



Téma měsíce:
Očkování a imunita

Umění odpouštět

Význam bolesti
– receptory pro vnímání bolesti
a jejich detoxikace

Milí čtenáři,

všechny vás srdečně vítám v novém roce, který – pevně v to věřím – předví veškerá naše očekávání. Anebo bude minimálně tak krásný, jak krásný jsme si ho naplánovali. Že přinese do tváří nás všech spoustu úsměvů, do srdc zavede vytoužený klid a připraví nám mnohá překvapení, která značně obohatí naše životy.



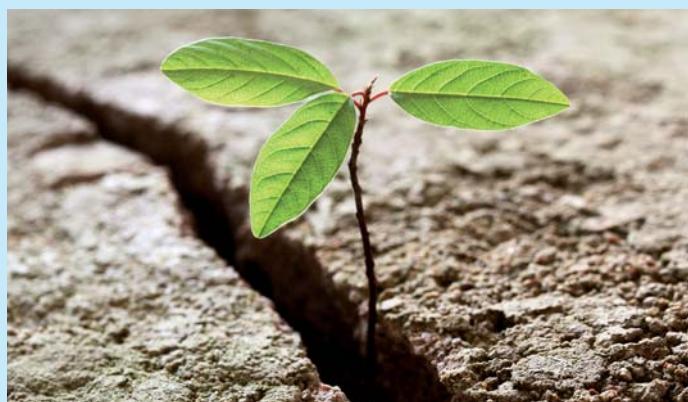
Pro lednové číslo bulletinu Joalis info jsme si přichystali téma, které je poměrně kontroverzní a snad i poněkud narušuje povánoční atmosféru, atmosféru nového roku, s jehož příchodem se tradičně pojí spousta očekávání a vidina pozitivních změn. Očkování je opředeno nespočtem historek a mýtů, které z něj v očích veřejnosti dělají krále medicíny. Na druhé straně vyplovují na povrch čím dál častěji informace, které z něj tuto honosnou masku snímají a ukazují ho v dramatickém světle – očkování jako cosi, co naruší organismus, co jej zatěžkává, ničí, co zasévá semínka těch nejhorších možných rizik a poruch...

Detoxikační medicína očkování ani neodsuzuje, ani nedoporučuje. Nechává rozhodnutí na lidech. Je však třeba mít na paměti, že očkováním jsou do organismu vpravovány látky jemu cizí a toxicke. O očkování pojednává hlavní článek MUDr. Josefa Jonáše, je mu věnována Galerie preparátů, do jeho tajemné komnaty nás zavede článek z rubriky Aktuálně a z příspěvku Mgr. Marie Vilánské, věnovanému složení očkovacích vakcín, vám možná bude běhat mráz po zádech.

Pevně věřím, že téma, které jsme pro vás připravili, oceníte jako zajímavé a že vám přinese spoustu užitečných informací i možnosti, jak na něj nahlížet, jak jej přijímat. V úvodu jsem zmínila, že si většina z nás spojuje příchod nového roku s vidinou pozitivních změn a že téma očkování s touto vidinou příliš nekoresponduje. Ale kdo ví... Není právě stále větší informovanost o rizicích očkování a možnostech, jak jim čelit, jednou z těch očekávaných a nesmírně pozitivních změn?

Všem vám přeji co nejhledší průběh roku 2014. A kdyby ten jeho pomyslný povrch přeci jen místy zdrsněl, nezoufaje. Všechno zlé je pro něco dobré. A i z toho nejdrsnějšího povrchu mohou nakonec vyrůst jedny z nejkrásnějších a nejzácnějších okamžiků v našem životě...

Mgr. Alena Rašková

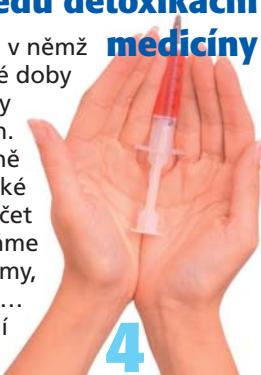


Očkování z pohledu detoxikační medicíny

Dvacáté století bylo obdobím, v němž započal očkovací boom. Od té doby chodí po světě miliony naočkovaných dětí a dospělých.

Od té doby je lidstvo skutečně chráněno. A od té doby také rapidně vzrůstá počet nejrůznějších chorob. Zmiňme třeba alergie, astma, ekzémy, poruchy nervového systému...

Klasická medicína vidí v očkování jediné možné východisko, jak lidstvo uchránit před zákeřnými nemocemi. Jak to vidí detoxikační medicína? Slovy MUDr. Josefa Jonáše: „Očkování je pro nás záležitost obzvláště pikantní.“ Proč? To se dozvíté na následujících stránkách.



4

Smutná pravda o očkovacích vakcínách

14

Když je něco rizikové, co uděláme? Snažíme se tomu předejít, případně se toho co nejrychleji zbavit. Nemoci, zvláště pak některé, pro lidstvo riziko představují. A proto jsou tu očkovací vakcíny, které nás mají před těmito riziky uchránit. V České republice se děti povinně očkují hned proti devíti nemocem. Ale je to skutečně taková výhra, jak je nám veřejnosti prezentováno? Víme vůbec, co vakcíny obsahují? Co se začne v organismu po očkování odehrávat? A jaký to může mít dopad na naši imunitu? O tom všem pojednává článek Mgr. Marie Vilánské.

Když se z detoxikace stane byznys



Zavedli jsme novou rubriku s názvem Černá kronika. Ona totiž s tématem očkování docela souvisí. Očkování nás má chránit – ale v praxi zjišťujeme, že tomu vždy tak není a že rizika, která představuje, jsou obrovská. Detoxikace podle MUDr. Jonáše má též za cíl chránit – ovšem cestou ryze přirozenou. Avšak i v tomto případě se ukazuje, že praxe nemusí být vždy taková. Stane se, že terapeut sejdě z cesty a vydá se po té vlastní. Na tom by nebylo nic špatného – kdyby tím však neohrožoval klienty a nepoškozoval dobrou pověst detoxikace...

