

NEBOJTE SA LEKÁRA

Hapčí!

Patrite k tridsiatim miliónom Európanov, ktorí trpia sezónnou alergickou nádchou? Máme pre vás štyri tipy, ako si pomôcť.

Vedeli ste, že peľové zrnká ambrosie sa dokážu vetrom roznieť aj na stovky kilometrov? Táto burina je silným alergénom, len jediná rastlina vyprodukuje za sezónu miliardy peľových zrn. Na to, aby alergik pocítil problémy, stačí päť zrníek v kubickom metri vzduchu.

Pred peľmi prakticky niet úniku. Talianky sever je napríklad plný brezových alejí a ich agresívny peľ odnáša vietor na jar do okolitých krajín. Najhoršie sú

na tom obyvatelia miest, pretože tamojšie peľe rastlín sú oveľa agresívnejšie ako peľe rovnakých rastlín na vidieku. Súvisí to so znečisteným ovzduším.

Ak nastúpia príznaky ako kýchanie, kašeľ, opuchy očí, nosnej sliznice a vodnatý výtok z nosa, treba sa obrátiť na alergiológa. Moderná medicína pozná účinné lieky na potlačenie týchto príznakov. My sme pre vás vybrali niekoľko typov alternatívneho prístupu k liečbe alergií.

1 Bez mlieka a s bylinkami

Tradičná čínska medicína učí, že na začiatku boja s alergiou treba najskôr posilniť slezinu. Práve ona zodpovedá za stav imunity. Na ďalšom mieste sú obličky a pľúca. „Slezinu dokážeme povzbudiť bylinami a úpravou stravy. Alergik by v prvom rade nemal jesť cukor a mliečne výrobky,“ hovorí terapeutka tradičnej čínskej medicíny Monika Křeková.

„Namiesto kravského mlieka odporúčam ryžové alebo obilné mlieko, ktoré kúpite aj v biopredajniach. Ak už sladíte, tak sladom alebo medom. Samozrejme, v prípade, že alergik toleruje včelie produkty.“ Výbornou prevenciou sú peľové zrnká, ktoré sa dajú zohnať aj priamo od včelárov. Stačí jedna kávová lyžička denne asi dva mesiace pred sezónou. Organizmus si stihne vytvoriť protilátky proti alergénu. Dôležitou súčasťou liečby alergií sú byliny, a to buď v tabletkách, alebo vo forme čajov. Zo zoznamu, ktorý sa nachádza

v receptári terapeutky, je nám známy iba skorocel a marhuľa. V prvom prípade sa využíva semeno, v druhom kôstka. Ostatných osem bylín, z ktorých sa robí liečivý odvar, má v preklade z čínštiny názov – napríklad Ochrana pred vetrom.“

Aký rýchly je nástup účinku? „Moje skúsenosti hovoria, že aj keď je stav akútny, už na druhý deň po užívaní čajov sa človeku výrazne uľaví a potlačia sa ne-

prijemné príznaky. Alergiu je možné aj úplne vyliečiť, pokiaľ nie je rokmi zanedbaná. Keď má človek problémy dve alebo tri sezóny, úspech sa môže dostať rýchlo,“ hovorí Monika Křeková.

Hotový čaj z desiatich druhov bylín



FOTO: profimedia.sk

2

Ovplyvnite lymfocyty

Imunoglobulíny sú prírodné, imunologicky aktívne polysacharidy získavané z *Pleurotus ostreatus*, ktoré aktivujú dôležité imunitné bunky, napríklad makrofágy, neutrofile či NK-bunky. Priaznivo ovplyvňujú imunitnú odpoveď organizmu vystaveného vplyvu alergií.

MUDr. Katarína Bergendiová, PhD., klinická imunologička a alergiológička, vysvetľuje: „Imunoglobulíny sú vhodné aj pri užívaní antihistaminík.

Ich dlhodobé súčasné užívanie zmierňuje prejavy alergie. Jedným z mechanizmov pôsobenia imunoglobulínov je ovplyvňovanie bielych krviniek, takzvaných lymfocytov. Správny pomer jednotlivých podskupín lymfocytov umožňuje správnu reakciu organizmu na alergény. Pri alergii dochádza k posunu jednotlivých podskupín lymfocytov. Práve výhodné ovplyvňovanie lymfocytov umožňuje minimalizovať až normalizovať precitlivený organizmus alergika.“



Bohatým zdrojom imunoglobulínov je aj hľiva.

