

**A sorozattal a biológiai fogorvoslás teljes területét szeretnénk bemutatni, részletesen kitérve az egyes tudományterületekre, az alternatív orvoslás kapcsolódási pontjaira, a legújabb diagnosztikus és terápiás ismeretekre. Célunk, hogy az érdeklődő olvasók és a szakemberek is pontos információkhoz jussanak, akár munkájukhoz, akár személyes problémájuk megoldásához várnak segítséget.**

A méregtelenítés a tápanyag bevitel – feldolgozás – beépítés – mobilizálás – kiválasztás anyagcsere-folyamatainak optimalizált módszertana, tágabb értelemben minden olyan eljárás idesorolható, mellyel befolyásolható a szervezetbe jutó, azt „terhelő”, mérgező anyagok mennyisége. Napjainkban a le- és kivezető módszerek, az ún. konstitucionális kezelések az általános orvosi terápia alapfeltételeivé válnak, és az erősen differenciált orvosi világban mind a technikai, mind a gyógyszeres kezeléseket kiegészítik.

A biológiai fogorvoslás terápiás eszközeinek is lényeges részét alkotják. A fogászatban alkalmazott méregtelenítést általában le szoktuk szűkíteni a higany/amalgám kivezetés területére, de valójában többről van szó. A méregtelenítés divatos fogalomná vált, ám a valódi tartalma elveszik az ajánlatok, hirdetések dömpingjében. Nehezen tudjuk elkülöníteni, mire van valójában szükségünk és mi felesleges, az egyes hatástani magyarázatok és terápiás javaslatok is nehezen követhetők. Nem mindegy, hogy a páciens egy amalgámterhelt vagy egy daganatos beteg. Nem mindegy, ha már muszáj, vagy ha az egészségünk fenntartása miatt végezzük a méregtelenítést.

### Mi a méregtelenítés?

Bernhard Aschner – a munkásságáért Nobel-díjra előterjesztett német orvos – több mint 60 évvel ezelőtt vezette be a le- és kivezető gyógymódok fogalmára a „konstitúciós” kezeléseket elnevezést. A mai napig helytálló elmélete szerint az anyagcsere-terület zavarai – melyek a nem megfelelő étkezésből, az élvezeti és gyógyszerek mértéktelen fogyasztásából

erednek – plusz és mínusz dekompenzációt okoznak, és mindkét esetben a szervezet belső és külső inger-válaszreakció képessége csökken.

A szervezet kiegyensúlyozott vegetatív működésének egyik alapja az élettani ritmusok; a széklet- és vizeletürítés, a légzés, az alvás és ébrenlét, a hőszabályozás harmonikus működése. A koplalással és a szelektív diétával mindezeket a folyamatokat befolyásolni lehet és a szervezet reakcióképessége normalizálódik.

A klinikai gyakorlatban ma már általánosan alkalmazott eljárás a hashajtás, a léböjt,

a kötőszövetet alkotó fibrocitákkal. Az indukciós sejtmodell szerint ebben a fehérjeszerkezetben az alacsony entrópiájú (magas szabadenergia-tartalmú) állapot fenntartását egy gliko-lipoproteid-víz-kálium-ATP rendszer végzi, melyben a víz nem oldószerként, hanem „strukturált” aktív alkotórészként szerepel. A vízmolekulák magas fokú rendezettsége az információhordozás biofizikai lehetőségét jelenti. (Ezért is nagyon fontos – szinte minden méregtelenítési programban – napi 2-3 liter jó minőségű, lehetőleg forrásvíz fogyasztása.)

Míg az idegrendszer a mikro- és makroszkopi-

# Méregtelenítési módszerek 1.



### ■ Kolon hidroterápia

a diéták, a vizelethajtó teák stb. Ha a beteg a kezelési forma háttéréről is informált, akkor a szervezet hosszú távú áthangolásával a panaszok is lényegesen csökkenthetők, megszűnethetők.



### A méregtelenítés „helyszíne”

A legújabb sejt- és molekuláris biológiai kutatások szerint a sejt vázát alkotó fehérjestruktúra – citoskeleton – az egész szervezetben egységes hálózatot alkot. Ez a fehérjerendszer nem ér véget a sejtfálnál, hanem azon áthatolva kapcsolatba lép

kus struktúrák vezérlését végzi, addig az intercelluláris térben és a sejteken belül is kimutatható citoskeleton-rendszer – a hozzá kapcsolódó ún. „asszociált” molekulákkal – másik egységet alkot, mely az „ideginél” nagyságrendekkel nagyobb kommunikációs funkcióval rendelkezik. Ez a rendszer adja például az akupunktúrás csatornahálózat alapját. A kötőszövetben lerakódott bármilyen toxin vagy idegen molekula a kötőszöveti rendszer működését negatívan befolyásolja. A leggyakoribb kóros állapot az emésztési rendszer egyensúlyvesztése.

