

Nem lesz reumás, aki rendszeresen böjtöl

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND
természetgyógyász
minden vasárnap
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetyogyasz@borsonline.hu
e-mailre vagy levélben a

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

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

Reuma esetén egyre nagyobb és tartósabb fájdalom jelenik meg az ízületben. Az ok a túlterhelés, egy baleset, vagy vírusos, bakteriális fertőzés szövődménye is lehet, de – főleg az idősebbeknél – a leihülés, a huzat vagy a légkondicionáló káros hatásai miatt is kialakulhat ez a betegség. Lényege, hogy az ízületek kémiai összetétele, formája és az anyagcsere folyamatai alapvetően és hosszú távra megváltoznak, így puhulhatnak, torzulhatnak, degenerálódhatnak, ami nagy fájdalommal jár. Ez a betegség nem halálos,

de a reumások életminősége nagyon leromlik, és e betegcsoportban megfigyelték, hogy az élettartam is gyakran öt-tíz évvel lerövidül, úgyhogy érdemes a megelőzésére odafigyelni. Erre a problémára nem egyforma a hajlamosunk, de a rendszeres intenzív (nem ízületpusztító) mozgás egyértelműen csökkenti a kockázatát.

A természetgyógyászok az ízületek fájdalmainál elsősorban az anyagcsere általános kiegyensúlyozását és a szervezet erőteljes méregtelenítését célozzák meg, miközben a fájdalom helyén borogatással, fürdővel, masszírozással, lekenésekkel a beteg ízületek gyulladáscsökkentését, regenerálását végzik. A megelőzés és a kórfolyamatok leállítása természetes eszközökkel jól megoldható. Ezernyi kiváló terápiát ír le a szakirodalom. A nagy mézevők, a rendszeresen böjtölők és azok, akiknek a táplálkozása nem teszi lehetővé, hogy a szervezetükbe folyamatosan méreganyagok jussanak be, aztán a salakanyagokkal együtt ott felhalmozódjanak, nem lesznek reumások. Így tudjuk, mit kell tennünk.