

Az integrál orvoslás – integral medical, medication – az orvoslás legújabb, legmodernebb irányzatát jelenti. Az integrál kifejezést a hasonló nevű filozófiai és pszichológiai irányzatoktól származtatja. Alapelve szerint az orvoslás célja, hogy mindazon ismereteket befogadja és alkalmazza, melyek a betegek gyógyulását, az egészség megőrzését és a betegségek megelőzését elősegítik. E cél érdekében nem tesz különbséget a keleti és a nyugati, hagyományos és természetgyógyászati módszerek között. Meggyőződése, hogy az emberiség egységes genetikai állományú, és nincsenek fajtánként alkalmazható gyógyászati eljárások. Támogatja az Egészségügyi Világszervezet állásfoglalását, mely szerint: „A XXI. század az integratív orvoslás évszázada lesz, mert az orvoslás egységes egészet alkot, akár konvencionális, akár nem konvencionális szempontból segíti a beteg gyógyulását (WHO 1996/2003).

Fogtömések – amalgám – higany

Az amalgám fogtömésekből eredő higanyterhelés problémaköre nem új keletű. 1833-tól majdnem tizenöt éven keresztül tartott New Yorkban az ún. I. amalgámháború, mely a hagyományos aranytechnikát előnyben részesítő fogorvosok és az újonnan feltalált, higany/fém hidegötvetet alkalmazói között dúlt. Az „amalgámpártolók” győztek, és létrehozták szakmai szövetségüket (ADA), mely a mai napig az amalgám hivatalos támogatója.

Alfred Stock

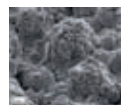
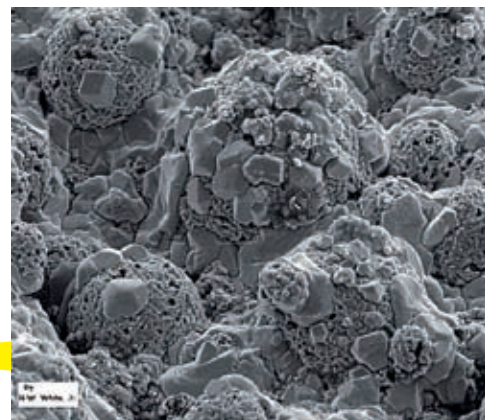
Az első tudományos vizsgálatokat az amalgámtömések lehetséges toxicitásáról A. Stock kémikusprofesszor végezte 1926-ban. Összefoglaló véleménye a következő: „A fogászatnak az amalgámról, mint tömőanyagról teljesen vagy legalábbis ahol

csak lehet, le kellene mondania. Nem kétséges, hogy sok tünet, mint fáradékonyság, kedvetlenség, ingerültség, fejfájás, szédülés, feledékenység, szájüregi gyulladások, hasmenés, étvágytalanság, krónikus köhögés és hurut némelykor a higany által okozott, mely a testbe az amalgámtömésekből jut be, ugyan kis mennyiségben, de tartósan. Az orvosoknak a legkomolyabb figyelmet kellene ennek szentelniük. Ki fog majd derülni, hogy

léletváltás a komplementer/alternatív fogászat meghatározó időszakára, a 70-es, 80-as évekre tehető. Max Dauderer müncheni toxikológus több ezer beteg vizsgálata alapján bevezette az „amalgám-higany kivezetés” fogalmát (www.toxcenter.de). Az utóbbi években megszorított kutatási eredmények következménye a WHO és egyes országok (Svédország, Németország, Ausztrália) megváltozott szociális-egészségügyi álláspontja.

Méregtele a fogászatban

a higanyos tömés bevezetése milyen szörnyű vétek volt az emberiség ellen.” Azóta folyamatosan jelennek meg közlemények, melyek az amalgámtömések káros hatásaira hívják fel a figyelmet. Az utóbbi években tömegmérésekben felszaporodott allergiás és krónikus megbetegedések újból ráirányították a figyelmet a testidegen anyagok, ezen belül is az amalgám újraértékelendő szerepére. A fogászati szem-



