

Choroba Bechterewa, przerost prostaty, wysoki cholesterol i OB.

Mam 53 lata. Od 25 lat chorowałem na chorobę Bechterewa, kamienie w nerkach, chorobę wieńcową, miałem silne bóle kręgosłupa, unieruchomioną zupełnie klatkę piersiową tak, że mogłem oddychać tylko brzuchem. Lewy staw biodrowy był całkiem usztywniony. Miałem dolegliwości ze strony gruczołu krokowego, który był powiększony. Badanie USG wykazało, że ma on wymiary 59/48 mm.

Żywnie Optymalne stosuję od 2 lat. Jest super!

Bóle kręgosłupa ustąpiły zupełnie, kręgosłup się rozruszał, a moja postawa wyprostowała. Piasek i kamienie w nerkach ustąpiły. Całkowicie sztywny staw biodrowy również rozruszał się. Dolegliwości ze strony prostaty ustąpiły, a badanie USG wykazało, że gruczoł krokowy zmniejszył się do 45/40 mm.

Dużo ćwiczę, biegam i nic mnie nie boli. Nawet po dłuższych wysiłkach nie mam bólów za mostkiem. Nie męczę się przy wysiłku, oddycham klatką piersiową, a nie brzuchem jak było dawniej. Zjadam bardzo mało.

Prawie nie spożywam węglowodanów. Cholesterol wzrósł na 520, a później spadł na 330, obecnie znów się podniósł na 486. Tylko kamień w woreczku, który był na 4 cm, nie rozpuścił się, tylko zmniejszył do 2,8 cm. OB mam nadal 39 i nie wiem dlaczego.

J.M.

Odpowiedź:

Choroba Bechterewa, czyli zeszywniające zapalenie stawów, głównie kręgosłupa, jest chorobą z autoagresji rozwijającą się tylko przy żywieniu pastwiskowym (dieta jarska). Po dłuższym okresie choroby dochodzi do usztywnienia kręgosłupa, zmniejszenia wzrostu, usztywnienia klatki piersiowej, typowych dla tej choroby zmian z postawie. Bywają zajęte stawy, najczęściej kolanowe, rzadziej biodrowe. OB bywa znacznie podwyższone.

Częściej chorują na nie palacze i mężczyźni, częściej ludzie wykonujący pracę fizyczną w chłodzie, ale co może się wydać zaskakujące, nie chorują na tę chorobę tragarze pracujący w chłodniach, ale tylko w tych, w których przechowuje się mięso.

Bywa, że nawet u chorujących przez wiele lat, po przejściu na Żywnie Optymalne wszystkie dolegliwości spowodowane chorobą ustępują, ustępuje sztywność kręgosłupa i uruchamia się sztywna klatka piersiowa, a chorzy "rosną" o kilka centymetrów.

Dobrym wskaźnikiem ustępowania choroby jest poziom OB. U chorych przebywających w Akademii Zdrowia Arkadia OB obniżało się średnio o ok. 44 % w okresie 12 dni.

U tych chorych, po dłuższym okresie Żywnie Optymalnego, najczęściej spotykałem przypadki, że OB wynosiło 0 (zero).

U pana OB jeszcze jest zbyt wysokie. Czasem u ludzi zdrowych bywa jeszcze wyższe. Nie jest to wskaźnik bezwzględnie swoisty i ma tylko znaczenie orientacyjne.

Ważna jest obserwacja, że ustąpiły dolegliwości związane z przerostem prostaty, a gruczoł krokowy znacznie się zmniejszył. Często bywa, że po przejściu na Dieta Optymalną gruczoł krokowy zmniejsza się, a dolegliwości związane z uprzednim jego przerostem ustępują. Informowano mnie o wyleczeniu z nieoperacyjnego raka gruczołu krokowego.

Człowiek tak został stworzony, aby mu nic nie przerastało. Jeśli przerasta to zawsze oznacza, że człowiek popełnia poważne błędy. Są to prawie wyłącznie błędy w odżywianiu, bowiem wszystkie przemiany i procesy zachodzące w organizmie są sterowane, uruchamiane lub blokowane poprzez dostarczane substraty w pożywieniu.

Każda choroba ma swoją przyczynę, każda przyczyna wywołana jest nieodpowiednimi czynnikami dostarczanymi w pożywieniu i niedostarczaniem tych składników, które organizm otrzymać powinien.

Mogą być nieliczne wyjątki, ale na ogół u chorych z powiększonym gruczołem krokowym Żywnie Optymalne powoduje zmniejszenie tego gruczołu i ustąpienie dolegliwości.

W porównaniu do wszystkich metod stosowanych w usuwaniu objawów przerostu gruczołu krokowego tak farmakologicznych, jak i operacyjnych czy jeszcze innych, Żywnie Optymalne jest najbardziej fizjologiczne, najbardziej przyjemne, najbardziej bezpieczne i przy tym - nic nie kosztuje.

Przyczyną wysokiego poziomu cholesterolu może być to, że prawie nie zjada pan węglowodanów.

Krwinki czerwone i niektóre inne tkanki muszą mieć węglowodany. Nie są to duże ilości. Na ogół wystarcza 0,8 g węglowodanów na 1 kg wagi ciała na dobę. Gdy nie dostarcza się węglowodanów w pożywieniu organizm musi je wytwarzać. Wytwarza je głównie wątroba. Powstają z białka, mogą powstać z glicerolu. Życie jest logiczne, a jego prawa rozumne. Dlatego organizm bardzo łatwo potrafi przetworzyć gorsze na lepsze, czyli węglowodany na tłuszcze, ale nie potrafi zrobić odwrotnie, to znaczy przetwarzać tłuszczów na węglowodany.

Jan Kwaśniewski