

# A nullás vércsoportúak bírják a húsevést

## A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**  
természetgyógyász  
minden vasárnap  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



**Kérdéseiket várjuk**

a [termeszetyogyasz@borsonline.hu](mailto:termeszetyogyasz@borsonline.hu)  
e-mailre vagy levélben a

Bors, 1149 Bp., Róna u. 120-122. címre.

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

A köszvény valóban direkt összefüggésben áll a húсок, főleg a piros és vadhúсок fogyasztásával. Ha a köszvényes sok húst eszik, akkor rosszabbul lesz, ha pedig főleg zöldet húсок nélkül, akkor jobban érzi magát.

A köszvény a vér megemelkedett húgysavszintjének a betegsége. Jó tudni azt is, hogy a húsételekre nem egyformán reagálunk. A vércsoport megmutatja, ki mennyire bírja a húst. A vércsoportdiéta szerint a nullás vércsoportúak képesek a legjobban, míg

az „A” vércsoportú emberek a legkevésbé elviselni a húsevést.

A húsról azt tudjuk, hogy a legtöményebb fehérjeforrás. A fehérjék azok, amik a leggyorsabban kezdenek el rothadni, miközben nagy mennyiségű súlyosan mérgező toxin keletkezik belőlük. Ez a beleinkre is igaz: húsevés után mérgező rothadós folyamatok indulnak be, és ez sok méreganyaggal szabadulhat fel a szervezetünkben. Ezért, ha valakinek az ízületei fájnak a húsevéstől, akkor nem feltétlenül a köszvény a baj. Az is lehet, hogy a szervezete telítődött már méreganyagokkal, és a húsevéses toxinterhelést már nem tudja jól korrigálni.

Ízületeink, toxikológiai állapotunk vészjelző lámpái ezért is gyulladhattak ki. Tünete arra is utalhat, hogy átfogó és alapos méregtelenítésre van szüksége a szervezetének. Ha ez a helyzet, örüljön, hogy nem egyből valami súlyosabb betegsége lett, hanem előbb figyelmeztették. Úgyhogy ne késlekedjen, alaposan méregtelenítse ki szervezetét a lehető leggyorsabban.