WHO – közlemény a higanyos tömésekről

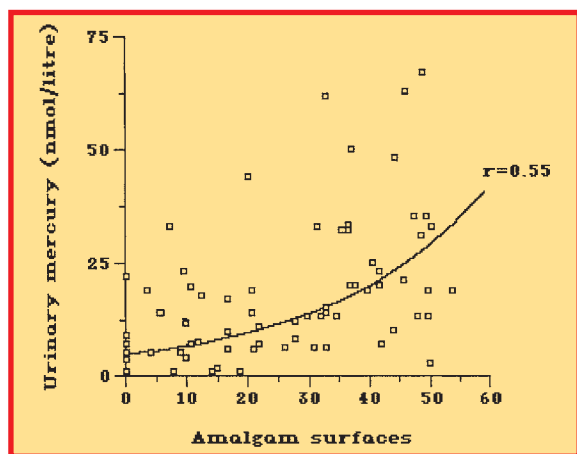
Az alábbiakban az Egészségügyi Világszervezet úgynevezett „genfi állásfoglalásából” idézzünk, mely tudományos vizsgálatok alapján összefoglalás a higany negatív hatásairól az emberi szervezetben (WHO – World Health Organization: Environmental health criteria 118 Genf, 1991/96 – részletesen a WHO honlapján: www.who.int/)

- BIOLÓGIAI FOGORVOSLÁS

en, illetve www.amalgam.org, www.biodent.hu/szakirodalom).

- A fogászati amalgám nagy mennyiségű higanyt tartalmaz, ónnal, rézzel, cinkkel és ezüsttel, ez a fogorvost, az asszisztentst és a beteget egyaránt károsítja.
- Az általános populáció főleg a fogászati tömésekből, valamint étellel fertőződik (a halakból metilhigannyal). A higany a tömésekből is kioldódik, mégpedig higany-

nítés



Az amalgámot tartalmazó fogfelszínek száma és a vizeletben mért higanykoncentráció közötti kapcsolat

5.1.1. Exposure from dental amalgam - WHO, Longworth & al.

- gőzként. Kimutatható a humán autopsziás (boncolt) szövetekben, továbbá vérmintából, vizeletből és plazmából.
- A higanygőz vagy a szerves higany főleg a vesékben rakódik le. Az állatkísérletekben a test mérgezettségének 50-90%-át teszi ki.
- A higanygőz jobban oldódik a plazmában, a teljes vérben és a hemoglobinban, mint a desztillált vízben. A szerves higanyvegyületek stabilak, bár az élő szervezetekben néhányuk könnyen lebomlik.
- A vörösvértestből a plazmába oldódás aránya az embernél magasabb, mint az állatoknál, és a higany átlépi a placentahatárt. Az anya szervezetében lévő higany egy része a magzatba megy át.
- A higanybányászok testének átlagos kon-

centrációja 100 µg/kg. Ha valakinek átlagos mennyiségű amalgámtömege van, az az agy higanykoncentrációját 10 µg/kg-mal növeli, a vesék higanykoncentrációja is 300-400 µg/kg-ra nő.

- Emberben a vizelet higanykoncentrációja a tömést követő 5 napban emelkedik. Egy újabb higanykoncentráció-maximum van, néhány nappal a tömések eltávolítása után. A széklet higanykiválasztása is hasonló mintát mutat, a tömést követő második napon már kimutatható benne a higany.
- A szájban kioldódó higanygőz a testi szövetek fokozott higanyfelvételéhez vezet. A kioldódás sebessége erősen megnő a rágás idején, 10 perc alatt alakul ki a higanykioldódás platója. Ezt követően 90 perc elteltével áll be a "normál" kioldódási sebesség.
 - Boncoláskor, az agy szövetekben, az amalgámos betegeknél, az átlagos higany szint 12,3 nanogramm/gramm, az amalgámmenteseknél 6,7 ng/g. Amalgámmenteseknél a vese higanykoncentrációja 49 ng/g, amalgámosoknál 433 ng/g.
 - Hét volt svéd fogorvos vizsgálata: a hipofízis és a tarkólebeny higanykoncentrációja megemelkedett: 4000 µg/kg volt a hipofízisben, 300 µg/kg a tarkólebenyben. A vizsgáltak közül ketten már 80 év felettek voltak, régen nyugdíjban. A veséjükben és a pajzsmirigyükben is sok volt a higany, az egyiküknél a nyugdíjasság ellenére 28 000 µg/kg.
 - A higanygőz inhalálása a legfőbb elemihigany-beviteli forrás. Az inhalált higanynak kb. 80%-át megtartja a szervezet, a fogmederben 100% megmarad az odakerült mennyiségből.
- A lakosság higanyfertőzésének az amalgámtömések jelentik a fő forrását. A második fő forrás a tengeri hal fogyasztása.
- A fogászatban bizonyított a higanygőzfertőzés. Fertőzési szintek: 4-30 µg/m³ átlagosan, egyes rendelőkben ez felmehet 150-170 µg/m³-re is. A fogtömésekből származó higanygőz-koncentráció 3-29 µg/m³.
- A klasszikus higanymérgezési tünetek 80 mikrogramm/m³ feletti koncentrációnál jelennek meg (remegés, görcskészség, fehérje megjelenése a vizeletben stb.).