Umění odpouštět

13

S příchodem nového roku se pojí jedna zvláštní tradice – předsevzetí. Kde se vzala, tu se vzala, najednou se objevila a dodržují se s ryzí poctivostí napříč všemi generacemi a všemi státy. Chceme sít, chceme bohatnout, chceme lásku, chceme zdraví, ...

Jenže cesta za vytyčenými cíli bývá obtížná a mnozí své úsilí vzdají dříve, než se po ní vůbec vydají. Ve změti všech těch přání, cílů a představ však zapomínáme na jednu podstatnou věc, která nám naši cestu může ulehčit. Je jí umění odpouštět. Sobě i všem lidem, kteří nám ublížili. Ať si to uvědomujeme, nebo ne, právě neschopnost odpustit může být jednou z těch největších zátěží, která nás během cesty za sny sráží na kolena...

úvodník	2
téma měsíce: očkování a imunita	
Očkování z pohledu detoxikační medicíny	4
galerie preparátů	
Detoxikační preparáty související s očkováním	7
orgány čínského pentagramu	
Význam bolesti – receptory pro vnímání bolesti a jejich detoxikace	8
aktuálně	
13. komnata očkování	11
pro tělo i duši	
Umění odpouštět	13
nepřehlédněte!	
Smutná pravda o očkovacích vakcínách	14
cesty ke štěstí	
Jak funguje lidská paměť (Díl druhý)	16
mikrobiologie	
Bakterie – osmá část	17
z říše zvířat	
Jak podpořit imunitu našich chlupáčů	22
bambi klub	
„Chce to změnu“, řekli jsme si!	23
černá kronika Joalis	
Když se z detoxikace stane byznys	24
Joalis online	
Do nového roku jedině pravou nohou!	25
pro zajímavost	
Nežádoucí účinky léků – dobře maskovaný zabiják	26
letní škola	
Přihláška na Letní školu	27
zachyceno v síti	
Lidstvo svírají okovy deprese	29
kalendář akcí	
Připravované akce	29



**Bulletin informační
a celostní medicíny**

1/2014
leden–únor

• **Redakční rada**

MUDr. Josef Jonáš
Ing. Vladimír Jelínek
Mgr. Marie Vilánková

• **Redakční zpracování**

Mgr. Alena Rašková
a.raskova@joalis.eu
tel.: 602 694 295

• **Grafická úprava**

Martina Hovorková

• **Vydavatel**

Joalis s. r. o.
Orlická 2176/9
130 00 Praha 3
IČO 25408534
www.joalis.eu

• **Tisk**

KR print s. r. o.
Vinohradská 1336/97
120 00 Praha 2

• **Distribuce v ČR**

Economy Class Company s. r. o.
Na Výhledech 1234/8
100 00 Praha 10
www.eccklub.cz
eccpraha@joalis.cz
tel.: 274 781 415

Expediční centrum
U Řepické zastávky 1293
386 01 Strakonice

ecc@joalis.cz
tel.: 383 321 741

Evidován pod č. MK ČR E 14928

• **Foto na titulní straně a na str. 32**
www.samphotostock.cz

• Společnost Joalis s. r. o.
má certifikovaný systém řízení
kvality dle normy ISO 9001.



Očkování

Problematika očkování je v současném světě velmi diskutované téma. Pro nás je to záležitost obzvláště pikantní. Ještě z dob socialistické diktatury jsme byli zvyklí na to, že očkovat je nutné, povinné, a pokud by člověk něco takového odmítl, bude potrestán. Teprve nedávno proběhly soudy s lidmi, kteří odmítli očkování svých dětí. Výsledek? Nikdo sice nemůže rodičům přikázat, aby nechali očkovat své dítě, ale zároveň mateřská školka nebo škola může takové dítě odmítout vzít do kolektivu jako potenciálního šířitele některé infekce...

z pohledu detoxikační medicíny

Celá diskuse se strhla na základě toho, že ve světě vznikla řada zájmových skupin, které sbíraly data o nežádoucích účincích očkování. Vyšlo najevo, že očkování není tak neškodná záležitost, jak jsme si myslí, a že může být spojováno i se vznikem velmi závažných zdravotních poruch. Dosud jsme žili v domnění, že krátkodobá teplota, neklid nebo rozmrzelost jsou maximum, co se může dítěti po očkování stát, a vše ostatní jsou jen příznivé výsledky tohoto konání. Mohl bych však citovat celou řadu prací a sdělení webových stránek, které ukazují na lehčí i závažné komplikace očkování. A tak se nás rodiče začínají ptát na to, zda očkovat, či neočkovat a co udělat, aby očkování dopadlo dobré.

Nejsouhrnněji se k problematice očkování u nás vyjádřila profesorka Strunecká ve svých knihách **Doba jedová, Doba jedová 2, Varovné signály očkování** či **Jak přežít dobou jedovou** a také na webových stránkách www.rizikaockovani.cz. Je škoda, že téměř nikdo z pediatrů zmíněnou literaturu nezná a nevyhledává diskuze o očkování. Argumentace těchto lékařů je pak často velmi primitivní a nezodpovědná, tudíž na první pohled nevěrohodná. Lidé se chtějí a informovaní, ačkoliv jsou třeba zastánci očkování (aktivní imunizace), připouštějí řadu různých problémů a komplikací, avšak trvají na tom, že celkový přínos očkování je nepochybný. To však není tak docela pravda. A možná, že

to není pravda vůbec. Budeme-li posuzovat očkování dětí pouze z hlediska vymýcení nebo snížení různých nemocí spojených s mikroorganismy, pak skutečně musíme uznat, že je velmi významným krokem. Není to však zcela jednoznačná záležitost, protože například studie týkající se současné epidemie černého kaše ukazují, že jím onemocně daleko častěji děti očkované než děti neočkované. Dokonce existuje řada evropských i zámořských studií, které ukazují, že u očkovaných dětí se objevuje vyšší nemocnost než u dětí neočkovaných. Jsou ovšem i studie opačné – těžko v tomto smyslu dělat rozhodčího. Budeme-li však očkování posuzovat ještě z dalších hledisek, pak už vůbec věc není tak jednoznačná.

A to se budu snažit v tomto článku ukázat.

