

Mrtvé moře ve vaně



Připravuje: Jaroslav Zajíček

Název poněkud zvláštní, ale zamysleme se nad tím, jaké potenciální výhody nám skýtá případný návrat k přírodě, konkrétně v oblasti dlouhého namočení do vody, která obsahuje životodárné minerály. Zkusme se podívat na lidské tělo jako na mimořádně dokonalý stroj, který ovšem pro své dokonalé fungování potřebuje adekvátní náplně a palivo.

Srovnajme lidské tělo s automobilem. Je jasné, že auto bez benzínu daleko nedojede, při nedostatku vody v chladiči zavaří motor a totéž se přihodí, nebude-li mít v motoru olej. Jak dopadne s nedostatečným množstvím brzdové kapaliny, netřeba dlouho uvažovat... Stejně funguje i naše tělo. Naším palivem je jídlo, chladič tekutiny, roli oleje v motoru plní hořčík, který je zároveň i naší brzdovou kapalinou. To nám již umožňuje pochopit, že hořčík a některé synergicky působící minerály a prvky zásadním způsobem ovlivňují naše schopnosti fyzické i duševní a v pravém slova smyslu umožňují dobré fungování tak dokonalého výtvaru, jakým je naše tělo.

Už odedávna...

Věky věků se s lidstvem táhnou různé lázeňské procedury, saunování a další postupy, pocházející z máčení v horkých pramenech. Ve střední Evropě si většina z nás umí představit různé slatinné koupele, zábaly atd. Málkomu však dojde, že mnohem větší léčebná síla se skrývá v mořské vodě. Řada lidí se přitom na dovolené u moře zásadně zdravotně i psychicky zlepší, aniž by si uvědomili, že za tím mnohdy stojí především remineralizace, jež probíhá přes náš největší orgán - kůži.

Tělo má v tomto obdivuhodnou schopnost selektivně navázat a zároveň i vypudit do roztoku různé látky - tedy ty, které potřebuje, přijme,

a těch, co nepotřebuje, se zbaví. A uvážíme-li, že kůže z hlediska směnné plochy představuje největší orgán, jaký máme, pak samozřejmě můžeme pracovat pouze s koncentrací látky, jež se na pokožku aplikuje.

Není moře jako moře

Z tohoto pohledu běžná mořská voda samozřejmě funguje, což dosvědčí kde který lupénkář. Avšak pokud tentýž lupénkář navštívil Mrtvé moře, pak díky specifickému složení a koncentraci solí v této vodě, odpovídající nasycenému roztoku, poznal účinky daleko lepší. Z toho logicky plyne, že čím větší plochu (celé tělo) léčba zasáhne v čím větší koncentraci

(nasyceným roztokem), tím lepších výsledků lze dosáhnout.

Možná teď namítnete, že zájezd k Mrtvému moři je drahá záležitost. A já dodám, že jde o věc v dnešní době i nebezpečnou... Nicméně to neznamená, že nemůžete využít léčivých vlastností vody z Mrtvého moře doma. Vysvětlím vám proč, a pak se pokusím navrhnout jak...

Nezodpovědný klinet

Jako malý příklad uvedu klienta, který se na mě obrátil s problémem mimořádně vysokého tlaku 200 na 100. Poradil jsem mu pobýt 20 až 30 minut v plné koncentraci vody z Mrtvého moře s tím, že si má tlak pravidelně měřit a při výraznějším poklesu tlaku vanu opustit. Pán si to bohužel přebral po svém a po 4 hodinách mi volal, že málem nevyšel z vany. Vymotal se z ní s tlakem 90 na 60! Když jsem se ho ptal, za jak dlouho takového poklesu docílil, sdělil mi, že za 3 hodiny! Přitom kdyby mu lékař předepsal prášky na snížení tlaku a upozornil ho, že si smí vzít nejvýše dva, jistě by ho nenapadlo spolýkat celou krabičku...! Klient to uznal, slíbil, že do budoucna už pokaždé uposlechne mých doporučení, a zároveň mi poděkoval, že tak rychle se mu ještě nikdy tlak snížil nepodařilo.

Jednoduchý princip

Vysvětlil jsem mu jednoduchý princip tohoto postupu. Sůl z Mrtvého moře na rozdíl od solí z jiných moří obsahuje daleko větší podíl hořčičku, který se transdermálním přenosem (tedy prostřednictvím kůže) velice rychle dostane do krevního oběhu, a téměř okamžitě odstraní křeč periferních cév. Ty se tím pádem roztáhnou, a pokud hustší krev teče „trubkou“ o větším průměru, tlak logicky klesne. Vzhledem k tomu, že hořčička neovládá jen tuto funkci, ale dle různých pramenů upravuje v těle 700 až 1000 nejrůznějších pochodů od tvorby enzymů, přes srovnání nervové soustavy atd., můžeme vycházet z toho, že tímto způsobem odstraníme velkou část tzv. civilizačních chorob, jež trápí většinu populace.

