowy szczep wirusa może pozostać uśpiony przez wiele lat, a nawet dziesięcioleci. Szczep agresywny nawet wtedy przysporzy nam nie lada kłopotów.

Przykładowo, wirus może wywołać stan zapalny i doprowadzić do powiększenia narządu, w którym się zagnieżdżył. Pamiętajmy, że lekarze nie łączą *dawnej* obecności wirusa z *obecnymi* objawami.

Ponadto wirus produkuje trzy rodzaje trucizny:

- Wydziela toksyczne substancje, wirusowe *produkty uboczne*. Problem potęguje się wraz z namnażaniem się komórek wirusa, które pożerają coraz więcej pokarmu i pozostawiają po sobie produkty przemiany materii, tzw. krętki, które w badaniu przesiewowym podszywają się pod bakterie boreliozy i mogą doprowadzić do błędnej diagnozy.
- Pozostałości komórki/wirusa (życia komórki wynosi sześć tygodni) są toksyczne i zatrują organizm. Im więcej wirusów, tym poważniejszy problem, ponieważ ich odkładanie się skutkuje zmęczeniem nosiciela.

- Obie opisane tu toksyny połączone razem tworzą neurotoksynę – truciznę, która zaburza funkcjonowanie układu nerwowego i układu odpornościowego. W trzecim stadium rozwoju wirusa toksyna jest produkowana w strategicznych odstępach czasu, a w stadium czwartym – nieustannie, uniemożliwiając układowi odpornościowemu zlokalizowanie i zniszczenie wirusa.

Obecność agresywnego szczepu wirusa może prowadzić do licznych problemów zdrowotnych:

- niewydolności wątroby, która przestaje radzić sobie z wypłukiwaniem toksyn z organizmu;
- wirusowego zapalenia wątroby typu C (wirus Epsteina-Barr zalicza się do głównych przyczyn zachorowań);
- zaburzeń pracy wątroby, co może prowadzić do obniżenia objętości kwasu chlorowodorowego w żołądku i zwiększenia toksyczności układu trawiennego. To z kolei kończy się niedostatecznym trawieniem pokarmu, jego rozkładaniem się w jelitach oraz wzdęciami i/lub zaparciami;
- pojawieniem się nadwrażliwości na pokarmy, które wcześniej nie sprawiały nam kłopotów. Dzieje się tak wtedy, kiedy wirus wchłonie jakiś produkt – np. ser – i przeobrazi go w coś, czego organizm nie jest w stanie rozpoznać.

Wirus czeka w ukryciu do momentu, gdy wykryje obecność hormonów stresu, odczytując to jako osłabienie organizmu – mogące wynikać z przepracowania, silnych doznań psychicznych lub wstrząsu pourazowego – lub gdy zaobserwuje wyraźne zwiększenie produkcji hormonów, np. podczas ciąży lub menopauzy.

W szczytowym momencie rozwoju wirus zaczyna produkcję neurotoksyn, dodatkowo obciążających organizm, którego

zdrowie nadwerężyły wcześniej toksyczne produkty przemiany materii i rozkładające się wirusy. Nagromadzenie trucizn powoduje reakcję układu odpornościowego, ale nie może on podjąć konkretnych działań, ponieważ nie dostrzega źródła toksyn.

Toczeń

Reakcja układu odpornościowego może zainicjować tajemnicze symptomy określane przez lekarzy mianem *tocznia*. Medycyna nie zorientowała się jeszcze, że toczeń to nic innego, jak objaw obecności w organizmie produktów przemiany materii i neurotoksyn wydzielanych przez wirusa Epsteina-Barr. Reakcja alergiczna intensyfikuje markery stanu zapalnego, które dla lekarza są jasnym dowodem na obecność tocznia. W rzeczywistości toczeń to infekcja wywołana przez wirusa Epsteina-Barr.

Niedoczynność tarczycy i inne schorzenia gruczołu tarczowego

Wirus Epsteina-Barr wykorzystuje rozregulowanie układu odpornościowego, by przemieścić się z dotychczas zasiedlanych narządów do innych części organizmu – w tym gruczołu tarczowego!

Środowisko lekarskie jeszcze nie wie, że wirus Epsteina-Barr jest prawdziwą przyczyną chorób tarczycy – głównie zapalenia tarczycy Hashimoto, ale też choroby Gravesa-Basedowa, raka tarczycy i innych schorzeń. (Choroby układu tarczowego może też niekiedy wywoływać promieniowanie, jednak w 95% przypadków przyczyną jest wirus Epsteina-Barr). Medycyna dotychczas nie rozpoznała faktycznego źródła chorób tarczycy i całe dziesięciolecie dzielił badaczy od odkrycia prawdziwego winowajcy. Lekarz, który zdiagnozował zapalenie tarczycy Hashimoto, tak naprawdę nie ma pojęcia, co dolega choremu. Przekonanie,

że organizm atakuje własny gruczoł, wynika z braku rzetelnej wiedzy. W rzeczywistości agresorem jest wirus Epsteina-Barr.

Kiedy wirus przedostanie się do tarczycy, natychmiast wnika w tkankę. Jego komórki zachowują się jak małeńkie wiertła, niszcząc tkankę gruczołu tarczowego i u milionów nieświadomych niczego kobiet wywołując mniejszą lub większą niedoczynność tego gruczołu. Oczywiście układ odpornościowy stara się temu zapobiec, więc wywołuje stan zapalny. Ponieważ jednak wirus wydziela neurotoksyny i toksyczne produkty przemiany materii, rozkładając się, pozostawia po sobie trucizny i sam przez cały ten czas ukrywa się w tarczycy, układ odpornościowy nie jest w stanie oznaczyć go i zniszczyć.

Ten stan rzeczy może irytować, ale nie przejmujemy się za- nadto: gruczoł tarczowy odnawia się, jeśli tylko dostarczyć mu odpowiedniego budulca. I nie lekceważmy potencjału układu odpornościowego, który aktywujesz już za moment, z chwilą poznania prawdy.

Ponieważ układ odpornościowy nie radzi sobie z wirusem, wprowadza w życie plan awaryjny i próbuje odizolować intruza cząsteczkami wapnia, tworząc w tarczycy guzki. Jednak ta metoda nie sprawdza się w przypadku wirusa Epsteina-Barr z dwóch powodów. Po pierwsze, większość komórek unika uwięzienia, a po drugie, wyizolowany wirus nie ginie i nadal odżywia się tkanką gruczołu, pozbawiając go sił. Co więcej, wirus może doprowadzić do przeobrażenia swojego więzienia w *cystę*, która dodatkowo obciąży tarczycę.