Sám mám jednu zkušenosť, která významně utvořila můj pohled na očkování. Stalo se tak při narození jednoho z mých synů. Již v porodnici, jak bylo běžným zvykem, ho chtěli naočkovat proti tuberkulóze. Očkování jsme se ženou rezolutně odmítli s vysvětlením, že třídní novorozené neznáme, neznáme jeho zdravotní stav, nevíme, jakým způsobem se chová a kdo to vůbec je, a jestliže nastanou změny po očkování, pak nebudeme schopni posoudit, že se tak stalo právě po



rozeně neznáme, neznáme jeho zdravotní stav, nevíme, jakým způsobem se chová a kdo to vůbec je, a jestliže nastanou změny po očkování, pak nebudeme schopni posoudit, že se tak stalo právě po

očkování, a budeme se domnívat, že je to věc, která by přišla ať tak, nebo tak. Náš protest vzbudil v porodnici rozruch a žena byla vystavena velikému nátlaku lékařských kapacit. Přesto nepovolila. Za půl roku od tohoto incidentu bylo očkování novorozenců proti tuberkulóze staženo s vysvětlením, že přinášelo více škody než užitku. Žena neváhala a dostavila se do porodnice. Doufala, že se dočká jisté satisfakce. Pochopitelně se nedočkala, odnesla si pouze snůšku arroganci. Taková zkušenost u člověka vytvoří jistý názor na to, jakým způsobem se interpretují a obhajují i věci zjevně pochybné.

Hliníková hrozba

Pokusím se vysvětlit svůj názor na to, že očkování zcela významně změnilo lidstvo, a to směrem negativním. Abychom tento názor pochopili, musíme vědět, že očkovací vakcíny přináší do organismu dva druhy problematických toxinů. Jeden toxin jsou cizorodé látky, mezi kterými vévodí především hliník, rtuť, nakonec formaldehyd a celá řada dalších látek. Aplikace vakcíny přinese do organismu až sto-násobně větší dávku hliníku, než je fyziologicky přípustné. Aplikace injekcí způsobí, že hliník se stoprocentně dostane do organismu a rozptýlí se v něm. Hliník se v mnohonásobně menším množství nachází i v potravinách, ale jedná se o množství zanedbatelné a z potravin se navíc vstřebává jenom jeho nepatrná část. Hliník nemá v lidském organismu žádný smysl, nikde ve tkáních se fyziologicky nevyvíjí a jeho působení je v každém případě toxické. Myslím, že nemusím vysvětlovat, že i působení rtuti je toxická záležitost. Podle proforské Strunecké se v trávicím traktu do krevního oběhu vstřebává pouze 0,3 % hliníku obsaženého v potravinách. Injekčně podaný hliníkový adjuvant se vstřebává se stoprocentní účinností.

Hliník je ve vakcíně obsažen proto, že na jeho povrchu se vytváří komplexy antigenů, které potom evokují zvýšenou produkci protilátek.

Vakcíny s hliníkem jsou tedy mnohonásobně účinnější, než by byly bez něj. Komplexy antigenů vázané na soli hliníku však neprocházejí sítě v glomerulech, a proto organismus nemí schopen se od téhoto toxinu sám očistit. Uvádí se, že vyloučení téhoto

látek, které se dostanou vlivem očkování do organismu, trvá asi padesát let. Protože děti, zvláště kojenci, nemají ještě plně vyvinutou hematoencefalickou bariéru, která chrání mozek před proniknutím cizorodých látek, tyto toxiny snadno proni-

ník, rtuť a jiné přídatné látky vakcín, částice cizorodé DNA, virů a bakterií, které vyvolávají zánětlivý proces). Jedním z těchto toxinů jsou i metabolické procesy, a tudíž i metabolity samotné buňky. Jako příklad si můžeme vzít opět Alzheimerovu de-

„...kdyby lidstvo přestalo s očkováním, zdravotní problémy by zajisté zcela nevymizely.
Snížil by se však určitě jejich počet a především progresivita.“

kají do jejich mozku. Například *hypothalamus* není touto bariérou chráněn vůbec. Mimo to se hliník ve vakcínách nachází ve formě nanostruktur, a tudíž velmi snadno proniká do buňky, v níž nesmírně škodí. Někdy v osmdesátých letech minulého století světě proletěla zpráva o tom, že lidé trpící Alzheimerovou demencí mají v mozku vysokou hladinu hliníku. Tudíž – a dodnes to není vyvráceno – je tento typ demence spojován s hliníkem. Hliník se nachází i v řadě potravin, jak už jsme uvedli. Ve větším množství jej nalézáme v průmyslových potravinách. Hliníkovými soliami se upravuje těsto, což způsobí, že je trvalejší, chuťově zajímavější atd. Hliník se nachází i v řadě přípravků, které se používají na snížení acidity žaludku, při pálení žáhy, ale také v řadě kosmetických prostředků, speciálně v antiperspirantech.

Pro objektivitu je třeba říci, že hlavní zátež hliníkem v lidském organismu sice pochází z očkovacích vakcín, ale do organismu se dostávají i jiné toxické kovy, především rtuť, ale i stříbro, zlato, chrom, nikl, platina, kadmium a další. To vše tvorí **závažnou toxickou zátež především v nervovém systému**. S očkovacími vakcínami se do organismu dostává i karcinogenní formaldehyd, neurotoxicky působící glutamát, ale také viry a fragmenty cizorodé DNA; hlavní aktivní látka očkovacích vakcín. Strunecká uvádí, že ve vakcínách se nachází ještě 77 přídatných látek, které jsou pro organismus škodlivé a především cizorodé.

Toxiny z vakcín poškozují nervové buňky

Víme, že nervová buňka je schopna se detoxikovat jedině prostřednictvím glio-vých buněk, a to v celém nervovém systému člověka, tedy nikoliv pouze v centrálním nervovém systému, ale i v jiných strukturách nervového systému (v míše, periferních nervech, enterálním nervovém systému, srdečním nervovém systému či autonomních nervech). Jestliže toxiny z vakcín tuto cestu detoxikace nervové buňky zablokují, je spuštěn velmi škodlivý proces. Celý tento proces se skládá z řady toxinů (hli-

menci. Za normální situace vzniká v nervové buňce odpadní bílkovina beta-amylloid, která se z této nervové buňky dostává dál, a tudíž se nehromadí v neuronu. Jakmile však dojde k jejímu hromadění, buňka se poškozuje a degraduje. To má za následek vznik této demence. Pokud byste se o tom chtěli přesvědčit (a to nemyslím pouze u Alzheimerovy demence), tak si v EAM systému najdete „Obecné příčiny nemoci“ a v nich „Otravu metabolismu“ a změřte, zda se na neuronu nena-chází právě tento toxickej proces. Mohu vás ubezpečit, že tam bude.