Zkušenosti dr. Sircuse

Dr. Mark Sircus, známý akupunkturista, doktor orientální a pastorační medicíny a autor několika ohromujících zdravotnických publikací, jež zahrnují jeho široké klinické zkušenosti, je velkým vynálezcem transdermální terapie. Považuje ji za jeden z nejlepších způsobů, jak efektivně podávat léky - a to nejen pro rychlost, s níž metoda účinkuje, ale i proto, že odpadají mnohé nežádoucí vedlejší účinky léků, jako například žaludeční nevolnost či ospalost. Jde o univerzální formu léčby, kterou může používat každý a řešit tak například systémové nutriční nedostatky, zlepšení imunity, rovnání hormonálního a nervového systému, ochranu buněk před oxidačním poškozením, zlepšení propustnosti buněčných stěn, snížení rizika rakoviny a nádorů obecně. Kombinace tepla a transdermálně přijímaného chloridu hořečnatého zvyšuje oběh a detoxikaci, a likviduje tak záněty svalů a kloubů. Má v důsledku toho také téměř okamžitý účinek na bolest. Pomáhá na stejném principu i od bolesti při sportovních zraněních dolní části zad a ischias, od bolesti hlavy, při tzv. neklidných nohou, artritidě a řeší téměř každý bolestivý stav, přináší úlevu i při ledvinových kamenech. Pokud by byl ovšem užíván ústy (orálně), prošel by játry dříve, než by byl absorbován do krevního řečiště.

Nejjednodušší varianta

Výhody koupelí v solném roztoku, jak vidíte, jsou velké. Technicky ovšem vzniká malý problém. Pokud by chtěl člověk tuto léčbu - transdermální terapii - brát vážně, potřebuje určité vybavení a také vstupní investici. V nejjednodušším případě stačí umyvadlo a sůl z Mrtvého moře (jejich prodejci je na trhu vícero...). Tato sůl nepat-

100 až 150 l roztoku. Celková koupel je náročnější i v tom směru, že je zpočátku třeba si během ní kontrolovat tlak. Občas je také vhodné doplnit hořčičku, který si naše tělo z roztoku bere. U vážných případů zdravotních komplikací je koupel potřeba i 3x denně 30 minut, později 2x denně, a pak už jen 1x či dokonce už jen 1x týdně.

Remineralizace pro celou rodinu

Opakovaně používanou vodu lze před použitím ohřát třeba ponorným ohřívacem. Problém je, že z člověka se v průběhu koupele odlupují šupinky kůže atd., což roztok brzy zakalí a vy-



řít k nejlevnějším a nelze ji nahradit obyčejnou mořskou solí! Je totiž zásadní rozdíl v jejich složení hlavně co se týče obsahu hořčičku.

Nejjednodušší variantu představuje namáčení chodidel v nasyceném solném roztoku, byť to nejde srovnávat s účinky při působení na celý povrch pokožky. Ideální pro koupel nohou je hrnaté umyvadlo na míru chodidel, aby stačilo co nejmenší množství vody. Na 3 l vody potřebujeme zhruba 1 kg soli z Mrtvého moře. Nohy by měly být potopeny ke kotníkům. Vodu přitom stačí pro další použití ohřát a občas přefiltrovat přes filtrační papír - třeba v podobě filtru z kávovaru.

Je potřeba vyčlenit vanu

Ovšem pokud chcete docílit rychlých a zásadních změn, jsou potřeba celkové koupele, a k těm musíte mít k dispozici vanu, kterou lze dlouhodobě vyřadit z běžného provozu. Znamená to mít doma ještě alespoň sprchový kout, abyste se mohli mýt. Do vany si pak připravíte roztok v plné koncentraci, kdy ve 100 l vody rozpustíte 50 kg soli z Mrtvého moře. Že jde o nasycený roztok, poznáte podle toho, že na dně zůstane trochu nerozpuštěných krystalů soli. Má zcela neomezenou životnost, protože v něm žádný organismus nemůže žít. Do vany se vejde kolem

padá pak nevábně (bahno z Mrtvého moře není vlastně nic jiného...). Proto kdo by chtěl mít vodu čistou, pořídí si pískovou bazénovou filtraci (stojí kolem 3 tisíc Kč). Ideálně pak ještě vřadí do filtračního okruhu na výstupu bojlerovou spirálu, která vodu zároveň ohřívá. Zde se již bez spolupráce se zručným řemeslníkem asi neobejdete. Na druhou stranu tak získáte možnost špičkové relaxace a remineralizace pro celou rodinu. Pak už stačí filtraci zapnout chvilku před použitím, voda se vyčistí i ohřeje a je připravena pro koupel. Obrovské zdravotní výhody brzy zjistíte - u vysokého tlaku dokonce v řádu hodin či dnů. Minerály ale zabírají i u mnoha dalších zdravotních problémů. Obdobně rychle se jejich působení projevuje třeba při zklidnění psychiky či útlumu zánětů a bolestí. ■

UPOZORNĚNÍ:

Nic v tomto článku není zamýšleno jako lékařská rada. Pro lékařskou diagnózu, radu a pomoc navštívte, prosím, svého lékaře.
Kontakt na léčitele na str. 66.