### Az alaprendszert kórosan befolyásoló állapotok

Az említett egyensúlyvesztés talaján kialakuló

- túlsúly,
- mozgásszegény állapot,
- rendszertelen étkezés,
- alacsony folyadékfogyasztás,
- kiegyensúlyozatlan ébrenlét-alvás ciklus.

### Kockázati tényezők

Az élvezeti szerek rendszeres fogyasztása;

- kávé,
- fekete tea,
- alkohol,
- szénsavas üdítők,
- kakaó, édességek,

- a dohányzás,
- a külső és belső vegyi ártalmak (idetartoznak a fogászati anyagok hatásai is),
- a szennyezett környezet stb.

### A mérgezettség általános tünetei

**Enyhe toxikózis** – a fellépő tüneteket a páciensek nem betegségként érzékelik; székrekedés, hasmenés, erős szagú széklet, vizelet, izzadás, szájzság, lepedékes nyelv, gyulladt és sorvadós íny, haspuffadás, étkezéseket követő fáradékonyság és

# tészi

dekoncentráltág, visszatérő hurutos megbetegedések, alvászavarok, hangulati ingadozások.

**Közepes toxikózis** – a beteg nem érzi magát egészségesnek, a tünetei csökkentésére gyógyszereket szed, jellemző lehet a vérnyomás ingadozása, kismértékű, de tartós vérnyomás-emelkedés vagy -csökkenés, a koleszterin- és a vércukorértékek a felső határon mozognak. Gyakori a fejfájás, az ízületi fájdalom. Háttér lehet az allergiás légúti és bőrbetegségeknél, reumatikus kórképeknél, krónikus emésztési zavaroknál, menstruációs rendellenességeknél. A jó- és rosszindulatú daganatos megbetegedések kialakulásakor mindig fellelhetők az életmódbeli és táplálkozási hiányosságok.

**Erős toxikózis** – a szakirodalomban a metabolikus X-szindróma néven szereplő tünetegyüttes; elhízás, cukorbetegség, magasvérnyomás-betegség, érlemeszesedés, zsírsavanyagcsere-zavarok, húgysavszint-emelkedés. Ebben az esetben a szívinfarktusz és az agyvérzés kockázata lényegesen magasabb. A metabolikus X-szindróma – méregtelenítő módszerekkel – eredményesen kezelhető.

### Az egyensúlyi állapot

Celluláris immunrendszerünk körülbelül 1000 milliárd sejtet számlál, melyek összszúlya 1,5 kg. Ennek 80%-a a bélnyálkahártya alatt elhelyezkedő ún. Peyer-plakkokban található, amelyek felülete kb. 4000 négyzetméter.

A bélnyálkahártyában elhelyezkedő nyirokcsomók sejtjei – a test egyéb területein található nyirokcsomók sejtjeihez képest – gyorsabban szaporodnak. Ezen túlmenően naponta 12-14 g specifikus protein (pl. immunglobulin) termelődik. E szervet egyrétegű hengerhámsejtek alkotják, és egy glikoproteinekből álló nyálkaréteg választja el a bélfalrától. Az ezt alkotó 1014 (kb. 500 különféle fajból

álló) baktériumok mennyisége körülbelül 10-100-szor több sejtből áll, mint maga az emberi test.

Mai tudásunk szerint e két szerv (emésztő- és nyirokszerv) egymással szoros kölcsönhatásban áll.

A táplálékfelvétel helye tehát egyúttal fontos színtere az anyagcsere-folyamatoknak és az enzimek tevékenységének, itt zajlanak le az ún. antigén-antitest reakciók.

Az emésztés egyensúlyának feltétele az összehangolt gyomor-, hasnyálmirigy-, bélmedve- és epe kiválasztás és a normál bélflóra.

### A bélflóra változásai

A bélflóra az adott emberre jellemző, de az élet folyamán változik. A normál bélflóra vizsgálata csak speciális laboratóriumi háttérrel végezhető (intesztinális okogram), így a bélflóra összetételének eltolódása – diszbakteriózis – csak költséges eljárással mérhető.

Viszont az egyensúlyi állapot felbillenésére utaló másodlagos jelek bármilyen eltolódása a normál paraméterektől a bélflóra egyensúlyzavarát is jelentik.

Ilyen jelzés például az étkezések időpontja, az étvágy, éhségérzet, a fizikai teljesítőképesség, a koncentrációképesség és közérzet, a gyomor kiürülése és a teltségérzet változásai, a has bőrének rugalmassága és hőmérséklete, a hasi légzés akadálytalansága, a vegetatív egyensúly megbomlása és az „enyhe toxikózis”-nál említett tünetek.