Ataki wymierzone w wirusa mogą negatywnie oddziaływać na cały organizm, o ile nie spożywamy pokarmów o dużej zawartości wapnia. Układ odpornościowy, nie mogąc pozyskać wystarczającej ilości wapnia z krwiobiegu, zacznie wydobywać go z kości... Co prowadzi do osteoporozy.

Jednocześnie rzesze komórek, które nie zostały uwięzione w guzkach, osłabiają działanie tarczycy, zmniejszając efektywność produkcji hormonu, którego organizm bardzo potrzebuje. Jego niedobór w połączeniu z obecnością toksyn wydzielanych przez wirusa może prowadzić do otyłości, zmęczenia, utraty jasności myślenia, problemów z pamięcią, depresji, wypadania włosów, bezsenności, łamliwości paznokci, osłabienia mięśni i wielu innych objawów.

Rzadko występujące, ale wyjątkowo agresywne szczepy wirusa mogą wyrządzić jeszcze większe szkody, przyczyniając się do rozwoju nowotworu tarczycy. W Stanach Zjednoczonych obserwuje się coraz więcej przypadków tej choroby. Lekarze nie wiedzą jeszcze, że odpowiada za nią agresywny szczep wirusa Epsteina-Barr.

Wirus atakuje gruczoł tarczowy ze ściśle określonego powodu – żeby dezorientować i osłabić układ dokrewny. Zaatakowana tarczyca produkuje więcej adrenaliny, smakołyku, który dodaje wirusowi siłę, przygotowując go do realizacji ostatecznego celu: ataku na układ nerwowy.

WIRUS EPSTEINA-BARR: STADIUM CZWARTE

Głównym celem wirusa Epsteina-Barr jest wywołanie stanu zapalnego ośrodkowego układu nerwowego.

W normalnych warunkach nie dopuściłby do tego układ odpornościowy. Ale w trzecim stadium rozwoju wirus ograniczył jego skuteczność, kiedy przeniknął do tarczycy. W sytuacji, kiedy zarażony doświadcza poważnego urazu lub szoku emocjonalnego, wirus wykorzysta osłabienie organizmu i wywoła liczne tajemnicze objawy, od kołatania serca poczynając, a na bólu całego ciała i bólu neuropatycznym kończąc.

Zwykle zaczyna się od wyjątkowo długiej rekonwalescencji po wypadku, operacji lub urazie, kiedy pacjent czuje się, jakby „potrąciła go ciężarówka”.

Badanie krwi, prześwietlenie ani obrazowanie metodą rezonansu magnetycznego nie wykazują żadnych anomalii, więc lekarz nie ma skąd dowiedzieć się, że wirus wywołuje zapalenie układu nerwowego. Z tego powodu czwarte stadium rozwoju wirusa Epsteina-Barr jest głównym powodem występowania tajemniczych chorób – czyli takich, z którymi nie radzą sobie lekarze.

W rzeczywistości uszkodzone nerwy aktywują hormon „alarmowy” informujący organizm o zagrożeniu o konieczności przysłania „sanitariuszy”. W czwartym stadium wirus lokalizuje ów hormon i osiada w odsłoniętych nerwach.

Nerwy z wyglądu przypominają przędzę z kilkoma wystającymi włoskami, które w przypadku uszkodzenia rozszczepiają się. Wirus wyszukuje te ranki i przenika do nich. Jeśli mu się powiedzie, stan zapalny może się utrzymywać całymi latami, a drobny uraz będzie powodował nieustanny ból.

Do objawów wirusowego zapalenia zaliczamy ból mięśni, bolesne miejsca na ciele, mrowienie i/lub zdrętwienie dłoni i stóp, migrenę, permanentne zmęczenie, zawroty głowy, bezsenność, niespokojny sen i pocenie się nocą. U pacjentów z takimi objawami zwykle diagnozuje się fibromialgię, zespół chronicznego zmęczenia albo reumatoidalne zapalenie stawów, ale w rzeczywistości lekarze nie znają źródła opisanych tu symptomów i nie potrafią ich wyleczyć. Pacjenta kieruje się na nieskuteczną terapię, która nie ma na celu rozwiązania zasadniczego problemu – ponieważ w rzeczywistości tajemnicze choroby wpisują się w czwarte stadium zakażenia wirusem Epsteina-Barr.

Jednym z największych błędów świata medycyny jest mylenie objawów działania wirusa z perimenopauzą i menopauzą. Ataki

gorąca, nocne pocenie się, kołatanie serca, zawroty głowy, depresja, wypadanie włosów i napady lękowe często przypisuje się zmianom hormonalnym, i to właśnie ta logika przyczyniła się do popularności hormonalnej terapii zastępczej (więcej na ten temat w rozdziale 15: „Zespół objawów przedmiesiączkowych i menopauza”).

Przyjrzyjmy się bliżej chorobom przewlekłym, które od wielu dziesięcioleci spędzają sen z oczu lekarzom. Wszystkie one są powiązane z czwartym stadium rozwoju wirusa Epsteina-Barr.

Zespół chronicznego zmęczenia

Kobiety często zderzają się z murem braku zrozumienia lekarzy, którzy negują ich relacje o bólu. Podobnie jak osoby chorujące na fibromialgię (patrz: dalsza część rozdziału), również tym, którzy cierpią na zespół chronicznego zmęczenia – znany także jako zapalenie mózgu i rdzenia/zespół przewlekłego zmęczenia/choroba systemowej nietolerancji na wysiłek – często zarzuca się kłamstwo, lenistwo, uleganie własnym złudzeniom i/lub zaburzenia psychiczne. To jedna z tych chorób, które w przeważającej mierze dotyczą kobiet.

A liczba zachorowań na zespół chronicznego zmęczenia nieustannie rośnie.

Coraz częściej młode kobiety, które wracają do domu podczas przerwy semestralnej, nie mają energii, by podnieść się z łóżka. Zespół chronicznego zmęczenia negatywnie odbija się na psychice i trudno się dziwić: wyobraźmy sobie taką dwudziestokilkulatkę, która obserwuje, jak zmienia się życie jej przyjaciół, podczas gdy ona utknęła w miejscu, nie mogąc w pełni wykorzystać swojego potencjału.

