

## **Bóle fantomowe.**

Mam 63 lata. Od ponad 10 lat choruję na miażdżycę tętnic w nogach. Jeden z lekarzy, u którego się leczyłem, już w 1988 roku powiedział, że wie jak mnie wyleczyć z choroby „tłusta dieta”, ale oficjalnie nie może tego zrobić. W 1988 roku amputowano mi lewą nogę ponad kolaniem.

Choroba rozwijała się w drugiej nodze, mimo systematycznego leczenia. Z nogą było coraz gorzej i groziła mi jej amputacja. Noga była silnie obrzęknięta, skóra była cała w brązowych plamach i łuszczyła się, bóle były tak silne, że dostawałem morfinę. Stopa czerniała.

Od początku choroby przeszedłem na dietę jarską, jadałem dużo ziemniaków, warzyw i owoców. Miałem trupa cerę, oczy zapadnięte i wychudłem do 56 kg. Z bólu nie mogłem sypiać - przez wiele lat zjadłem duże ilości nitrzapamu i wiele innych leków, średnio 16 tabletek na dobę.

Żywnienie optymalne stosuję od lipca br. Odnotowałem 99% zmian na lepsze pod każdym względem. Ustąpiły obrzęki i bóle nogi, skóra robi się ładna, noga żyje, skurcze przy chodzeniu i bóle w spoczynku ustąpiły po kilku tygodniach. Ogromne zaparcia, które miałem od lat, ustąpiły po kilku dniach.

Po operacji pojawiły się w amputowanej nodze silne bóle fantomowe w bliźnie po operacji. Na diecie bóle te nieco się zmniejszyły, ale występują nadal. Czy dłuższe stosowanie diety może pomóc i na te bóle, czy też będzie potrzebna, jak mówią mi lekarze, następna operacja?

Dlaczego już 10 lat temu lekarz powiedział, iż wie, jak może mnie wyleczyć tłustą dietą, a nie mógł tego zrobić, bo nie było wolno. Kto zabraniał lekarzom skutecznego leczenia chorych. Wiem, że gdybym wówczas zastosował tłuste jedzenie, to miałbym obie nogi, gdyż prawa noga nie była w lipcu lepsza od lewej, którą mi obcięto.

Dlaczego stosując cały czas dietę niskotłuszczową miażdżyca nawet mi się nie zatrzymała, a postępowała nadal?

S.F.

## **Odpowiedź:**

Spotykałem bardzo wielu jaroszy, u których poziom cholesterolu i trójglicerydów był bardzo wysoki, a miażdżyca postępowała bardzo szybko.

Stwierdzono powszechne występowanie miażdżycy u słoni afrykańskich, nie znajdowano natomiast miażdżycy u Eskimosów, Masajów, Hunzów i innych pasterzy.

Słonie nie jedzą jajek, masła, słoniny, nie palą tytoniu, nie prowadzą siedzącego trybu życia. Zatem jajka, masło, smalec, wieprzowina, palenie tytoniu, brak ruchu i inne "czynniki ryzyka" przyjmowane za pewnik przez „naukę” - nie są przyczyną miażdżycy.

Eskimosi jedzą dużo białka zwierzęcego, a pasterze jedzą dużo tłuszczów zwierzęcych, ale łączy ich to, że jedzą mało węglowodanów!

Wniosek może być tylko jeden: gdy węglowodanów w diecie jest mało, miażdżycy być nie może. Gdy węglowodanów w diecie jest mało, miażdżyca musi się cofać.

Miażdżyca może rozwijać się u ludzi jedzących chudo (w tym jasko) tylko wówczas, gdy działają dodatkowe czynniki zmuszające organizm do zamiany węglowodanów na trójglicerydy, a następnie na cholesterol w komórkach ścian tętnic.

Najważniejszym i najczęściej spotykanym takim czynnikiem jest niedobór białka w diecie, w stosunku do spożywanych węglowodanów i niska jakość biologiczna tegoż białka.

Słonie mają dość białka w trawie, gdy trawa jest zielona. Gdy trawa wyschnie białka im brakuje, a miażdżyca rozwija się bardzo szybko. Równie szybko zmiany miażdżycowe cofają się u słoni, gdy trawy ponownie zazielenią się na sawannie.

Do spalania węglowodanów potrzebna jest duża ilość białka, składników mineralnych (szczególnie magnezu) i witamin. Gdy tych czynników w diecie brakuje, organizm jest zmuszony do zamiany dużej ilości węglowodanów na trójglicerydy i cholesterol.

Jeśli wytwarzanie trójglicerydów i cholesterolu odbywa się w ścianie (śródbłonku) tętnic - to rozwija się miażdżyca.

Przy przetwarzaniu węglowodanów na trójglicerydy i cholesterol zużycie białka, witamin i składników mineralnych jest znacznie mniejsze, niż przy ich spalaniu w cyklu heksozowym i przede wszystkim daje duże ilości tlenu w tkankach dystroficznych, do których należy śródbłonek tętnic.

Na miażdżycę bardzo często chorują ludzie otyli otyłością ubogich, którzy jedzą chudo. Występuje u nich ten sam mechanizm, który jest przyczyną miażdżycy u słoni afrykańskich.

A więc miażdżyca rozwija się w organizmie w dwóch przypadkach, gdy;

- na pastwisku (dieta jarska, ubogobiałkowa), gdy organizm zmuszony jest głównie przez dietę do oszczędności białka i mikroelementów,
- przy kotytku, gdy węglowodany są dla organizmu "niechcianym" źródłem energii z uwagi na wystarczającą ilość tłuszczu. W takim przypadku węglowodany są wykorzystywane przez organizm głównie jako źródło tlenu w tkankach dystroficznych.

Złym człowiekiem i złym lekarzem był lekarz, który już w 1988 roku wiedział jak mógłby pana wyleczyć z choroby „tłusta dieta”, ale nie zrobił tego.

W tym czasie prowadziłem Arkadię w Ciechocinku, nadawane były programy telewizyjne o metodach stosowanych w Arkadii i o wynikach leczenia, emitowano programy radiowe i publikacje prasowe.

Lekarzowi nie wolno odrzucać, bez sprawdzenia żadnej nowej metody leczenia, gdyż może być skuteczna - nauczał ojciec medycyny Hipokrates.

Jeśli przed 10 laty już trafiali się lekarze, którzy potrafili zrozumieć moją wiedzę i wyciągnąć trafne wnioski, to ich obowiązkiem było praktyczne stosowanie wiedzy, którą udało im się pojąć i która w praktyce jest tak skuteczna.

Od 1980 roku każdy minister zdrowia, wielu profesorów i polityków było informowanych o możliwościach jakie stwarza moja wiedza. Skutek był żaden.

W Akademii Zdrowia "Arkadia", którą prowadziłem w latach 1987-1990 przebywało wielu chorych na miażdżycę tętnic czy chorobę Buergera. W większości choroba była bardzo zaawansowana, mieli duże owrzodzenia, martwicę, byli po długoletniej chorobie i długoletnim "leczeniu", które z zasady nasilało postępy choroby. Szybka i bardzo duża poprawa występowała u wszystkich, a kilkadziesiąt nóg zakwalifikowanych do amputacji udało się uratować. Po kilku, kilkunastu miesiącach Diety Optymalnej „nieuleczalne” choroby ustępowały.

Gdyby więc w 1988 roku zastosowano u pana "tłuste jedzenie" to miałby pan obie nogi i zupełnie inne życie.

Bóle fantomowe są spowodowane przyczyną psychiczną i jeśli już są to Żywnienie Optymalne nie może w pełni ich usunąć.

Jan Kwaśniewski.