

nost proti virovým a bakteriálním infekcím. Kdo trochu zná jógu, ví, že jogíni používají výborně promyšlené očištné techniky, kdy jednou z nich je laváž nosu, která je prospěšná i nejobyčejnějším.

Ganglion bez operace

Během minulého měsíce jsem řešila dva případy ganglionu na hřbetu ruky. Osobně se mi vytvořil přes noc, kdy předešlý den jsem měla aplikovanou injekci do hřbetu ruky. Druhý případ byl zaměstnanec kolegy z poradny, kdy příčinou mohl být úraz. Co je to ganglion? Ganglion je pseudocysta vyplněná rosolem a vzniklá v blízkosti kloubů a šlach na ruce nebo noze. Gangliony se většinou objevují na hřbetní straně zápěstí. Za jeden z významných faktorů vzniku ganglia se považuje dráždění v dané oblasti nebo infekce a úraz. Ganglion působí bolest, komplikuje pohyblivost kloubu nebo je vnímán jako ošklivý. Je možné jej zkusit odstranit aktivně, a to buď vyříznutím, nebo (není-li rosol příliš hustý) napíchnutím a odsátím. Základem klasické léčby je chirurgické odstranění části kloubního pouzdra nebo šlachové pochvy, ze které ganglion vyrůstá. Avšak ganglia se ráda znovu objevují, mohou se postupně zvětšovat a svou velikostí postupně ruku invalidizovat. Potom i menší fyzická zátěž ruky může být pro pacienta nepříjemná

až bolestivá. S kolegou jsme se rozhodli udělat pokus a zkusit odstranění ganglií bez operace, za použití DMSO. Dimethylsulfoxid je čistě přírodní výtažek ze dřeva, sloučenina se sírou, který se používá jako přenašeč účinné látky do kůže, tkání, svalů, kloubů a dalších orgánů v těle. DMSO lze použít i samostatně na řadu aplikací. Předtím než se rozhodnete použít DMSO, je dobré udělat test, zda nejste na tuto látku alergičtí nebo zda vaše játra nejsou příliš slabá. Problémy mívá nanejvýš jeden ze 100 lidí. Test uděláte tak, že na umyté a vysušené rameno nanese kapku DMSO, vetřete ji do jednoho místa pokožky a necháte během 15 minut úplně vsáknout. Pokud během pár hodin nebudete cítit žádnou bolest v oblasti jater, pravděpodobně vám nebude dělat použití DMSO žádné problémy. Pro jistotu ale počkejte dalších 24 hodin. Můj ganglion i ganglion kolegy zmizel do 14 dnů po několika aplikacích DMSO, přímo na „bouli“, a to bez operace!