Kobiety, które zapadają na tę chorobę w wieku 30, 40 czy 50 lat, również stają w obliczu licznych przeszkód: co prawda, w tym wieku zdążyły wiele osiągnąć i mogą liczyć na wsparcie

bliskich, ale ciążą na nich też liczne obowiązki. Chora daje z siebie wszystko, przyjmuje na swoje barki więcej, niż pozwalają jej na to siły, a gdy atakuje ją zespół chronicznego zmęczenia, udaje, że wszystko jest w najlepszym porządku.

Wyalienowanie pogłębia towarzyszące błędnej diagnozie poczucie winy, lęku i wstydu. Jestem przekonany, że każdy, kto borykał się z bólem wywołanym przez zespół chronicznego zmęczenia, usłyszał, że „świetnie wygląda”. To potwornie przynębiające, kiedy człowiek źle się czuje, ale zdaniem uczniów, przyjaciół czy członków rodziny nic mu nie dolega.

Zespół chronicznego zmęczenia jest prawdziwą chorobą. To wirus Epsteina-Barr.

Podwyższone obciążenie wirusowe wiąże się wydzielaniem neurokotosyny zatruwającej ośrodkowy układ nerwowy i może prowadzić do osłabienia gruczołu nadnercza i układu trawienego oraz ogólnego osłabienia.

Fibromialgia

Przez ponad 60 lat medycyna negowała autentyczność objawów fibromialgii. Obecnie lekarze coraz częściej przyznają, że mamy do czynienia z prawdziwą chorobą.

Niestety, jedyne, czego lekarz dowie się na temat fibromialgii od swoich autorytetów, to że jest to nadwrażliwość nerwów. Co dokładnie to oznacza... Tego nie wie już nikt. Trudno dopatrywać się w tym winy lekarza. Nie dostał przecież magicznej książki, z której wyczytałby, jak pomóc chorym na fibromialgię i co powoduje ból, który odczuwają.

Wiele lat minie, nim środowisko medyczne zrozumie przyczyny choroby – a to dlatego, że ma ona charakter wirusowy i rozwija się na poziomie układu nerwowego, w który obecnie stosowane narzędzia diagnostyczne nie mają wglądu.

Zespół napięcia przedmiesiączkowego i menopauza

Od zarania dziejów kobiety postrzegały *menopauzę* jako pozytywne zjawisko. Co prawda, sygnalizowało starzenie się organizmu, ale jednocześnie w sposób łagodny i bezbolesny uwalniało kobietę od niedogodności związanych z *zespołem napięcia przedmiesiączkowego* i *menstruacją*, często skutkując podwyższonym libido i umożliwiając nieskrępowany seks bez lęku przed niechcianą ciążą.

Kiedyś menopauza nie wymagała szukania pomocy u lekarza, ponieważ nie towarzyszyły jej znaczące problemy ani wyraźne objawy. W trakcie perimenopauzy, menopauzy i postmenopauzy kobiety czuły się wręcz *lepiej* niż wcześniej. Menopauza stała się elementem życia, który pozostawało tylko zaakceptować.

W literaturze medycznej XIX wieku termin „menopauza” pojawia się rzadko, a jeśli już, to z pewnością nie w kontekście zaburzeń wymagających uwagi lekarza. Mało która pacjentka uskarżała się na uderzenia gorąca i kołatanie serca.

Ten stan rzeczy uległ zmianie w XX wieku, a dokładniej mówiąc, w okolicach roku 1950. Kobiety urodzone na przełomie wieku jako pierwsze donosiły o poceniu się, uderzeniach gorąca, zmęczeniu, atakach paniki, stanach lękowych, przeczadaniu się włosów i bólu stawów, których doświadczały po przekroczeniu

ściśle określonego wieku. Kiedy w połowie XX wieku gabinety załazała fala kobiet w wieku od 40 do 55 lat, uskarżających się na liczne problemy zdrowotne, lekarze nie wiedzieli, co o tym myśleć.

W ten sposób narodziły się tajemnicze choroby i stąd właśnie wzięło się niezrozumienie co do funkcji układu odpornościowego. Środowisko medyczne nigdy wcześniej nie stanęło przed równie trudnym wyzwaniem.

Lekarze porozumieli się z koncernami farmaceutycznymi i wspólnymi siłami wywnioskowano, że kobiety zmyśliły swoje objawy – że wszystkiemu winien jest „zespół wariatki”. Musiały to wszystko sobie wymyślić, bo nie istniało inne logiczne wyjaśnienie. Z nudy starały się zwrócić na siebie uwagę. Pacjentkom radzono, żeby na przykład wstępowały do komitetu rodzicielskiego albo znajdowały sobie jakieś zajęcie.

Ale w latach 50. ubiegłego wieku nieustannie przybywało kobiet uskarżających się na problemy z pamięcią, trudności z koncentracją, huśtawki nastrojów, problemy z utrzymaniem wagi i zawroty głowy. Lekarze i koncerny farmaceutyczne wspólnymi siłami wywnioskowali, że wszystkie pacjentki łączy wiek, a skoro tak, to winne są hormony – mimo że problem w równym stopniu dotyczył mężczyzn. Wielu pacjentów donosiło lekarzom o uderzeniach gorąca, które w tym okresie nazywano „pracowniczym potem” (i to nawet jeśli chory akurat nie pracował) albo „poceniem się z nerwów”. Ale mężczyznom przyszło radzić sobie także z innymi objawami menopauzy, m.in. depresją, problemami z tyciem i kłopotami z pamięcią. Wieści o tym nie trafiały na pierwsze strony gazet – mężczyźni tego okresu byli przede wszystkim stoikami. Odpowiedzialność za domostwo, którą dźwigali na swoich barkach, bardzo im ciążyła, więc z lęku przed zwolnieniem nie ujawniali swoich dolegliwości.

Oczywiście koncerny farmaceutyczne czym prędzej wykorzystały okazję do zarobienia na błędnej diagnozie zaburzeń hormonalnych. Do końca lat 50. upowszechniło się przekonanie, że kobiety cierpią na niedobór hormonów. Im większy nacisk kładziono na te tzw. sprawy kobiece, tym bardziej mężczyźni unikali tematu własnych, analogicznych problemów zdrowotnych.

