

„A fogászati problémák végigkísérik életünket, és felmerülő kérdéseinkre sokszor nem kapunk választ”

Tisztelt Doktor Úr!

Már régóta szenvedek az amalgámtömések okozta tünetektől. Eddig candida ellen kezeltek, de nem hozta meg a várt gyógyulást. Olvastam, hogy addig nem is lehet a gombát kiirtani, amíg a fémek a szervezetben vannak. Összel kicséréltetem mind a 10 tömésemet. Azóta próbálkozom alga szedésével, de még mindig ugyanazok a tüneteim. Hallottam a Phönix nevű készítményekről, és szeretném megkérdezni Öntől, hogy ez ön-magában elég-e a fémkivezetéshez? Egyáltalán lehet magunkat otthon „saját szakállra” kúrálni, vagy forduljak inkább szakemberhez? Segítségét előre is nagyon köszönöm!

Annamária

Kedves Annamária!

Az amalgámtömések cseréje nem jelent egyúttal az amalgámterhelés megoldását. A szervezet nehézfém-„mentesítése” (higany és a levegőszennyezésből származó ólom, kadmium) viszonylag hosszú folyamat, 3-7 hónap. Ez alatt az idő alatt nemcsak a

„gyógyszerek” rendszeres szedése, hanem a táplálkozás átalakítása is fontos. A szervezetben (bélnyálkahártya, nyirokszövet, kötőszövet, kiválasztó rendszer, csontok, ízületek, idegszövet stb.) lévő lerakódások évek-évtizedek alatt történnek. Ennek mobilizálásához és eltávolításához is időre van szüksége a szervezetnek. Ezt a folyamatot nevezzük – a német szakirodalomból átfordított – „kivezetésnek”.

A cserék egész időtartama alatt mindenképpen szednie kellett volna napi 1 Selenor tablettát (lásd novemberi lapszám), és elvégeznie a Phönix rotációs méregtelenítő kúrát, ez utóbbiról a nagyobb gyógyszertárakban kaphat felvilágosító anyagot. Itt röviden csak annyit, hogy a Phönix cseppek körforgásszerűen méregtelenítik a szervezet egyes – leginkább terhelt – szervrendszereit; a Phönicohepan a májat, a Solidago a vesét, az Antitox a kötőszövetet, a Lymphophön a nyirokrendszert. A Plumbum pedig a bélrendszert és az immunrendszert erősíti. Természetesen most sincs ezzel elkésve, tájékoztatásképpen összefoglalom az egyéb, „háziilag” is elvégezhető eljárásokat.

Általános méregtelenítési eljárások

Célszerű a nehézfém-kivezetést általános méregtelenítési eljárásokkal kiegészíteni: kolonhidroterápia, vastagbélátmosás, hashajtás, szauna, diéták, böjt.

A szék mellett...

Dr. Csiszár Róbert biológiai fogászati tanácsai

A méregtelenítés megkezdésekor, majd a kezelés alatt is heti egy léböjtnap javasolt; csak friss gyümölcslevek, gyógyteák, préselt zöldséglevek fogyasztása. Az egyhetes böjtkúrát 1-2 napos léböjt vezet be, majd 3-4 napos „magkúra” követi; napi egyszeri tengeri sós vízben főtt, enyhén fűszerezett, kásaszerű árpa, köles, hajdina vagy barna rizs („jang-típusú” gabonák). A magkúra alatt folyamatosan gyümölcs-, zöldséglevek, gyógyteák fogyaszthatók.

Az egyhetes böjt után fokozatosan térjünk rá a nehezebb ételek fogyasztására; főtt zöldség hidegen sajtoló olajon, serpenyőben enyhén megpirított, párolt zöldség, alapjavaslatok:

- a zsíros ételek, vörös húsok (sertés is) kerülése
- hal, tengeri hal legalább hetente egyszer
- sütés helyett párolás
- sok gyümölcs, zöldség
- teljes őrlésű kenyér
- hidegen sajtoló olajok a salátákhoz is
- főtt paradicsomos ételek (nem ketchup), szójatermékek, sárgarépa, spárga
- tengeri só használata, a fehér cukor és a túl erős fűszerek kerülése

A gyógyszeres kezelés általános szempontjai

Természetesen mindenképpen célszerű szakembertől tanácsot kérni, biológiai/komplementer fogorvos, természetgyógyász, méregtelenítéssel foglalkozó szakorvosok stb., de egyes viszonylag egyszerű terápiákat magunknak is be tudunk állítani.

A nyomelemek közül fontos a már említett szelén, a cink, a vitaminok közül az E-vitamin (mindhárom megtalálható egy készítményben: az E-vit-szelén-cink nevű tablettában, napi 2). Az E-vitamin antioxidáns hatása is, csakúgy, mint a C-vitamin, ebből a tömécscere alatt

napi 200-500 mg javasolt, a szintén antioxidáns koenzim Q10-ből pedig, 2 hónapon keresztül, napi 20 mg.

Egyéb méregtelenítő hatású készítmények, pl. a fokhagyma-galagonya-fagyöngy, a szójalecitin, az aloe vera és az algakészítmények. A bélrendszer és az immunrendszer regenerációját segítik a lactobacillus/acidophilus készítmények, a macskakarom.

A folyadékbevitel – napi 1.5-2 liter, a szervezet átmosása céljából – a méregtelenítés lényeges elemét képezi, a léböjt, a hígított zöldség-, gyümölcslevek, a szénsavmentes, lúgos ásványvizek, a hígított gyógyvizek szabadon választhatók, kinek-kinek az ízlése szerint.

A gyógyteák közül antioxidáns hatásával kiemelkedik a zöld tea, valamint a csalán, a borsmenta, a hibiszkusz és a kamilla. Egyéb méregtelenítő teakombinációkból, pl: aranyvesszőfű, diólevél, bodzavirág, fagyöngy, kutyabenge, cikafarkfű és egyéb gyári készítményekből, 3x2-3 dl a javasolt. Az erőteljesen méregtelenítő teakombinációkat csak az első fázisban, kb. 1 hónapig alkalmazhatjuk, majd térjünk át a hígított gyógynövényteákra. A teákat ne cukorral ízesítsük, hanem ha szükséges, barna cukorral vagy jó minőségű mézzel, cukor-fogyasztás az egész méregtelenítés alatt kerülendő.

Terhesség és szoptatás alatt a gyógyszerek közül csak vitaminkészítmények adhatók!

Üdvözlettel, jó egészséget kíván,

● Dr. Csiszár Róbert

Dr. Csiszár Róbert fogszakorvos, a komplementer/biológiai fogorvoslás kinevezett honoris causa vizsgálótója.

A kérdések feltehetőleg levélben a szerkesztőség címén és az interneten a www.biodent.hu/Tanacsadas rovatban.