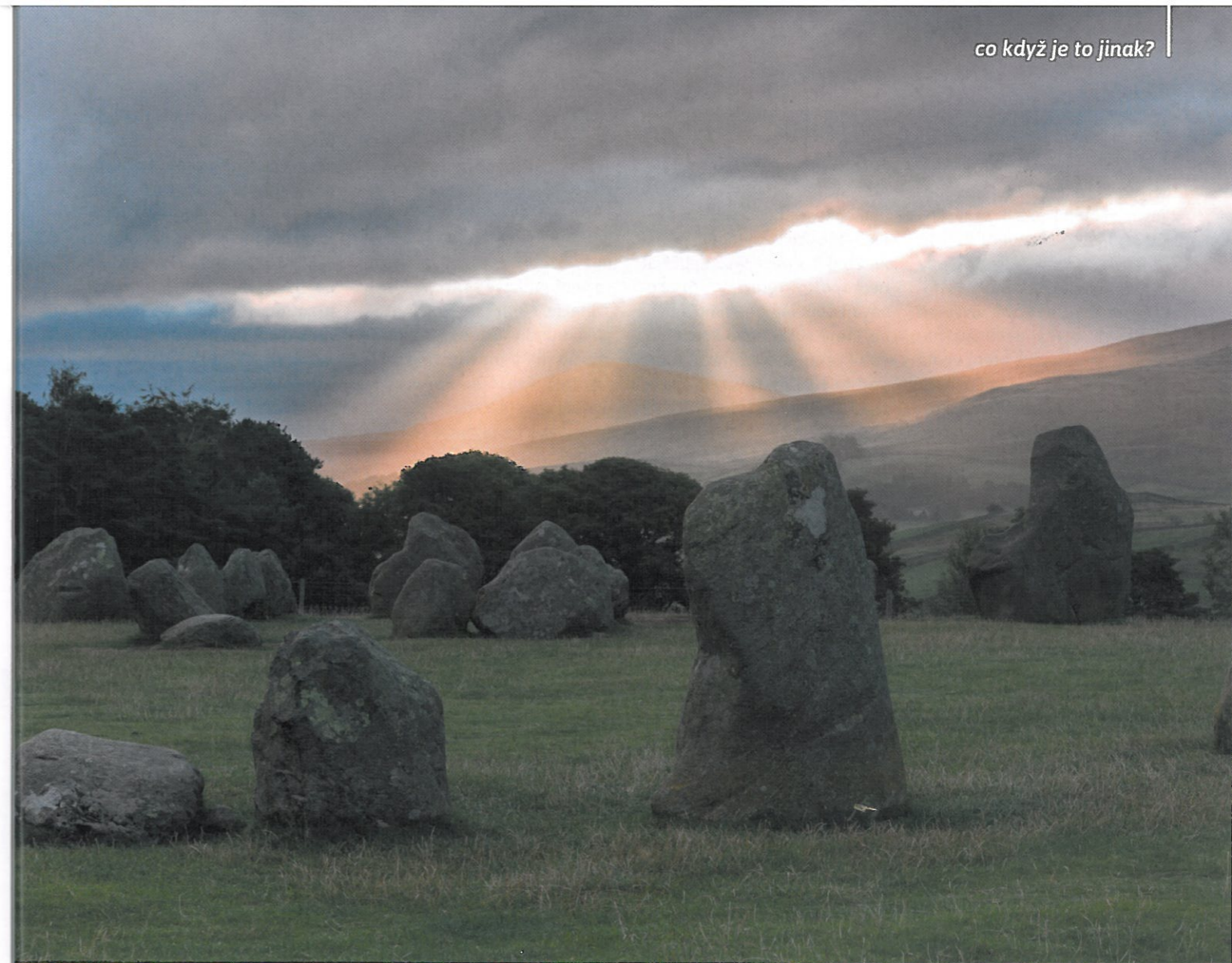
Válka titánů

Začíná strašlivá a dlouhá válka – titanomachie. Kronos i Zeus věděli, že tato válka nemá konce, tak se dohodli, že se utkají mezi sebou. Zeus na svého otce vyslal blesky a ten zase na oplátku meteority. Nakonec po deseti letech Zeus vyřídil svého otce bleskem a potom jej i ostatní

Titány svrhl do podsvětí. Zeus rozkázal Prométheovi, aby vytvořil lidské pokolení, aby Zem nebyla prázdná. Když tak učinil, Zeus mu zakázal dát lidem oheň. Když Prométheus viděl, jak lidé mrznou a jí syrové maso, ukradl Diovi oheň. Za tento čin nechal Zeus Prométheovi každý den trhat játra mohutným orlem. Nepokořil se a hrdě nesl svůj osud v bolesti. Atlas byl rozeznán krutostí Dia a pomohl Titánům z vězení a nastalo peklo. Vznikaly tornáda, blesky, potopy, padaly hvězdy a meteority. Lidé si byli jisti, že toto je hněv bohů. Zeus se svými bratry nakonec vyhrává a poražené Titány uvrhne do Tartaru a sám se ještě s několika bohy usídli na hoře Olympu. Atlas se změnil v kamennou horu, ční až k nebesům. Ta nese navěky tíhu nebeské klenby. Řecká mytologie má své bohy, polobohy a řadu bájných tvorů a příšer, jako trojhlavého psa Kerbera – strážce vchodu do podsvětí, oblundného stohlavého draka Ládóna, který chrání zlatá jablka v zahradě Hesperidek. Čas titánů a souboj s nimi ale definitivně neskončil, někteří tu jsou stále mezi námi v podobě parazitů...