Podczas walki o swoje prawa kobietom przyszło zmierzyć się z licznymi wyzwaniem. Wmawiano im, że powinny tłumić emocje; niewiele wcześniej nadano im prawa wyborcze – co oznacza, że dostrzeżono w nich istoty ludzkie. W połowie ubiegłego wieku kobiety nadal walczyły o prawo do własnej opinii. Tę potrzebę niezwykle łatwo można było wykorzystać dla własnych celów.

Tajemnicze objawy opisywane przez liczne kobiety wprawiały lekarzy w konsternację, ale przynajmniej chore doczekały się poważnego potraktowania. Pomimo faktu, że medycyna szukała odpowiedzi na ich przypadłości w złym miejscu, wypracowane teorie zyskały sobie duże uznanie, gdyż kobiecym przypadłościom wreszcie nadano jakąś nazwę. Lekarzom nie można odmówić na tym polu dobrych chęci.

Teoria hormonalna obowiązuje po dziś dzień. Niezliczonej rzeszy kobiet wmawia się, że źródłem ich problemów są zaburzenia hormonalne albo menopauza.

To nieprawda. W rzeczywistości menopauza nam służy. Można w to wierzyć albo i nie, ale w okresie menopauzy procesy starzenia zwalniają tempo. Ale mało kto zdaje sobie z tego sprawę. Kobietom wydaje się, że menopauza zwiastuje starość i związane z nią problemy zdrowotne – podczas gdy jest dokładnie na odwrót.

Organizm kobiety starzeje się najbardziej intensywnie od dojrzałości do menopauzy. Przypomnijmy sobie, jak szybko roz-

wija się ciało dziewczyny po pierwszym cyklu miesięczkowym: dzieje się tak dlatego, że hormony płciowe i związki steroidowe przyspieszają proces starzenia się organizmu. Towarzyszące menopauzie obniżenie poziomu estrogenu i progesteronu chroni kobiety przed rakiem, wirusami i bakteriami, dla których hormony płciowe stanowią pożywkę.

Warto też wspomnieć o *osteoporozie*: to nie przez menopauzę kobiety stają się bardziej podatne na porowatość kości. Osteoporoza rozwija się latami, a jej efekty obserwujemy w konkretnym wieku. Lekarze dopatrują się w tej zbieżności związku przyczynowego i tłumaczą, że obniżenie poziomu estrogenu w organizmie sprzyja utracie masy kostnej. W rzeczywistości do rozwoju osteoporozy przyczyniają się hormony *płciowe* – jak wszystkie inne steroidy powodujące rozkład kości. W połączeniu z infekcjami i patogenami – wirusem Epsteina-Barr, niedoborem substancji odżywczych i niedostateczną ilością ruchu – estrogen i progesteron przyczyniają się do osteoporozy, i to na długo przed menopauzą.

Nie znaczy to, że hormony płciowe są naszymi wrogami. To dzięki nim kobieta może zająć w ciąży. Bez nich nasz gatunek by nie przetrwał.

Ale ciało zna swoje ograniczenia. Jest gotowe zapłacić pewną cenę za zdolność tworzenia życia, dopóki ciąża zamknie się między dojrzałością a menopauzą – a to dlatego, że dba o swoje bezpieczeństwo.

Hormony płciowe porównuje się niekiedy do mitycznego źródła młodości. Na ironię zakrawa fakt, że ta „młodość” wcale nie przypada na okres, kiedy kobieta ma 20, 30 czy nawet 40 lat. Młodość to okres poprzedzający dojrzewanie, i stan ten zostaje przywrócony wraz z menopauzą. Menopauza zamyka bowiem okres rozrodczy (uniemożliwiając dalsze eksploatowanie

organizmu) i powoduje obniżenie poziomu hormonów. W ten naturalny sposób ciało spowalnia procesy starzenia, zapewniając nam dłuższe, zdrowsze życie.

Nie powinniśmy bać się życia po menopauzie. Sama w sobie, menopauza nie jest skomplikowanym procesem, a rzesze młodych kobiet, które obserwują u siebie tzw. objawy zaburzeń hormonalnych, bynajmniej nie przechodzą wcześniejszej menopauzy. W grę wchodzi inne czynniki – a my dysponujemy potężnymi narzędziami, które pozwolą nam rozwiązać problem. Kobiety mogą *odzyskać* dawne życie i wieść je w zdrowiu, ciesząc się każdym dniem.

PIERWSZA FALA TZW. OBJAWÓW MENOPAUZY – CO JĄ WYWOŁUJE

Oto, jak było naprawdę: kiedy w latach 50. ubiegłego wieku kobiety zaczęły uskarżać się na niewytłumaczalne objawy, lekarze i konserwatywni farmaceutycy, przypisując ich pochodzenie zmianie trybu życia, ignorowali trzy powtarzające się prawidłowości.

Pierwszą stanowiły wirusy. Wszystkie pacjentki urodziły się na początku XX wieku, w okresie, kiedy coraz powszechniejszym zagrożeniem stawał się wirus Epsteina-Barr i jemu pochodne.

Wirus Epsteina-Barr zwykle przenika do organizmu w młodości i czeka na sposobność, by wywołać chorobę objawiającą się stanem zapalnym. Specyficznym zbiegiem okoliczności okres inkubacji pierwszych, niegroźnych jeszcze szczepów wirusa dobiegł końca w momencie, kiedy wiele kobiet osiągnęło wiek 40-50 lat – stąd objawy. (W tym samym okresie coraz większym zagrożeniem stawało się zapalenie tarczycy Hashimoto. Więcej na ten temat w rozdziale 6: „Niedoczynność tarczycy i zapalenie tarczycy Hashimoto”).

Osoby urodzone w 1905 roku, u których do zarażenia wirusem Epsteina-Barr doszło w dzieciństwie, w roku 1950 miały 45 lat i dołączyły do pierwszej generacji ofiar nowej infekcji wirusowej. Fakt, że infekcja zbiegła się z początkiem perimenopauzy lub menopauzy, był czysto przypadkowy. Niemniej pacjentki często dowiadywały się, że uderzenia gorąca, nocne poty i zmęczenie mają podłoże hormonalne. Gdyby te symptomy objawiły się na wcześniejszym lub późniejszym etapie życia, winę zrzucono by na perimenopauzę albo postmenopauzę.

