

Przekwitanie u kobiet.

Od listopada 1997r. jestem na diecie optymalnej. Mam 56 lat, chorowałam na chorobę wieńcową, nadciśnienie, z moim przewodem pokarmowym było źle. Po 2 tygodniach diety optymalnej odstawiłam wszystkie leki i tak jest do dnia dzisiejszego. Czuję się bardzo, bardzo dobrze. Śledzę wszystkie pana informacje w „Dzienniku Zachodnim” i nie natknęłam się na informację o zażywaniu leków hormonalnych przez kobiety. Hormony biorę od 4 lat.

System 50 co 4-5 dni i Orgametril przez 12 dni. Proszę o odpowiedź czy muszę je zażywać? Czy po przerwaniu tych kuracji będę miała uderzenia gorąca do głowy i silne poty, które występowały bez tych hormonów? Proszę o odpowiedź, ponieważ interesuje to większość moich znajomych.

M.N.

Odpowiedź:

Okres przekwitania powinien występować u kobiet w możliwie późnym wieku. Wiek wystąpienia menopauzy zależy głównie od jakości odżywiania. Bywa, że kobiety przekwitają już około 35 roku życia, bywa też, że po 60.

Kobiety, które w odpowiednim czasie zastosowały Żywnie Optymalne mają wiek rozrodczy bardzo wydłużony, ponieważ są najbardziej biologicznie wartościowe, co sprzyja urodzeniu wartościowego i zdrowego dziecka i stwarza duże szansę na to, że ich potomstwo będzie odżywiane tak, jak ich matka.

Pisałem już wiele razy, że gatunek ludzki jest mocno zdegenerowany. Objawia się to między innymi stałym obniżaniem wieku dojrzewania kobiet. Nasi praprzodkowie dojrzewali znacznie później niż my. I tak być powinno, ale przez wprowadzenie do spożycia produktów dla człowieka niejadalnych w stanie surowym, co Biblia nazywa grzechem pierworodnym jest tak, jak jest, czyli źle. Trzeba wielu pokoleń, aby gatunek ludzki osiągnął wartość biologiczną ze swojego szczytowego okresu rozwoju.

U dziewcząt już miesiączkujących wprowadzenie Żywnia Optymalnego często powoduje zanik miesiączki na kilka lat. Nie należy wówczas odwiedzać ginekologa po to, aby otrzymać leki na powrót miesiączki. W odpowiednim czasie sama powróci.

W okresie ostatnich stuleci najpóźniej zaczynały miesiączkować dziewczęta w Anglii w r 1830, gdy wiek wystąpienia jej wynosił średnio 21 lat, a w rodzinach bogatych 24 a nawet 27 lat.

W tym okresie wartość biologiczna Anglików była najwyższa, „a wszystko co doskonałego ludzie widzą w świecie jest Anglika dziełem” - pisał Stanisław Staszic. I dalej: „Anglia, która w stosunku do Polski prowincją nazywać się może, największe w świecie podatki składa, a zboża eksportuje 4 razy więcej, niż cała Polska”. W tym czasie Polska była w stanie przeznaczyć tylko 12 milionów złotych na obronę, podczas gdy w Anglii dochody z podatków przekraczały tysiąc milionów złotych. Nakłady na gospodarkę żywnościową dawały rocznie 100 % zysku podczas gdy w Polsce poniżej 20%.

W Polsce jest źle, ponieważ polskie dziewczęta zaczynają coraz to wcześniej miesiączkować. Spotyka się na Śląsku dziewczynki, u których pierwsza miesiączka pojawia się jeszcze w przedszkolu. Dokładnie tak samo jest w tak zwanym trzecim świecie (dieta jarska).

Obniżanie się wieku dojrzewania dziewcząt, obniżanie wieku ząbkowania u niemowląt występuje od lat, świadczy o stopniowej, pogłębiającej się degradacji naszego narodu. Dopóki te trendy nie zostaną odwrócone, w Polsce musi być stopniowo coraz to gorzej, szczególnie w stosunku do narodów, których wartość biologiczna jest wyższa. Dobrze jak w Szwajcarii będzie w Polsce, gdy średni wiek pierwszej miesiączki będzie wynosił 18 lub więcej lat – tak jak w Szwajcarii.

U kobiet stosujących Żywnie Optymalne, na ogół miesiączki są regularne, skąpe, bezbolesne i trwają 3-7 dni.

U kobiet w okresie przekwitania, po przejściu na Żywnie Optymalne, często powraca miesiączkowanie na kilka lat i kobieta taka może jeszcze urodzić wartościowe biologicznie dziecko. Bywa, że miesiączka pojawia się po 3-4 latach od zaprzestania miesiączkowania.

Około 20 % małżeństw w Polsce nie może mieć dzieci z powodu niepłodności. Są to rodziny najczęściej o najbardziej niekorzystnym odżywianiu. Sytuacja zmienia się po przejściu na Żywnie Optymalne. Najlepsze z możliwych odżywianie małżonków daje szansę na urodzenie wartościowego biologicznie dziecka i szansę na najkorzystniejsze odżywianie w dalszym jego życiu. Wiele dzieci urodziło się w rodzinach które leczyły się bezskutecznie z powodu niepłodności, tylko dzięki temu, że ich rodzice zaczęli żywić się optymalnie.

Wszystkie procesy w organizmie, w tym wytwarzanie, lub nie wytwarzanie hormonów niezbędnych do zajścia w ciążę, są sterowane odżywianiem.

Po zmianie diety na optymalną, poprzednie zaburzenia spowodowane złym odżywianiem często wkrótce ustępują, a pierwsze ciąży u uprzednio niepłodnych matek, pojawiać się już mogą po 2-3 miesiącach stosowania Diety Optymalnej.

Kobiety okres ciąży znoszą dobrze, na wadze przybierają nieco więcej niż wynosi ciężar płodu i wód płodowych, zatruc ciężowych nie mogą mieć i ich nie mają, rodzą łatwo - „bez bólów i męki”.

Przekwitanie u kobiet jest procesem fizjologicznym i jako takie nie powinno powodować większych dolegliwości.

U kobiet stosujących Żywnie Optymalne w okresie przekwitania mogą pojawić się niezbyt często niewielkie uderzenia gorąca, na wadze nie przybierają, kobiecej figury nie tracą, na nadciśnienie, osteoporozę, czy inne choroby pojawiające się w okresie przekwitania - nie chorują. Kobiety stosujące Żywnie Optymalne na ogół przechodzą okres przekwitania przeważnie bez potrzeby brania leków.

Sztuczna ingerencja hormonalna u przekwitających kobiet, ze względu na uciążliwe dolegliwości związane z tym okresem życia nie jest fizjologiczna, a konieczność stosowania jej, nie świadczy dobrze o dotychczasowym sposobie odżywiania kobiety.

Jeżeli pani już bierze hormony, to ich nagłe odstawienie może spowodować nawrót poprzednich dolegliwości, chociaż ich nasilenie powinno być znacznie mniejsze. Może pani spróbować stopniowo zmniejszać dawki hormonów i obserwować, co będzie.

Gdy będzie dobrze, to będzie pani mogła zrezygnować z ich przyjmowania. W wieku 56 lat może jeszcze powrócić miesiączkowanie, co będzie dobrym objawem świadczącym o opóźnieniu procesów starzenia i dającym szansę na dłuższe życie.

[Jan Kwaśniewski](#).