V buňce se tedy hromadí jak toxickej látky, tak také vlastní metabolity buňky. Tyto toxiny blokují detoxikaci nervové buňky přes **gliový systém**. To má velmi závažné důsledky. Podle genetické dispozice totiž k tomuto procesu dochází v nejrůznějších částech nervového systému. V nejhorším případě k tomu může dojít v neuronech mozkové kůry. Potom záleží na tom, kdy se tak stane. Jestliže se s tím setkáme u novorozenců, vidíme velmi problematický psychomotorický vývoj, často tragického charakteru. Pomocí našich přístrojů můžeme zjistit, že jde o toxicky postiženou buňku mozkové kůry a zároveň o toxicky postiženou gliovou buňku. K tomuto toxickému procesu však může dojít třeba také v temporálních lalocích a potom hrozí nebezpečí epilepsie, migrény či záchvatů vztoku nebo jiných záchvatovitých stavů. Frontální kůra může přinést známky psychózy, halucinací, bludů nebo alespoň poštižení paměti a sociální intelligence. Velmi rozšířená je toxická zátež tohoto charakteru v buňkách řídících imunitní systém, tedy v parietálním laloku. Dochází pak ke vzniku alergií, autoimunitních procesů. Dojde-li k této toxické záteži a celému toxickému procesu v buňkách *lobus insulae*, můžeme pozorovat vznik imunitních poruch typu atopie nebo revmatické reakce. A tak bychom mohli pokračovat přes všechny struktury *mezencephala*, *diencephala*, *rhombencephala*, dále přes struktury limbického systému. Vynořují se před námi nejrůznější zdravotní problémy, které jsou v této civilizaci stále častější.

Vina se příčítá na vrub stresu a jiným civilizačním faktorům, ale já tvrdím, že za to může především očkování. To se však obtížně prokazuje. Přesto existují srovnávací studie, které dokazují, že neočkované děti mnohonásobně méně trpí alergiemi, astmatem, ekzémy a jinými nemocemi tohoto typu. Jestliže přijmeme tuto hypotézu, pak se nám poodhalí i problematika stále vzrůstajícího počtu rakoviny, protože i o ní rozhodují jisté struktury našeho mozku. Stejně tak mohu pokračovat přes hormonální poruchy, funkční neplodnost, deprese, zkrátka k mnoha chorobám, které souvisí s nervovou soustavou. Tedy nejen s mozkem, jak již bylo řečeno. Potom můžeme tvrdit, že nárůst všech těchto nemocí, který je nezpochybnitelný, souvisí s počátkem očkování, které bylo zavedeno jako povinné, to znamená, že od poloviny minulého století postihlo 99 % populace.

Nebezpečné kombinace

Samozřejmě že k této blokádě detoxikace neuronu může docházet i z jiných důvodů, náš organismus se může setkávat s jinými infekcemi nervového systému, s toxicckými kovy, radioaktivními látkami, chemikálie mi a metabolickými toxiny. Velmi často se však setkáváme s kombinací těchto jevů a potom můžeme sledovat také různou závažnost těchto onemocnění. Pochopíme-li tento jev, dojde nám, že pokud hovoříme o očkování, pak nemluvíme o jediné příčině tohoto toxickeho nervového procesu. Ještě bych rád upozornil, že kdyby přestalo lidstvo s očkováním, všechny výše zmíněné zdravotní problémy by zaje-

té zcela nevymizely. Snížil by se však určitě jejich počet a předeším progresivita. Nárůst těchto problémů lze částečně příčít vzrůstajícímu očkování mimo základní sérii aplikace vakcín, a to proti pneumokukům, virům hepatitidy, meningokukům, HPV, klíšťové encefalitidě a dalším. V posledních padesáti letech se také rozšířilo cestování po světě. Při cestě do některých oblastí je třeba projít sérií dalších očkování (proti choleře, žluté zimnici a dalším tropickým chorobám). Zátež očkováním se tedy neustále zvyšuje. K tomu si připočteme i zhoršující se stav životního prostředí a přísun toxicckých látek prostřednictvím průmyslově vyráběné stravy, jako je přísun glutamátu, hliníku (vždyť třeba v mražené pizzě, koláčích a dalších pekárenských výrobčích je obsah hliníku více než dvěstěnásobný oproti přirozeným čerstvým potravinám). Proto nemůžeme očekávat, že by oficiální medicína zaujala k očkování kritický postoj – najít důkazy, které by proti němu svědčily, je velmi obtížné. Avšak pro nás, kteří se zabýváme detoxikací a můžeme testovat stav nervové buňky prostřednictvím naší přístrojové techniky, jsou to věci nepochybně.

My nejsme ti, kteří by dokázali změnit tento svět a zbavit ho mnohdy i zbytečných toxicckých zátěží, proto musíme hledat pomoc, kterou stávajícímu světu můžeme nabídnout. Naším pomocníkem jsou detoxikační preparáty, jimiž dokážeme bravurně a účinně obnovit detoxikační procesy nervové buňky, a to tak, že vyčistíme gliový systém, jak je popsáno v Galerii preparátů. Dokážeme posílit

schopnost organismu vylučovat těžké kovy a jiné anorganické i organické toxiccké látky, které jsou z velké části přinášeny do organismu prostřednictvím očkovacích vakcín.