Druga prawidłowość, jaką dało się zaobserwować, dotyczyła napromieniowania organizmu. W konsekwencji stosowania groźnego wynalazku nazywanego „fluoroskopem do stóp” – co skutecznie zamieciono pod dywan – ówczesne kobiety były narażone na silne napromieniowanie, silniejsze niż w przypadku przebywania na obrzeżach strefy ewakuacyjnej wokół Czernobyla w 1986 roku!

Po wynalezieniu fluoroskopu ogromną popularność zyskały sklepy obuwnicze, w których można było wetknąć nogę w pudło z rentgenem. W zamyśle prześwietlenie miało umożliwić sprzedawcom lepsze dopasowanie obuwia do potrzeb klienta. Nikt jednak nie zbadał natężenia promieniowania towarzyszącego wykonaniu zdjęcia rentgenowskiego, a w sklepie nie sposób było spotkać lekarza. Odpowiedzialność za naciśnięcie groźnego przycisku spadała na zwykłego sprzedawcę.

Do napromieniowania dochodziło przy okazji każdej wizyty w sklepie obuwniczym. Wiele kobiet traktowało przymierzanie butów jako terapię i powtarzało ją co tydzień. Przekłada się to nawet na 800 zabiegów napromieniowania, skutkujących silnym zatruciem milionów kobiet.

Od roku 1950 fluoroskopy po cichu wycofywano ze sklepów obuwniczych, zupełnie jakby nigdy tam nie stały. W tym okre-

sie środowisko medyczne zaczynało sobie uświadamiać zębny wpływ radiacji i jestem przekonany, że w zaciszu gabinetów powiązano rosnącą liczbę problemów zdrowotnych u kobiet z wieloletnim, powtarzającym się kontaktem z silną radiacją – dziesiątki tysięcy pacjentek straciło w ten sposób nogę lub stopę.

Ale zamiast wskazać radiację jako głównego winowajcę, zespoły doradców zrzuciły odpowiedzialność za kobiece przypadłości na menopauzę – pomimo faktu, że u matek, babek i prababek kobiet uskarżających się na problemy zdrowotne menopauza przebiegała w sposób bezobjawowy.

W międzyczasie pojawił się trzeci czynnik spustowy: dichlorodifenylotrichloroetan (DDT), w latach 40. powszechnie używany niemalże do wszystkiego. Opryskiwano nim plony i parki, a dzieci dla zabawy namydlały swoje ciała pestycydami pochodzącymi z ciężarówek jeżdżących po przedmieściach. Domokrądcy pukali do każdego domu, polecając gospodyniom zakup puszki DDT do opryskiwania kwiatów i ogrodów. By udowodnić, że środek nie jest groźny dla ludzi, sprzedawcy spryskiwali nim jabłka, wmawiając klientom, że DDT zwiększa wartość odżywczą pożywienia. W roku 1950 DDT osiągnęło szczyt popularności, przyczyniając się do obciążenia toksynami ośrodkowego układu nerwowego i wątroby u niezliczonej rzeszy kobiet.

To zdumiewające, jak długo ignorowano zagrożenie. Gdyby nie Rachel Carson i jej opublikowana w 1962 roku książka „Silent Spring”, w której autorka zwracała uwagę na ciemną stronę pestycydów – co w konsekwencji doprowadziło do zakazania DDT i powołania do życia Agencji Ochrony Środowiska – świat prawdopodobnie nadal ignorowałby zagrożenie, jakie niosły ze sobą środki do opryskiwania roślin. Jak to zwykle bywa,

przeciwnicy Carson zarzucali jej histerię – czyli stosowano tę samą retorykę, co wobec kobiet zgłaszających się do lekarza z niewytłumaczalnymi objawami. Koniec końców okazało się, że to ona ma rację. Wyzwania, przed którymi stanęła, okazały się warte wysiłku, ponieważ w konsekwencji uratowała życie wielu kobiet.

(A przy okazji: to nie zbieg okoliczności, że kiedy korporacja produkująca DDT została zmieciona z rynku falą społecznego oburzenia, w siłę zaczęły rosnąć firmy oferujące terapię hormonalną).

Tymczasem menopauza stała się kozłem ofiarnym, na którego zaczęto błędnie zrzucać odpowiedzialność za najprzeróżniejsze objawy chorobowe, w tym nocne poty, uderzenia gorąca, zmęczenie, zawroty głowy, problemy z wagą, zaburzenia trawienia, zatrzymywanie wody, niekontrolowanie czynności fizjologicznych, bóle głowy, huśtawki nastrojów, drażliwość, depresję, stany lękowe, ataki paniki, kołatanie serca, trudności z koncentracją, zaburzenia pamięci, bezsenność i inne zaburzenia snu, suchość pochwy, nadwrażliwość piersi, ból stawów, mrowienie, wypadanie albo przerzedzanie się włosów, suchość albo pęknięcie naskórka oraz suchość i łamliwość paznokci.

Trudno uwierzyć, że winę za wszystkie wymienione tu problemy zrzucano na zdrowy i całkowicie naturalny proces – zwłaszcza że dotychczas przebiegał całkowicie bezobjawowo. Najłatwiej zignorować 30 lat pozbawionej odpowiedniego nadzoru styczności z intensywnym promieniowaniem, DDT i wirusowymi patogenami.

Kiedy kobiety zaczęły uskarżać się na problemy natury autoimmunologicznej i wirusowej, zespół chronicznego zmęczenia, fibromialgię, niedoczynność nadnerczy i tarczycy, różne przejawy wirusa Epsteina-Barr, tocznię, silne skażenie metalami

ciężkimi, niedoczynność wątroby i niedobór substancji odżywczych, środowisko medyczne nie potrafiło dostrzec prawdziwej przyczyny tych chorób, w rzeczywistości wywołanych wieloletnim kontaktem z radiacją, DDT i wirusami – zresztą po dziś dzień nie uznaje tych czynników za istotne.

Wtedy też narodził się argument „Wszystko to sobie pani wymyśliła”, a kiedy kobiety, walczące o poszerzenie swoich praw, głośno sprzeciwiły się wobec takiej pseudodiagnozy, uznano, że najprościej będzie je uciszyć opowieścią o hormonach. Lekarzowi łatwiej przechodziła przez usta formułka „To przez hormony”, niż szczerze przyznanie się do niewiedzy. Do połowy XX wieku lekarzy nie uznawano za nieomylnych, ale po roku 1950 środowisko medyczne podporządkowało sobie społeczeństwo. Po raz pierwszy w historii lekarz stał się równy Bogu.