A SUNORANGE
január



ELŐADÁSOK, FOGLALKOZÁSOK, KÉPZÉSEK A KELETI - NYUGATI INTEGRÁCIÓ SZELLEMEBEN

Programjaink az Ashramban:

2008. január 1. - Jeszenszky István Újévi koncertje - 19-21 h
The Secret - A klub, péntek 17.30-20 h - vezető: Kékesi Attila - Aaron
Lunajóga - hétfő, kedd este, vezető: Dorogi Andrea Deeksha - minden csütörtökön 18-21 h
GYÓGYÍTÓ HANGKRISTÁLYOK zeneterápia workshop, beavatás az ősi gyógyító hangok világába - vezető: Jeszenszky István

Szalonprogramok, előadás-sorozatok:

Dr. Batta Attila - A körforgás törvénye; a Feng Shui, a jin és a yang, az 5 elem, a csakrák keletkezése. - jan. 16., szerda 18-20 h
Gánti Bence - Bevezetés az integrálpiszichológiába - a Ken Wilber modell - január 24., csüt. 19.30-21.30 h
BIO-KÖR - AZ egészség atmoszférája, minden kedden 18-20 h - vezető: dr. Karácsony Ferenc

Januártól induló programok:

Jövő generációja - gyerekprogramok; kurzusok leendő és gyakorló szülőknek. Gyerekneziológia - Kismamajóga - Baba-mama jóga - Babamasszázs - Gyerekjóga - „Tánclánc” kreativitást fejlesztő program, „Vizuális-kreatív festés” - vizuális kommunikáció gyerekeknek - kedd 4-6 h vezetői Huminilowich Vanda
SELFNESS tréning - vezető: Varga János Kriya jóga, Csi-kung, SVT klub

Januári „ON-LINE GLOBÁLIS meditáció”

január 11-én, pénteken 20 h a „SUNORANGE-hálón” - AARON vezetésével, előtte 6 órákor Istenes Emília „szakrális kórtánca”.
Meditációregisztráció a www.sunorange.hu/ on-line oldalon.

Kiállítások:

Huminilowich Vanda festőművész kiállítása január 31-ig - a Szalonban
Istenes Emília selyemfestmény-kiállítása december 10-től - az Ashramban

Az ismeretterjesztő előadásokon a részvétel ingyenes, a SUNORANGE felajánlása.

SUNORANGE - HOGY LEGYEN JOBB A VILÁG...

Budapest XI., Badacsony u. 9.
bejelentkezés a (06-1) 209-2205
és 06-30-984-4400 telefonszámokon
és info@sunorange.hu

www.sunorange.hu
www.sunorenghome.com

- A vér, illetve a vizelet higany szintje a higanyval való érintkezés után igen hamar csökken, míg a kritikus szervekben továbbra is magas marad a koncentráció.

(A WHO állásfoglalásai elméleti jellegűek, iránymutatók, de nem kötelezőek az egyes tagországok egészségügyi irányítása részére.)

Mi a kivezetés?

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 alakultak ki, ezek mobilizálásához és eltávolításához, kiválasztásához is időre van szükség. A mobilizálás és kiválasztás folyamatát nevezzük „kivezetésnek”.

Általános méregtelenítés

Mindenképpen célszerű testünk méregtelenítéséhez szakember – orvos, természetgyógyász – segítségét, irányítását kérnünk. Egyrészt azért, mert ez külön szakterület, és képzést, képesítést igényel, másrészt mert az állapotfelméréshez kapcsolódva a terápia célirányos. Így, csak azokat a méregtelenítő szereket, gyógyszereket, táplálékkiegészítőket alkalmazzuk, melyekre feltétlenül szükségünk van. A méregtelenítés folyamatában az időszaksos kontrollvizsgálatok szintén szükségesek. Különösen igaz ez utóbbi a higany-nehézfém kivezetésre, mely mint említettem, hosszabb, mint egy egyszerű böjt vagy diéta.

Célszerű a nehézfém-mentesítést, -kivezetést általános méregtelenítési eljárásokkal kiegészíteni:

- Kolon-hidroterápia, vastagbélátmosás, hashajítás, szauna.
- Diéták (lásd a korábbi cikkekben).
- Böjt, a méregtelenítés megkezdésekor, majd a kezelés alatt is, heti egy léböjtnap; csak friss gyümölcslevek, gyógyteák, préselt zöldséglevek fogyasztása. A hosszabb, egyhetes böjtkúrát 1-2 napos léböjt vezet be, majd 3-4 napos „magkúra” követi; napi egyszeri tengeri só vízben főtt, enyhén fűszerezett, kásaszerű árpa, köles, hajdina vagy barna rizs („jangtípusú” gabonák). A magkúra alatt folyamatosan gyümölcs-, zöldség-

levek, gyógyteák fogyasztása ajánlott.