Nemusíme se rozhodovat o tom, zda veškerá zátěž pochází z očkování nebo i z jiných zdrojů, protože náš postup eliminuje jak přítomnost toxicckých kovů, tak i organických toxinů. Spouští schopnost organismu provádět detoxikační procesy. Kdyby tomu tak nebylo, pak by museli onemocnět všichni, muselo by to mít 100% následek u všech lidí dýchajících tento vzduch, konzumujících tyto potraviny, u všech lidí naočkovaných. Není tomu tak, i když nemocnost obyvatel v civilizovaných zemích dosahuje závratného čísla sedmdesáti až osmdesáti procent. Přesto právě ta zdravá část populace nám dokazuje, že imunitní systém těchto lidí je schopen zvládnout příliv toxinů a uchovat dobrou funkčnost organismu. Mohli bychom takto vysvetlit mnoho psychopatologických činů a jednání, s nimiž se setkáváme, a především bychom mohli zastavit zdánlivě nezastavitelný vstup zdravotních problémů, které devastují lidstvo a prodražují mu existenci natolik, že člověk již téměř není schopen vydělat na to, aby jeho zdraví bylo současnému chemicko-operární medicínou udržováno. Naše pomoc je v tomto smyslu prakticky zadarmo. Člověk pouze musí být schopen přemýšlet. Jedna lidová moudrost říká, že přemýšlení někdy bolí – a toho se obávám...

MUDr. Josef Jonáš

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz



Problematiku očkování z hlediska detoxikační metody Joalis jsme probrali v předchozím článku. Nyní se tedy budeme věnovat taktice postupu detoxikace. Protože je důležité, aby organismus člověka byl na očkování připravený, považuji za nezbytné začít s detoxikací alespoň týden či čtrnáct dní před jeho aplikací.

Detoxikační preparáty související s očkováním

Neodcenit toto období je důležité, jelikož vzniká reálná šance, že dojde k vyčištění gliových buněk, a organismus se vypořádá jak s cizorodými látkami, tak s náporem genových fragmentů mikroorganismů, obsažených v očkovacích vakcínách. Podávání detoxikačních preparátů musí pokračovat alespoň týden, lépe čtrnáct dní po očkování. To z důvodu, aby byl organismus připraven na první nápor toxinů spojených s očkováním (teploty, lokální reakce) a aby se snáze vypořádal s postupným vylučováním toxinů. Pro představu, toxiny spojené s vakcinací se vylučují po dobu zhruba padesáti let. Taková je křivka odpadu těchto toxinů.

Toxiny mohou zasáhnout především nervové buňky, glie, kostní dřeň, oko, ucho, zárodečný epitel, vaječníky a spoustu dalších míst v lidském organismu. Druhořadé následky jsou ale takové, že dalece přesahují i naši představivost.

Základním detoxikačním preparátem v případě očkování je **MindDren**. Ten odstraňuje blokády, které zabraňují imunitnímu systému pracovat na likvidaci anorganických toxinů – v případě očkování tedy hliníku a rtuti nebo li



toxicckých kovů. Protože nervové buňky (neurony) se detoxikují přes gliové buňky, blokáda této cesty je pro nervový systém katastrofou. Proto společně s **MindDrenem** podáváme také preparát **Mezeg**. K podpoře očisty gliových buněk můžeme využít preparát **Metabex**. Proč? Protože dobře víme, že narušená psychika představuje velký toxin, který je schopen zablokovat jakýkoli proces detoxikace. Lidé, kteří v děství prožili emocionální trauma, nazývané v psychologii „citová deprivace“, vykazují zhoršené vylučování toxinů. Tento blok odstraňujeme právě preparátem **Metabex**.

V případě, že toxiccké zatížení není způsobeno pouze těžkými kovy, které jsou součástí očkovacích vakcín, ale

i fragmenty virů nebo bakterií, je třeba postupovat s detoxikací dále, a sice preparáty **EviDren** a **PEESDren**. Je-li tomu tak, o tom se ovšem můžeme přesvědčit pouze pomocí diagnostiky na přístroji **Salvia**. Zátež těžkými kovy se týká všech. Organické toxiny jsou problémem pouze někdy. Jedná se však o problém velmi závažný.

Protože při detoxikaci dochází k mohutnému vylavování kovů, které v následujících týdnech i měsících můžeme měřit v krvi, lymfě, moči, stolici, hlenu nebo třeba potu, je na místě jejich vylučování podpořit. Učiníme tak preparátem **Antimetal**. Mějme na paměti, že vylučování kovů může způsobit různé nepříjemnosti (detoxikační projevy) v podobě kaše, rýmy, průjmu, častého močení, pocitu těžkých nohou a podobně. Jde o proces dosti komplikovaný, výsledek však stojí za tu námahu a peníze. Soubor výše zmíněných preparátů můžeme z části nahradit preparátem **Deimun Aktiv**, avšak jedná se o okrajové řešení. To bych přenechal těm, kteří detoxikují bez hlubších znalostí a zákonitostí detoxikace podle Joalis.

MUDr. Josef Jonáš
Ilustrační foto: shutterstock.com

Je úterý 26. 11. 2013 a u nás doma na Šumavě napadl v noci sněhový poprašek. Teplota je těsně pod nulou. Nutí mě to, předtím než začnu psát další článek do seriálu o nervovém systému, se nejprve projít a na minutu proběhnout bosýma nohami po sněhem poprášené trávě...



Význam bolesti – detoxikace tkání spojených

Před několika dny jsem se začetl do knihy Born to Run (Zrozeni k běhu), kde se píše o zázračných schopnostech indiánského kmene Tahumaranů, potomků Aztéků. Jednou z jejich schopností je absolvovat v horách ultra dlouhé dálkové běhy (třeba 100 nebo 160 kilometrů) po prašných stezkách s velikým převýšením, a dokonce v nich vyhrávat nad některými ultra-maratónskými specialisty. Jak je to možné?

Zaujala mě jedna zásadní myšlenka, a sice že tito příslušníci kmene chodí odmalička bosí a běhat se učí také nejprve bosí. Tím získají správné běžecké návyky a dokází využít něco, co se dá nazvat **Energíí Země**. A co je tím převodním mechanismem, který způsobí, že při rychlém běhu naboso člověk napřími trup, srovna záda, přirozeně se nakloní trochu dopředu a začne dopadat na přední stranu chodidel, nikoliv na paty? Jak to, že běh se najednou stává čímsi přirozeným, vzrušujícím, osvěžujícím a unnavuji? Tím mechanismem je **BOLEST**.