CAŁA PRAWDA O HORMONALNEJ TERAPII ZASTĘPCZEJ

Kiedy koncerny farmaceutyczne zorientowały się, jak wielkie pieniądze można zarobić na modzie hormonalnej i produkcji leków „na menopauzę”, aktywnie włączyły się w nurt jej demonizowania. W latach 60. ubiegłego wieku wystartowała zakrojona na szeroką skalę kampania, w której przekonywano, że „niedobór estrogenu” winien jest wszystkich dolegliwości odczuwanych przez kobiety przed menopauzą, w jej trakcie i po niej. Poskutkowało to astronomicznym wręcz wzrostem sprzedaży produktów mających uzupełnić zapasy estrogenu w organizmie. Leki te określono mianem „hormonalnej teorii zastępczej” (HTZ).

Prace nad HTZ trwały już od dłuższego czasu. A kiedy lekarze zaczęli diagnozować u kobiet zaburzenia hormonalne, koncer-

ny farmaceutyczne wreszcie znalazły komercyjne zastosowanie dla – dotychczas – eksperymentalnych związków steroidowych. Przekaz brzmiał: „Dostrzegamy wasz ból i oferujemy rewolucyjną terapię opracowaną w naszych laboratoriach”. Ale w rzeczywistości firmy wykorzystały idealny moment, żeby rzucić na rynek produkt, nad którym pracowały od dłuższego czasu, ale dla którego nie mogły znaleźć zastosowania.

HTZ rzadko kiedy przynosiła wymierne efekty. W wyjątkowych sytuacjach osłabiała intensywność symptomów – ale nie poprzez przywrócenie równowagi, tylko ze względu na steroidową charakterystykę związków. HTZ po prostu tłumiała reakcję układu odpornościowego na stan zapalny wywołany przez wirusa, niedobór substancji odżywczych i styczność z toksynami pokroju DDT.

Innymi słowy, HTZ nie leczyła. Wprost przeciwnie – zdarzały się sytuacje, kiedy terapia maskowała chorobę, uniemożliwiając układowi odpornościowemu przeciwdziałanie jej rozwojowi. Podsumowując, choć HTZ pomagała niekiedy osłabić objawy choroby, jednocześnie sprzyjała rozwojowi nowotworów, bakterii i wirusów i potajemnie postarzała ciało – przynajmniej do momentu, kiedy wyrządzone szkody były tak wielkie, że nie sposób było ich już ukryć.

Lekarze zaczęli dostrzegać wyraźny – i nagły – wzrost liczby udarów i zachorowań na raka u kobiet stosujących HTZ. Był to ledwie pierwszy zwiastun problemów, jakie niosła ze sobą hormonalna terapia zastępcza, ale na tyle wyraźny, by zwrócić uwagę na zagrożenie. Wraz z pierwszymi doniesieniami o zachorowaniach sprzedaż HTZ spadła – przynajmniej na jakiś czas. Nie trzeba było długo czekać na kolejną kampanię reklamową, w której zapewniano, że nowy, zmodyfikowany produkt rozwiąże wszystkie problemy związane z menopauzą. Sprzedaż HTZ wróciła do normy.

W 2002 roku opublikowano wyniki Women's Health Initiative, szeroko zakrojonych badań klinicznych, w których przez dekadę udział wzięło ponad 160 tys. pacjentek w okresie pomenopauzalnym. Badania wykazały, że HTZ zwiększa ryzyko raka piersi, ataku serca i udaru², dostarczając dowodów na przyspieszanie przez hormony procesu starzenia organizmu. Kolejny raz sprzedaż HTZ spadła.

Kiedy na jaw wyszły zagrożenia wynikające ze stosowania HTZ, rządy światowe powinny były zakazać sprzedaży tych produktów i wdrożyć nowe programy badawcze ukierunkowane na rozwiązanie zagadki tajemniczych objawów prześladowających kobiety – co koniec końców pozwoliłoby oczyścić hormony z winy.

Tymczasem obrano odmienną strategię, wdrażając tzw. Naturalną Terapię Zastępczą (*Bioidentical Hormone Replacement Therapy*; NTZ) opartą na hormonach bioidentycznych.

NTZ jest bezpieczniejsza od HTZ. O ile? Tego nie wiemy. Każdy lekarz zdaje sobie sprawę, że NTZ jest terapią eksperymentalną i dopiero rozpoczyna swoją 30-letnią podróż usianą licznymi badaniami, tak samo, jak to było w przypadku HTZ. Niekiedy moda wywiera na świat medycyny wpływ tak silny, że nie sposób jest mu przeciwdziałać. W przypadku lekarzy taka moda przypomina dreptanie za Szczurołapem z Hameln – wszyscy starają się maszerować w jednym szeregu z kolegami, tak, żeby nie narazić na szwank swojej pracy zawodowej, ale też podnieść na duchu pacjentów szukających odpowiedzi na dręczące ich pytania. Bardzo trudno jest pogodzić te dwie motywacje. W przypadku kobiet żyjących w świecie, gdzie młodość ceni się wyżej od mądrości, istnieje silna presja, by sięgnąć po popularne pigułki albo krem obiecujący odmłodzenie skóry. Tego szaleńczego pędu nie zatrzyma nawet ujawnienie prawdy o roli hormonów w naszym życiu.

Niezależnie od tego, jakie argumenty słyszymy ani jak chwytliwego języka używają propagatorzy NTZ, jedno się nie zmienia: menopauza jest naturalnym etapem rozwoju człowieka i nie trzeba jej „leczyć”. Nie warto stawiać na szali swojego zdrowia, dając posłuch zgubnej koncepcji, która w przeszłości wyrządziła wiele złego.

Jednak osoby, którym zaproponowano zarówno NTZ, jak i HTZ i są zdecydowane, by jedną z nich wypróbować, powinny zdecydować się na tę pierwszą i zaopatrzyć się w leki u doświadczonego farmaceuty. Warto też udać się po receptę do lekarza preferującego filozofię holistyczną, który umiejętnie dopasuje dawki poszczególnych substancji i nie będzie traktował NTZ jako rozwiązania permanentnego, a raczej widzi w niej metaforyczny plaster na ranę. Równie pomocny może okazać się specjalista od ziołarstwa, wiedzący, które zioła pomagają przywrócić równowagę hormonalną.