### Diszbakteriózis

A vékonybél-diszbakteriózisa gyakran jellemzők a köldök körüli panaszok, a teltségérzet, a has bőrének hűvössége, görcsök és a legyengült immunrendszer miatt gyakori hurutos megbetegedések. A kórtörténetben gyakran szerepel a hosszán tartó antibiotikum-fogyasztás is. A vékonybél-diszbakteriózis következménye: erjedés › savasodás › nyálkahártya-felmaródások › bomlástermékek bejutása a vér- és nyirokkeringésbe › a bélfelmaródások keletkezése és ezek állandó „kényszer”-regenerációja miatt › állandó immunterheltség.

A vastagbél-diszbakteriózis hasonló savas folyamatokat eredményez, továbbá számolni kell az epesavak káros lebomlásával (epesavak lebomlása karcinogén anyagokká, egyes baktériumtörzsek részvételével, erre döntően a húsfogyasztók hajlamosak).

### Kapcsolat a szájüreggel

A szájüregi flóra stabilitása – bármennyire is meglepő – a vastagbélflóra egyensúlyával áll kölcsönhatásban, bármelyik egyensúlyi eltolódása a másikat is veszélyezteti. Krónikus szájnyálkahár-

tya- és fogágybetegségek mindig a szájüregi flóra megváltozásával is járnak, mindezeket időben gyakran megelőzi a vastagbélflóra működési zavara.

### Méregtelenítési módszerek általános csoportosítása

Az egészséges ember élettani méregtelenítése folyamatos és szabályozott. A betegek, betegségek méregtelenítési módszereinek általános elvei a következők:

- A bevittel normalizálása, az emésztés harmóniájának helyreállítása.
- Intenzív kúrák, biokémiai áthangolás és kivezető módszerek – hashajtás, beöntések, kolonhidroterápia.
- A mobilizálást és a kiválasztást serkentő, le- és kivezető gyógymódok, valamint a homeopátia és a fitoterápia méregtelenítő eljárásai.
- Az autointoxicációt megszüntető enzimterápiák, mikrobiológiai terápiák.

### Az intenzív kúrák általános indikációi

- elhízás,
- hiperlipidémiák, II. típusú diabétesz,
- magasvérnyomás-betegség
- purin-anyagcsere-zavarok, köszvény,
- metabolikus X-szindróma,
- krónikus máj-, has-



nyálmirigy-, vastagbélgyulladás, Crohn-betegség,

- érelmeszesedés,
- glaukóma,



- reumatikus kórképek,
- allergiás betegségek, bőrbetegségek, akné,
- akut és krónikus légúti és emésztőrendszeri hurutok,
- vitamin- és ásványianyag-hiányos betegségek
- rákmegelőző állapotok, a rákbetegség egyes stádiumai,
- méregtelenítés, a toxikózis stádiumai,
- levegőszennyezés, nehézfémterhelés.

## Kontraindikációk

- elmezavarok, depresszió, skizofrénia,
- akut legyengült állapotok,
- akut pajzsmirigy-működési zavarok,
- veseelégtelenség,
- tartós szteroidkezelés,
- terhesség, szoptatás,
- kisgyermekkor a pubertáskorig,
- időskori súlyos érelmeszesedés, Alzheimer-kór,
- ha a beteg nem teljes meggyőződéssel teszi,
- fokozott kontroll szükséges vízajtót, szívűködés-szabályozót, véralvadást, inzulin-készítményt, pajzsmirigyhormont szedőknél.

## A diéta mint alapterápia

A diéta maga a helyes ételmód, a teljes értékű táplálkozási rendszer, folyamatos preventív méregtelenítés, az anyagcsere-folyamatok optimalizálásával. Ennek részletezése meghaladja e cikk terjedelmét és jórészt ismert is, ezért csak vázlatosan és legfontosabb elemek:

- étkezések ideje-hossza, rágás,
- natúr-bio, friss zöldség-gyümölcs – teljes őrlésű gabonafélék,
- olajos magvak, hidegen sajtolt olajok,

- finomított, tartósított, konzervált élelmiszerek, fehér cukor, vörös húsok kerülése,
- kevés só (tengeri), kevés fűszer,
- zsírszegény főzési eljárások.

## A böjt és hatásai

A böjt vallásos szokásból alakult természetgyógyászati módszerré. Az ételtől való tartózkodás az áldozatvállalást, a lélek felkészítését és megtisztulását célozta. A természetgyógyászati böjt intenzív kúrákkal kombinálódik. Ma már önálló tudományág, mikrobiológiai-kóreléleti-biofizikai ismeretekkel, módszertannal, úgynevezett le- és kivezető eljárásokkal (Németországban a „böjtörvosok” szakképzése egyéves elméleti és gyakorlati képzésből áll).