Člověk přirozeně před bolestí uhýbá, proto když běží bosýma nohami třeba v lese, po cestě zapadané jehličím, dráždí tím celou řadu nervových receptorů citlivých na tlak a napínání svalů a šlach na chodidle. Prostřednictvím stimulace nervového systému chodidla a uhýbáním před bolestí se chodidlo přirozeně propne a díky pružení se utlumují nárazy. Člověk je nucen dopadat na přední stranu chodidel – na špičky (nikoliv na prsty), protože takto je to nejméně bolestivé. Dopad na paty bolí mnohem, mnohem více... Dopady na špičky mají stimulující účinek na zdravé postavení celé páteře.

Zkuste si jedno cvičení. Postavte se bosí na místo vyvýšené asi šedesát centimetrů nad podlahu. Skočte... Pokud jste dopadli na paty, nejspíš vás to zabolelo. Zkuste začít trénovat dopad na špičku (ne prsty) chodidla. Pokud to po nějaké době prove-

dete správně, stane se toto cvičení energizujícím (více než energetické nápoje). V tom okamžiku zažijete, co znamená brát si energii ze Země. Přirozeným zapojením správných skupin svalů dochází také ke stažení svalů hráze, v jáze známé jako Mulabandha, sloužící jako energizující prvek, který proudí směrem vzhůru z oblasti pomyslné první čakry (v tradici vždy spojované s archetypem Země).

spadají pod deset stupňů, viděli jsme místní dělníky, jak jsou navlečení v kabátě, čepici na hlavě, ale na bosých nohách měli jen obyčejné vietnamky. Když jsme přes noc po několikahodinovém pochodu vystoupali v procesí místních sinhálských poutníků po nepravidelných strmých schodech na posvátnou Adamovu horu (Sri Pada – nadmořská výška 2243 m), kde teplota v noci sestoupá až k nule, potkali jsme opět místní poutníky zahalené až po uši vším možným. Ale nohy bosé. Copak necítí chlad?

Populace v Evropě je zřejmě přecitlivělá a bolest je v civilizovaném světě vnímána a snášena úplně jinak než v oblastech, kde jsou lidé přirozeně spojeni se Zemí.

Při svých opakování návštěvách Srí Lanky vždy upoutávalo mou pozornost, jak místní obyvatelé chodí téměř všichni bosí. Nikdy by si nenazuli ponožky. Nenosí žádnou pevnou obuv, a když už nechodí naboso, nosí pouze jednoduchou „plážovou“ obuv známou v Čechách pod pojmem vietnamky. U moře by se tento zvyk místních dal pochopit. Také Evropan z naší oblasti nepotřebuje pro pobyt v přímořské oblasti Srí Lanky přibalovat ponožky. Když jsme cestovali do hor, do oblasti čajových plantáží, kde často teploty



Podle světové zdravotnické organizace WHO:

„Bolest je nepříjemná senzorická a emocionální zkušenost spojená s akutním, nebo možným poškozením tkání. Bolest je vždy subjektivní, individuální záležitost.“

Člověka zkrátka něco bolí pouze proto, že si to uvědomuje. A skutečně. Bolestivý podnět z místa vzniku někde na okraji organismu putuje po nervech do hlavy, až doputoje do *thalamu*, součásti emocionálního mozku, který je nazýván „bránou vědomí“. Zde je také jako bolestivý podnět vnímán.

V obou oddílech tzv. motorického *thalamu* je patrná detailní „mapa pohybů“ podle projekce z jednotlivých kloubů nebo svalových skupin. Zdá se tedy, že neurony v motorickém *thalamu* se účastní přípravy pohybu – už pouhou představou pohybu (jak mocná je síla myslí!) se začínají svaly připravovat k činnosti a akci.

Na tomto principu je založen ideomotorický trénink používaný celou řadou sportovců a jiných profesí v rámci mentálního tréninku, který zasahuje až do fyzického světa. Dokonce někteří sportovní psychologové považují tento druh tréninku za velice efektivní, zejména pokud se týká

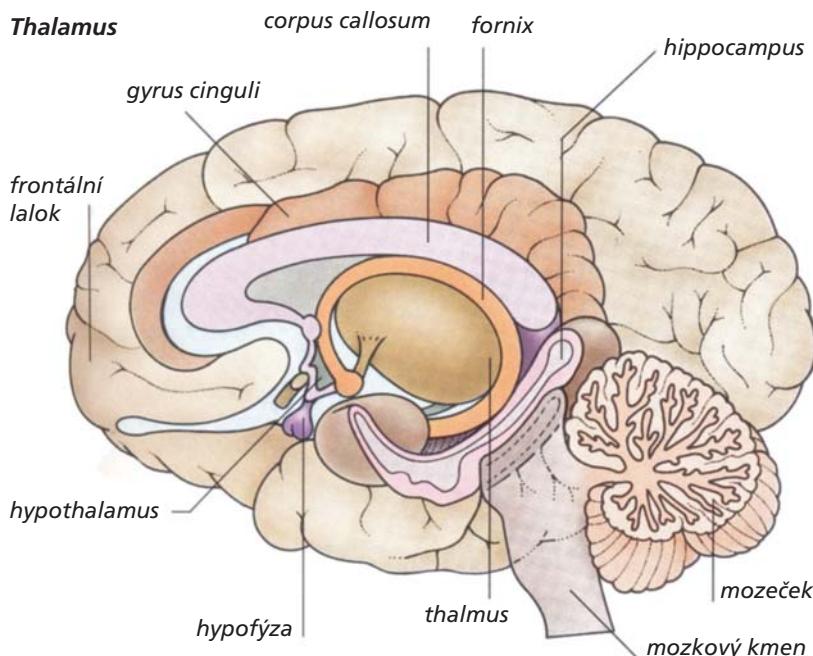
získání návyku pro nové pohybové modeity.

Na detoxikaci *thalamu* použijeme:
Joalis MindHelp (MiHerb)
Joalis EmoDren
Joalis Antimetab
Joalis Ionyx

V *hypothalamu* byly rovněž nalezeny receptory bolesti. Z *hypothalamu* a z limbického systému vůbec je ovlivňována především emotivní složka bolesti. Použijeme preparát *Joalis Hypotal*.