Zdarza się, że ani NTZ, ani HTZ nie przynoszą ulgi w cierpieniu. Przez 25 lat praktyki spotykałem kobiety, które stosowały obie terapie i żadna nie przyniosła rozwiązania ich problemów (doświadczyły za to efektów negatywnych, to jest przyspieszenia procesu starzenia organizmu – wbrew zapewnieniom, że terapie hormonalne przywracają pacjentkom młodość). Widziałem też setki sfrustrowanych lekarzy niezdolnych pomóc swoim pacjentkom. Zasadniczy błąd polegał na tym, że terapie nie odnoszą się do kwestii problemów zdrowotnych błędnie przypisywanych menopauzie. Jeśli po zastosowaniu terapii hormonalnej pacjentka czuje poprawę, dzieje się tak tylko dlatego, że nie przyjmuje wyłącznie hormonów, ale też liczne suplementy i lepiej się odżywia.

Terapia hormonalna, ze względu na wykorzystanie w niej związków o cechach steroidów, działa jak leki immunosupresyj-

ne. NTZ może wytłumić objawy infekcji wirusowej – kołatanie serca i uderzenia gorąca (których, nawiasem mówiąc, lekarz nie łączy z wirusami) – tym samym potwierdzając tezę o skuteczności terapii hormonalnej. Warto przywołać tutaj problem suchości pochwy, który NTZ pozwala przynajmniej częściowo rozwiązać. Suchość pochwy jest objawem niedoczynności gruczołu nadnerczy, a nie perimenopauzy ani menopauzy, i dotyczy także 20- i 30-latek. Steroidy stosowane w ramach NTZ mogą pobudzić produkcję adrenaliny przez gruczoł nadnerczy; mechanizm ten może przynieść niekiedy ulgę kobietom cierpiącym na tę przypadłość, ale wiąże się ze zwiększeniem ryzyka dalszych zaburzeń pracy gruczołu.

Nie przeczę, że w organizmie może dojść do zaburzenia równowagi hormonalnej. Ale objawy, które lekarze określają mianem „menopauzalnych”, nie mają żadnego związku z poziomem hormonów płciowych, a raczej z hormonami produkowanymi przez gruczoł nadnerczy i tarczycę.

Badania śliny, krwi i moczu nie dają jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, czy w organizmie panuje równowaga hormonalna. Każda z tych metod jest zawodna i pozbawiona dokładności. Jeśli tarczyca nie produkuje wystarczającej ilości hormonów (innymi słowy, mamy do czynienia z jej niedoczynnością), to gruczoł nadnerczy będzie próbował skompensować ten niedobór, produkując więcej własnych hormonów. Niszczycielska siła nadmiaru adrenaliny wypacza wyniki badań krwi mających wykazać poziom progesteronu, estrogenów i testosteronu.

Wahania temperatury ciała, zatrzymywanie wody w organizmie, zawroty głowy, nocne poty, kołatanie serca, zmęczenie i inne objawy wymienione w poprzednich podrozdziałach – jeśli ująć je zbiorczo – jeszcze 60 lat temu były zjawiskiem nieznanym. Hormony płciowe nie są niczemu winne. Nie patrzymy

na problem z szerszej perspektywy. Nie zamierzam tutaj nikomu psuć szyków, prowokować ani posądzać lekarzy działających w dobrej wierze o złe intencje. Wszyscy mamy na uwadze jedno i to samo: dobro kobiet. Chcemy im zapewnić zdrowe życie. I temu służą informacje zawarte w niniejszym rozdziale.

Najłatwiej byłoby powtórzyć domysły i rady, których bez liku znajdziemy w internecie i literaturze tematu. Ale nie potrafiłbym z czystym sumieniem tego zrobić. Spokojny sen zapewnia mi świadomość, że wysłuchałem Ducha i przekazałem moim pacjentom prawdę. Jej upublicznienie na łamach niniejszego rozdziału jest dla mnie o tyle ważne, że pozwoli ochronić czytelników. Jedyne, czego pragnę, to przyczynić się do uzdrowienia chorych oraz uchronić ich przed chorobami przewlekłymi, nowotworami i udarami – zrobić to samo, co dla wszystkich tych kobiet, które odwiedzały mnie w przeciągu ostatnich lat. Chcę, żebyśmy wszyscy dożyli dziewięćdziesiątki albo setki – w zdrowiu i szczęściu.

Życie jest ważne. I dusza również. Dlatego kobiety powinny poznać prawdę o menopauzie. Wszystko sprowadza się do wyboru, podejmowania decyzji na podstawie wiarygodnych informacji. Jak można właściwie wybrać, jeśli nie znamy prawdy?

Pozbawieni wyboru, informacji i faktów, nie podejmiemy racjonalnej decyzji. Jest takie powiedzenie: „Zawsze masz jakiś wybór”. Ale nie tyczy się to sytuacji, kiedy zostajemy pozbawieni wszystkich opcji! Jeśli prawdę ukryto w pancernym sejfie, którego nie potrafimy otworzyć, albo jeśli została dawno zapomniana, to jak możemy właściwie wybrać?

Rzeczy, o których tutaj piszę, posłużą nam za kombinację potrzebną do otworzenia sejfu. I nawet jeśli tylko jedna czytelniczka wykorzysta zgromadzone w nim tajemnice, tak skutecznie ukryte przed kobietami, by uchronić się przed presją

otoczenia i nie podążać ślepo za tłumem, to przynajmniej ona będzie miała szansę na lepsze życie.

ZROZUMIEĆ WSPÓŁCZESNĄ MENOPAUZĘ

Dysonans między menopauzą a opisanymi tu objawami pogłębia się tym bardziej, im agresywniejszą postać przyjmują choroby kobiece. Zamiast zaatakować organizm po kilkudziesięciu latach uśpienia, kiedy kobieta osiągnie wiek 40 bądź 50 lat, niektóre szczepy wirusów i problemy wynikające z obciążenia toksynami manifestują się u 30- i 20-latek, a nawet kilkunastoletnich dziewcząt. Gdyby sytuacja ta miała miejsce w latach 40. i na początku lat 50. ubiegłego wieku – gdyby tajemnicze objawy dotyczyły kobiet we wszystkich grupach wiekowych – być może lekarze zastanowiliby się dwa razy, zanim zrzuciliby winę na menopauzę. Ale niewykluczone też, że firmy farmaceutyczne i badacze znaleźliby sposób, żeby nieco inaczej rozegrać tę sytuację.