Těší se na Vás

Elen „Škulovcová“ Turková
Zapper-club Praha 2
Anny Letenské 16, tel. 734 188 668
www.parazitivnas.cz



Po tisíce roků záměrně překrucované dějiny vládnoucí „šlechtou“

Ještě jednou se vrátím do historie, která o 180 stupňů obrací informace předkládané nám, obyčejným smrtelníkům, oficiální vědou. Historie, jejímiž hlavními hrdiny jsou naši předkové Praslované je tak fascinující, že mi to nedalo a předkládám alespoň krátký náhled událostí, které utvářely svět, v němž žijeme dnes.

text: František Kouba foto: Shutterstock.com

Nerad bych se tu zabýval letopočty a výčtem jmen „slavných“ dobyvatelů. O nich bylo napsáno nespočet knih a natočeno tolik filmů a her, že tu už na lásku a tvoření moc místa nezbyvá.

Pojďme tedy pohlédnout do tváře minulosti nám většinou neznámé. Před dvanácti tisíci lety se paleolitické etnikum živilo hlavně lovem a sběrem. V této době se již kmeny dělily na lovce tzv. Kromaňonce a ty

druhé, kteří se začali více zabývat obděláváním půdy, tedy neolitiky.

Na evropské půdě byli nejznámější představiteli lovecko-kořistnické kultury Keltové, kteří se do Evropy začali šířit z Afriky někdy před pěti tisíci lety a byli známí tím, že v rámci svých náboženských praktik přinášeli krvavé lidské oběti.

V té době už byla téměř celá Evropa osídlena a obdělána pracovitými a mírumilovnými neolitickými zemědělci, jejichž

Nezapomeňte na kopřivu!

text: redakce NR foto: Shutterstock.com



Nastává nevhodnější doba vydat se na mladé kopřivy. Kopřivy dosahují různé výšky, někdy až do velikosti dospělého člověka, nevhodnější je však sklizeň bylinné drogy, když je výška rostliny do půl metru. Malý mladý list a mladá nať je nejužitečnější. Kopřivu můžete sušit v horku a temnu, pokud ztmavne například sušením na slunci, použijte ji spíše jen na koupele vlasů a pokožky hlavy, i tak poslouží ještě dobře jako tonizující prostředek.

Jako nejlepší prostředek pro vlasy se doporučuje odvar z kořene kopřivy, který je však pracnější, nebo je velmi účinný zápar z čerstvé kopřivy – hrst čerstvých listů vhodte do ½ l vroucí vody, přikryjte pokličkou, odstavte na půl hodiny, sceďte. Jeden hrnek vypít, listy můžete sníst, zbytek vetřít do vlasové pokožky, opakovat obden.

Kopřivový čaj (zápar), který je skutečně nutno louhovat zmlíněnou delší dobu, aby se z listů uvolnily účinné látky, je vlastnostmi podobný ženšenu. Má tonizující a stimulační účinky, působí proti únavě,

je močopudný, podporuje krvetvorbu, stimuluje látkovou výměnu v játrech a celém těle. Detoxikační proces můžete podpořit přidáním čerstvých pampeliškových listů (čtvrtina pampelišky na množství kopřivy). Čaj se doporučuje připravovat a vypít vždy co nejčerstvěji, po hodině stání již tmavne, hořkne a oxidačním procesem ztrácí účinnost.

Kopřiva je vhodná i k podpoře tvorby mléka u kojících žen, čistí krev od dusíkatých látek při revmatických onemocněních, stimuluje slinivku při diabetu a zvýšené

hladině cukru v těle, působí i při alergiích a ekzémch, čistí cévy, zvyšuje imunitu a snižuje zahlenění v trávicím traktu, zvyšuje obsah železa v krvi.

Kdo celý den stojí na nohou, může zkusit i několikaminutové střídavé přešlapování v čisté studené vodě a horké kopřivové koupeli, které uleví od nočních bolestí a křečí v nohách. V neposlední řadě stojí doporučení využít jarní síly čerstvých mladých lístků kopřivy do salátů či pro výrobu kopřivového špenátu.

Starší moudří vědí, že dávka bezpečné dusíkaté složky, která se skrze drobné kopřivové chloupky dostává do vaší pokožky a spouští histaminovou reakci s doprovodným svěděním, pálením a vyskákáním pupínků, je součástí léčebného efektu lokálního překrvení a zvýšení látkové výměny u revmatických a oběhových potíží! Někteří si v tom vyloženě libují, ale většinou v tom zůstávají sami, neb malí pomocníci se svými mladými klouby tomuto ještě nemohou přijít na chuť! Dejte jim rukavice a vyražte na kopřivy ☺.