Nakonec jsou tyto impulzy v *hypothalamu* i *thalamu* později interpretovány

s prožíváním a pocítováním bolesti



Thalamus je tedy důležitým orgánem vnímání bolesti. Prožívání bolesti se zde může ve velké míře modulovat. To znamená, že různí lidé vnímají objektivně stejnou bolest s jinou mírou intenzity. Anebo že bolest na stejný podnět vnímají odlišně při různých podmírkách souvisejících se současně probíhajícími emocionálními stavami (například euforický stav) či drážděním jiných tkání, které způsobují další bolest, a tím se na ně připoutává pozornost.

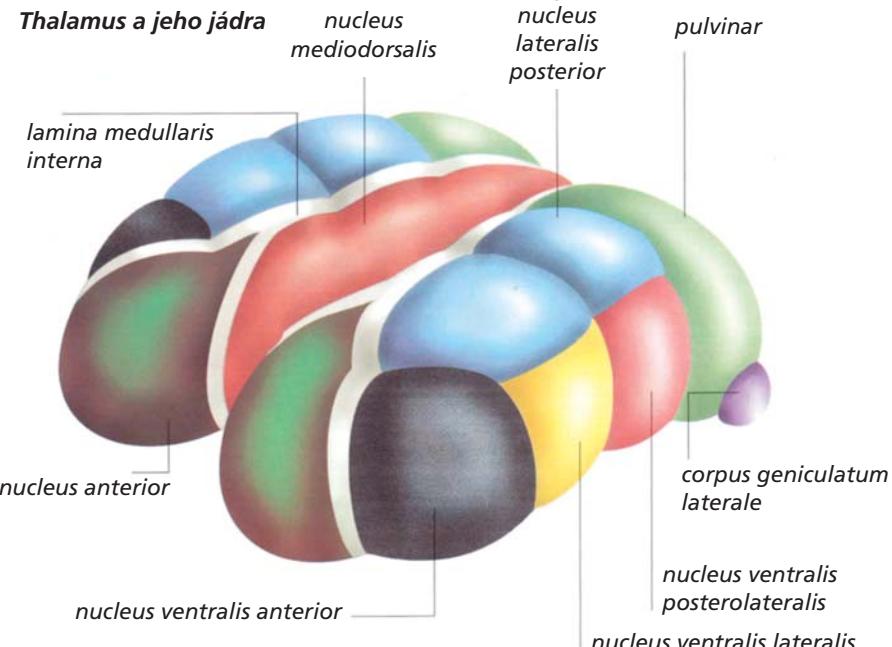
Thalamus je důležitým integračním centrem senzorických, motorických, autonomních a dalších systémů. *Thalamem* jsou například propouštěny, upravovány či tříděny informace v závislosti na stupni bdělosti, pozornosti nebo způsobu chování – tím se tvarují (upravují) vzorce vzrušovací aktivity předávané jiným nervovým tkáním.

Thalamus většinou reaguje na bolestivý podnět pohybem, tedy pokud je to mož-

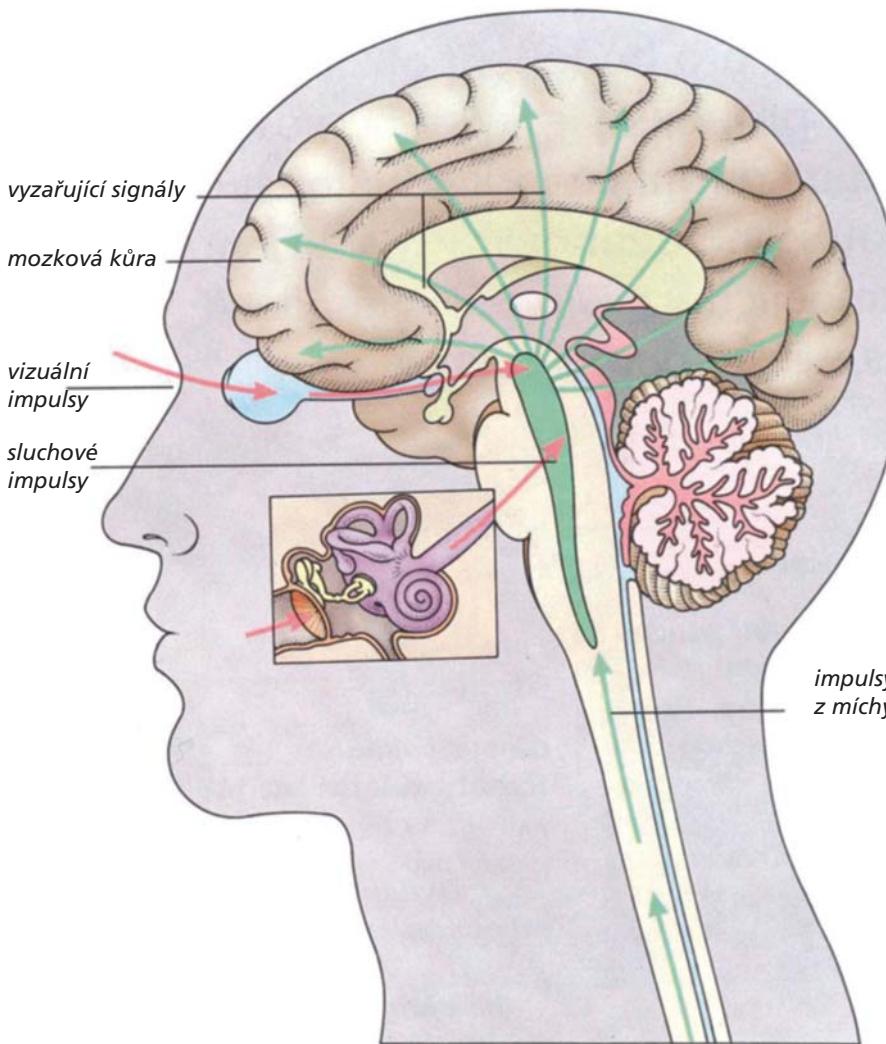
v mozkové kůře rozumem a plným vědomím jako bolest (*Joalis Cortex*).