Dlaczego zatem podejście lekarzy nie uległo zmianie? Przecież nie potrafią wyjaśnić, jak to się dzieje, że „objawy perimenopauzalne” występują u 18-latki, 25-latki czy 30-latki. A liczba chorych nieustannie rośnie; obecnie młode kobiety borykają się z identycznymi problemami zdrowotnymi, co 40- i 50-latki. Objawy, które u nich obserwujemy, to efekt działania wirusa Epsteina-Barr, zaburzeń tarczycy i wielu innych problemów, które od połowy XX wieku pozostawały ukryte przed opinią publiczną, podczas gdy wina za wszelkie dolegliwości spadała na hormony, perimenopauzę i menopauzę. Innymi słowy: to nigdy nie była wina menopauzy.

Dowód stanowi coraz młodszy wiek chorych. Co prawda, fluoroskopy i DDT wyeliminowano z przestrzeni publicznej,

ale współczesne kobiety nadal narażone są na kontakt z toksynami, pestycydami, herbicydami, metalami ciężkimi i innego rodzaju zanieczyszczeniami przemysłowymi – nie wspominając o toksynach nagromadzonych na przestrzeni poprzednich pokoleń. Dodajmy do tego epidemię wszelkiego rodzaju nowotworów, wirusów, bakterii i innych chorób wyhodowanych na gruncie toksyn współczesnego świata. A mimo to prawdę nadal przesłania nam ego, żądza zysku, potrzeba utrzymania pozycji i czysta głupota.

A tak przy okazji, lekarze nie przepisują 18-latkom ani HTZ, ani NTZ. Sugerują za to przyjmowanie tabletek antykoncepcyjnych – które ze względu na swój skład (bardzo zbliżony do leków steroidowych) tłumią objawy, nie rozwiązując problemu. (W przyszłości te same pacjentki zostaną poddane terapii HTZ lub NTZ. Ta druga rekomendowana jest w przypadku niewydolności nadnerczy albo zaburzeń pracy tarczycy u 30-latek, jeśli badanie krwi nie przynosi żadnych rezultatów).

Czytelnik musi zrozumieć, że opisane przed chwilą objawy uniemożliwiają wykonanie precyzyjnych badań poziomu hormonów, ponieważ organizm funkcjonuje wtedy zbyt chaotycznie. To samo tyczy się niedoczynności gruczołu nadnerczy. W obu przypadkach odczyty poziomu estrogenów i progesteronu będą niedokładne. Problem ten dotyczy milionów kobiet.

Poprawa stanu zdrowia w trakcie stosowania NTZ zwykle przypisywana jest działaniu terapii. Warto jednak zwrócić uwagę na fakt, że ten rodzaj terapii przepisują zwykle lekarze o podejściu holistycznym, którzy rozbudowują NTZ o zdrową dietę i odżywcze suplementy, dzięki czemu organizm odbudowuje zapasy potrzebnych mu substancji. Ale decydujące znaczenie ma

zmiana stylu życia. Jeśli obserwujesz u siebie opisane wcześniej objawy, powinieneś starać się zidentyfikować chorobę, która za nimi stoi. Przeczytaj pozostałe rozdziały książki – zarówno te wcześniejsze, jak i kolejne. Każdy z nas zasługuje na zdrowe życie. Czas je odzyskać.

CZYM JEST ZESPÓŁ NAPIĘCIA PRZEDMIESIĄCZKOWEGO

Na zespół napięcia przedmiesiączkowego często zrzuca się winę za depresję, biegunkę, zatrzymywanie wody w organizmie, stany lękowe, bezsenność, migreny i huśtawki nastrojów.

Całkowicie błędnie.

W rzeczywistości źródła wszystkich wymienionych objawów – podobnie jak domniemanych symptomów menopauzy – powinniśmy szukać w innych schorzeniach, w tym w nadwrażliwości ośrodkowego układu nerwowego, zespole jelita drażliwego, alergiach pokarmowych albo obecności toksycznych metali ciężkich. Objawy obserwujemy w okresie menstruacji, ponieważ miesiączka angażuje 80% zasobów organizmu. Te pozostałe 20% nie wystarcza do odparcia zagrożeń, z którymi w normalnej sytuacji bez trudu poradziłby sobie układ odpornościowy.

To kolejny przykład tego, jak mało środowisko lekarskie wie o kobiecych przypadłościach. Zamiast zrzucać winę za comiesięczne dolegliwości na układ rozrodczy, powinniśmy dostrzec w nim posłańca.

Jeśli i ty, czytelniczko, zmagasz się z objawami, które do tej pory kojarzyłaś z zespołem napięcia przedmiesiączkowego, wykorzystaj tę książkę, aby wysledzić prawdziwe źródło problemów i uwolnić się od stresujących miesiączek.



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Anthony William – jedyny lekarz, który korzysta z duchowych przesłań. Pomógł dziesiątkom tysięcy ludzi pozbyć się dolegliwości, które zostały błędnie zdiagnozowane, były nieskutecznie leczone lub uznane przez lekarzy za nieuleczalne.

**Czy jesteś zdezorientowany przez sprzeczne zalecenia lekarzy?
Próbowałeś już wszystkiego,
odwiedziłeś wszystkich możliwych specjalistów,
a nie widzisz żadnej poprawy?**

Autor podaje wiele naturalnych sposobów zwalczania kilkudziesięciu chorób i ukrytych epidemii które nękają ludzi, takich jak: fibromialgia, wypalenie nadnerczy, zaburzenia równowagi hormonalnej, choroba Hashimoto. Prezentuje zasady profilaktyki i regeneracji przy schorzeniach neurodegeneracyjnych, depresji, przewlekłych zapaleniach. Radzi jak poprawić trawienie i oczyścić organizm, a nawet podaje spis najzdrowszych potraw świata. Oferuje również metody przywrócenia równowagi duchowej po chorobach emocjonalnych.

Cała prawda o uzdrawianiu.

Anthony jest jasnowidzem i zdrowotnym mędrce obdarzonym zdumiewającym darem. To on pomógł mi zidentyfikować i wyleczyć chorobę, z którą zmagalam się przez długie lata.

Kris Carr, autorka bestselleru
New York Timesa „Sexy soki”

Patroni:



Cena: 49,40 zł

ISBN: 978-83-7377-763-7



9 788373 777637