- A böjt utáni étkezés általános szempontjai: az egyhetes böjt után fokozatosan térjünk rá a nehezebb ételek fogyasztására; főtt zöldség, szója-, olíva-, tökmagolajon vagy egyéb hidegen sajtolt olajon, serpenyőben enyhén megpirított, párolt zöldség (így nincs tápértékvesztés); 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 sajtolt olajok a salátákhoz is,
- főtt paradicsomos ételek (nem ketchup), szójatermékek, sárgarépa, spárga,
- tengeri só használata, a fehér cukor és a túl erős fűszerek kerülése,
- napi egy pohár vörösbor vagy sör,
- rendszeres mozgás, heti egyszeri kiránduló- vagy sétanap, az ideális testsúly beállítása,
- a dohányzás kerülése.

A gyógyszeres kezelés általános szempontjai

A gyógyszerek, nyomelemek, vitaminok stb. esetében általánosan, mindenkinél egyformán alkalmazható összeállítás – mivel minden szervezet egyedi és szükségletei, működése, hiányai is más-más jellegűek – nem adható meg, de az alábbi csoportosításban a legnagyobb alkalmazási százalékban szereplő anyagok dőltek betűvel szedettek:

- nyomelemek – szelén, cink, kalcium, magnézium, mangán, réz, vas;
- vitaminok – A, C, E, B1, B2, B6, B12, folsav;
- antioxidánsok – koenzim Q-10, C-, E-vitamin, β-karotin (A-vitamin), flavonidok (növények által szintetizált antioxidánsok), resveratrol (piros szőlő, vörösbor), NADH (Q1-vit. niacin, nikotinsav), zöld tea, licopin (a paradicsom piros színét adó anyag, főtt állapotban);
- homeopátiás és homeopátiás jellegű készítmények;
- monokomponensű szerek – az amalgamtömés komponenseinek megfelelően, az ún. „gyógyszerképi hasonlóság alapján”: Mercurius solubilis, Mercurius corrosivus, Argentum nitricum, Argentum metallicum, Zincum metallicum, Cuprum metallicum jön szóba;

- komplex szerek – pl: Lymphomyosot-Heel, spagyrikus szerek: a Phönix csoport tagjai;
- kelátkötők – mivel a kelátkötők más fémeket is megkötnek, elsősorban cinket, és kiűrik azokat a szervezetből, gondos beállítás és ellenőrzés szükséges;
- egyéb készítmények – fokhagyma, galagonya, fagyöngy, jukka, Aloe vera, szójalecitin;
- egyéb speciális készítmények – lactobacillus acidophilus készítmények, macskakarom, a candidaeltávolítás szereit, glutathion, methionin, aminosav komplex készítmények;
- folyadékbevitel – léböjt, hígított zöldség-, gyümölcslevek, szénsavmentes-lúgos ásványvizek, hígított gyógyvizek, a szükséges folyadékbevitel napi 1,5-2 liter;
- gyógyteák – zöld tea, csalán, borsmenta*, hibiszkusz, kamilla, egyéb méregtelenítő teakombinációk, pl. aranyvesszőfű, diólevél, bodzavirág, nyírfalevél és egyéb gyári teakombinációk, a teákat ne cukorral ízesítsük, hanem ha szükséges, barna cukorral vagy jó minőségű mézzel (* a borsmentatea homeopátiás gyógyszerek alkalmazása során időlegesen kerülendő);
- cukorfogyasztás az egész méregtelenítés alatt kerülendő.

Terápiás veszélyek

Az alkalmazott méregtelenítési terápiát a terheléses tünetek súlyossága határozza meg. Gyakran a páciensek kérése az összes amalgamtömés cseréje, ilyenkor gyógyszeres kiegészítő terápia nélkül kialakulhat az ún. toxikus dekompenzáció tünetcsoportja, mely a túl rövid idő alatt, nagy számban kicserélt tömések következménye lehet. Tünetei: émelygés, hányinger, emésztési zavarok, haspuffadás, idegesség, a bőr foltoszerű kipirosodása, szédülés, vérnyomás-ingadozás.

Terhesség és szoptatás alatt csak vitaminkészítmények adhatók, méregtelenítést ne végezzünk! Gyerekeknek 14 éves korig homeopátiás szereket célszerű csak adni, méregtelenítést szintén ne végezzünk.

● Dr. Csiszár Róbert

A cikksorozat korábbi számai a www.biodent.hu honlapon olvashatók.