

# Kerülje a finomított szénhidrátot!

– A mérgeanyagokkal való telítettség mind a nőknél, mind a férfiaknál okozhat meddőséget – mondja lapunk szakértője, **Lévai Tímea** aranyaszony. – A különböző tartósítótó- és vegyszerek megnehezítik a fogamzást, és többnyire sajnos a vizsgálatok sem tudják kimutatni, ha a sejtjeink tele vannak az említett salakanyagokkal.

– Egy felmérés szerint Németországban öt párból egy gyermektelen. Amikor kutatni kezdték ennek okait, kiderült, hogy sokszor a megnö-

vekedett cukorfogyasztás állt a háttérben. Azok a párok, akiknél nem volt kimutatható anatómiai oka a gyermektelenségnek, végigvittek egy egyéves szénhidrátmentes diétát, és ezen időszak alatt egyáltalán nem ettek finomított lisztet és cukrot. Utána megdöbbenően sokan váltak képessé közülük a gyermekvállalásra.

– A férfiaknál az is gond lehet, hogy a spermiumok nagyon érzékenyek a különféle sugárzásokra. Vannak olyan vezető orvosok, akik nem is ajánlják, hogy a férfiak a nad-

rágzsebükben hordják a mobiltelefonjukat. Ugyanakkor a szűk nadrág és az ágyéktáji túlzott meleg sem tesz jót a heréknek.

– Én általában akkor tudok segíteni a pároknak, ha az orvos nem talál szervi eltérést. Először meg kell tisztítani a testet, ki kell űzni a mérgeket. A blokkokat, görcsöket aztán már jól lehet oldani a megfelelő teákkal, illóolajokkal, illetve fürdőkkel.