FOTO: ESTER HARTMANOVÁ

KATARÍNA ČULENOVÁ

FOTO: profimedia.sk

3 Elektromagnetické vlny

Ľudské telo vysiela elektromagnetické vlny, ktoré sú merateľné špeciálnym prístrojom. Ak sa stretnete s alergénom, vaše telo začne vytvárať abnormálne patologické vlnenie, ktoré sa dá takisto zachytiť. Prístroj dokáže odhaliť nielen to, o aký alergén ide, ale aj liečiť. Vytvorí a vyšle naspäť do tela pacienta také elektromagnetické vlnenie, ktoré „zruší“ patologické vibrácie. Človek po liečbe už nereaguje na alergén. To je v skratke princíp biorezonančnej terapie, s ktorou pracuje MUDr. Slavomír Belcák, MPH: „Prístroj má v pamäti stovky údajov, záznamov frekvencií, ktoré vydávajú rôzne potenciálne alergény od orecha cez palinu až po roztoče. Keď zistím, na čo je vlastne človek alergický, najskôr prístrojom podporím pečeň a obličky, aby sa organizmus detoxikoval. Asi pri druhom alebo treťom sedení sa začína riadené znižovanie citlivosti na príslušný alergén. Aby prístroj vedel, na akej frekvencii má vysielať liečivé vibrácie, vložím doň genetický materiál pacienta – slinu alebo kvapku krvi.“ Terapia sa dá podporiť aj tým, že pacient odchádza domov s nalepeným biočipom, ktorý dokáže dva týždne vysielať vlnenie s potrebnou frekvenciou.

FOTO: MICHAL ŠEBEŇA



Čip sa nalepiť na telo.



Ihly zaberajú rýchlo.

NEBOJTE SA LEKÁRA

4 S ihlami v predlaktí

Účinným prostriedkom na zmiernenie príznakov alergie je aj technika VAA. „Na predlaktiach existujú špeciálne citlivé body, do ktorých sa vpichnú ihly,“ hovorí MUDr. Slavomír Belcák, ktorý sa túto metódu naučil na univerzite v Šanghaji.

Ubezpečuje, že vpich nie je bolestivý, pretože sa vedie len asi dva milimetre pod kožou. Miesto, kde sú ihly zasunuté, sa prelepí a človek môže odísť za svojimi povinnosťami. Najskôr na štyri hodiny, potom na osem a nakoniec aj na dvanásť. „Príznaky alergie ako slzenie, únava, pokles tlaku, výtok z nosa zmiznú veľmi rýchlo,“ dodáva. Dĺžka liečby je individuálna.

Čiňania aj Japonci dodnes používajú extrémnu liečebnú metódu liečby alergií. Keď už nezaberajú žiadne lieky, bylinky ani klasická akupunktúra ihličkami, vypália do príslušných akupunktúrnych bodov jazvu špeciálnou „cigarou“ naplnenou liečivou rastlinou. Jazva, ktorá na mieste vznikne, potom permanentne dráždi citlivý bod a alergja sa zmierni alebo úplne potlačí. Túto metódu vyskúšal aj slovenský lekár, ktorý si však neželá publicitu: „Trápila ma potravinová alergja, opúchal som. Pomohlo mi to takmer okamžite, už nikdy som napriek stretnutiu s alergénom neopuchol.“

Zaujímavosť

P7-110321/1



klinicky overené účinky



Imunoglukan P4H®

Imunoglukan + vitamín C
posilní vašu imunitu:

- pri citlivosti na alergény
- v období zvýšenej chorobnosti a strese
- pri opakovaných infekciách
- pri stavoch vyčerpania
- pri psychickej a fyzickej záťaž

Imunoglukan P4H® je voľnopredajný výživový doplnok, dostupný v každej lekárni.



Výrobca: PLEURAN, s r.o.
Súkennícka 15, 821 09 Bratislava, SK
Tel.: +421 2 5341 5577, E-mail: info@pleuran.sk
www.pleuran.sk, www.imunita.sk