Általános jellemző az anyagcsere tehermentesítése, a felhalmozott salakanyagok kiválasztásának fokozása, bőséges folyadékbevitel (ásványvizek, forrásvizek, gyümölcs- és zöldséglevelek, gyógyteák). Bétisztítási módszerek; beöntés, glaubersó\*, keserűs, kolon-hidroterápia\*\*.

## Általános élettani hatások

- Szív és keringés – vérnyomáscsökkenés, vércukor-, vérszín-szintcsökkenés, a húgysavszint emelkedhet a fokozódó sejtátépülés miatt.
- Anyagcsere-folyamatok szabályozása, méreganyagok kiválasztódása.
- Gyulladáscsökkentés – immunrendszer-aktivitás fokozódik.
- Vízajtás – a szövetek Na- és víztartalma csökken, az ödémák kiürülnek, vérnyomás csökken.
- Salaktalanítás – a felesleges zsírok, szénhidrátok, fehérjék, az anyagcsere-bomlás-termékek, a káros vegyi anyagok, a nehézfémek, a toxinok, az allergének kiürülnek.
- Idegrendszeri hatás – a funkcionális szív- vagy emésztő-

rendszeri panaszok csökkennek, az alvás kiegyensúlyozottabb lesz.

- Emésztőrendszer – a nyálkahártya letisztul, regenerálódik, az emésztőnedv-termelés és a bélmozgás javul.
- Hormonális rendszer – a hormonális diszfunkciók megszűnhetnek, a menses-rendellenességek javulhatnak.
- Statikus rendszer – ízületek, lábboltozat, gerincoszlop panaszai enyhülnek.

(\* glaubersóoldat: 40 g só 750 ml meleg vízben oldva, 15 perc alatt kell meginni.

\*\* kolon-hidroterápia: bélfürdő, az utóbbi évtizedben az Egyesült Államokból kiindult eljárást bevezették az európai gyakorlatba is, a vastagbél öblítése, a víz nyomásának, hőmérsékletének és a mosási sebességnek terapeuta általi szabályozása és a bélfalról leváló lerakódások üvegfalon keresztül történő értékelése.

● Dr. Csiszár Róbert

A cikksorozat korábbi számai a [www.biodent.hu](http://www.biodent.hu) honlapon olvashatók, tanfolyamokra előzetes jelentkezés a [www.biodent.hu](http://www.biodent.hu) honlapon, illetve levélcím: Med-System, 1072 Bp., Csányi u. 3.

## A SUNORANGE november

**ELŐADÁSOK, FOGLALKOZÁSOK, KÉPZÉSEK A KELETI – NYUGATI INTEGRÁCIÓ SZELLEMÉBEN**

### Programjaink az Ashramban;

Heti meditáció, péntekenként – vezeti; Kékesi Attila – Aaron  
Hatha jóga – vezeti; Páger István  
Csung Jüan Csi kung – vezeti; Pálkás Erika  
Luna jóga – vezeti; Dorogi Andrea  
Deeksha – Deeksha központ Magyarországon a SUNORANGE – ban

### Jövő generációja – induló gyerek-programok;

Gyerek kineziológia – Babamasszázs tanfolyam szerető szülőknek  
Jeszenszky István; Zeneterápia gyerekeknek,  
Huminiłowich Vanda festőművész kiállítása és „Vizuális – kreatív festés” alkotócsoportja

### Szalon programok:

Előadássorozatok indulása novemberben:  
Dr. Batta Attila – Az Univerzum törvényei – nov. 15. 18 – 20 h  
Gánti Bence – Bevezetés az integrál pszichológiába – nov. 22. 19h30 – 21h30  
Dr. Csiszár Róbert – A biológiai fogászat kérdései – nov. 29. 18 – 20 h

### Találkozások:

Orvosok – gyógyászok – írók találkozója – zártkörű rendezvény  
Természetgyógyász Magazin Klub előadásai;  
Dr. Csiszár Róbert – Foglalkozunk a fogakkal – nov. 21. 18 – 20 h  
az előadásokra belépődíj; 600/1200 Ft, választásod szerint

**SUNORANGE A HELY, – ÉRKEZZÉL AKÁR KELETRŐL, AKÁR NYUGATRÓL – HOL JÓL ÉRZED MAGAD**

Budapest XI., Badacsonyi u. 9.

Tanfolyamokra, képzésekre bejelentkezés a (06-1) 209-2205, és 06-30-9-844-400 telefonszámokon és online [sunorange](http://www.sunorange.hu) – [www.sunorange.hu](http://www.sunorange.hu)

[www.sunorange.hu](http://www.sunorange.hu)