Další důležitou tkání na vnímání bolesti je *retikulární formace* v mozkovém kmeni se svým jádrem *locus coeruleus*. Ten má přímý vztah k emocím strachu a úniku, proto se významně podílí na modulaci bolesti. Tento mozkový útvar je zodpovědný za to, že před bolestí unikáme. Použijeme preparáty *MindHelp (MiHerb)*, *Joalis Cortex*, *Joalis Anxinex*.

Bolest jako fenomén je pro člověka ve skutečnosti velmi důležitá, neboť jej upozorňuje, že v organismu není něco v pořádku. Tlumení jakékoli bolesti analgetiky (kolik lidí nosí neustále u sebe ibuprofen!) jde zcela proti přirozenosti a smyslu bolesti. Ovšem přechod bolesti do **chronické fáze** je většinou velmi nepříjem-



Retikulární formace a mozkový kmen



ný, ba dokonce traumatizující. S celou řadou bolestí (vzpomeňme třeba bolesti hlavy) však dokáže C. I. C. metoda pomocí preparátů Joalis velmi úspěšně pracovat. Tak například na rychlou detoxikaci od bolesti hlavy použijeme stejně preparáty, které jsou uvedeny výše pro detoxikaci thalamu.

Bolest je vnímána pomocí nervového systému člověka. Na konci citivých nervů, které vedou informaci do centra a do vyšších nervových oddílů až do mozku, jsou volná nervová zakončení, sloužící jako „čidla“ pro získávání informací o tom, co se děje na periferiích lidského těla. Tento čidlový říkáme **receptory**. Na každý druh podnětu existuje specializovaný receptor – koneckonců vědci ve svých elektrických vynálezech moderní doby mnohé „okopírovali“ právě z lidského organismu, tedy podle přírody. Existuje čidlo na tlak, stejně jako na tah. Čidla na tah se nacházejí ve svalectech a ve šlachách a mají za úkol ochránit šlachu před přepětím/přetrhnutím z nadmerného pohybu. Mnohé úhybné pohyby jsou řízeny mísními oblouky nepodmínenými reflexy, to kvůli rychlosti svého provedení. Zmiňme zde patelární či

Achillův reflex. Existuje čidlo na chlad a čidlo na horko (žár). Existuje čidlo na hmat.

Receptory se nachází především v:

- kůži
- svalectech
- kloubních pouzdrech
- stěně trávicí trubice
- srdeči
- cévách
- vazivových obalech vnitřních orgánů

Všechny tyto orgány tedy mohou bolet a detoxikace těchto tkání je velmi důležitá pro ztlumení, zmírnění nebo odstranění bolesti pocházející z konkrétní tkáně. Některé orgány nemají receptory bolesti, a proto také „nebolí“, což znamená, že v nich nemůžeme prostřednictvím bolestivých podnětů vnímat patologické procesy. Takovými tkáněmi jsou například:

- některé tkáně oka
- vlastní kostní tkáně (na kosti bolí periost)
- chrupavky kloubů
- některé orgány, jako například játra nebo ledviny (u nich „bolí“ vazivové obaly).

Mnohé bolesti vnitřních orgánů skutečně nejsou přímou bolestí těchto orgánů, ale zprostředkovou bolestí jejich vazivových obalů, například když se orgán zvětšuje (třeba v důsledku zánětu) a vazivový obal se napíná. Detoxikace vazivových obalů a listů je velmi důležitou kapitolou celé detoxikace. Použijeme preparát **Joalis Conectid**, anebo použijeme přímo detoxikační preparát na konkrétní orgán (ledviny, játra apod.), neboť v těchto preparátech je detoxikace vazivových obalů již většinou zakomponována.

Kožní bolest a kožní čítí je úzce spojeno s okruhem orgánů plic a plícem samotnými. „Plicák“ obvykle nevyhledává (někdy přímo odmítá) doteky druhého člověka, nerad chodí na masáže, je velice citlivý na slunce a jeho kůže se rychle spálí. V emocionální oblasti se ho „dotkne“ daleko více podnětu než jiného člověka bez tohoto zatížení. Podléhá lítostem, pocitům nízké ceny a sebelhosti. Lze hovořit o takzvané **emocionální bolesti**. Zde pomůžeme velmi důkladnou a opakovanou detoxikací plic, například preparáty **Joalis RespiDren**, **Joalis RespiHelp (ReHerb)** a **Joalis Pulmo**.

Zajímavost: během pocítování bolesti neuronu je v těchto neuronech vyvolána tvorba proonkogenů a genů podporujících růst. Tak byla například prokázána exprese c-Fos protoonkogenu, která se neobjeví, pokud bolestivé podněty nevzniknou.

Výše uvedené je v souladu s poznatky emocionality u nádorů, tedy že u toho druhu onemocnění musí být přítomná výše uvedená emocionalita.

Na druhé straně bolest může být modulována řadou vnějších podnětů – vždyť tyto vnější podněty jsou též vnímány tou samou tkání; *thalamem*. Například při neztištěných nádorových bolestech může dobré slovo, hlazení či držení za ruku též stejně jako morfium (uplatnění endogenního systému analgezie). Uplatní se zde významně endogenní opioidní peptidy (endorfiny, enkefaliny).

Nakonec, po důkladné detoxikaci organismu, je vhodné věnovat se také některým prastarým a účinným meditačním či tělesným technikám (například v podobě jógy, tai-chi nebo cchi-kung). Znám některé lidé, kteří dosvědčují, že díky témuž cvičením stáhli vnímání bolestivosti na třetinu původní hodnoty, což vnímali jako velmi pozitivní, neboť je pak již řada věcí v životě neomezovala...

Anebo si prostě zujte boty, sundejte ponozky a vnímejte všechny ty pocity, které přicházejí, když se Země dotkne chodila...

Ing. Vladimír Jelínek
Illustrace: Prof. P. Abrahams,
prof. MUDr. R. Druga, DrSc.:
Lidské tělo. Atlas anatomie člověka.
Ottovo nakladatelství, Praha 2003
Dr. Tony Smith a kol.: *Lidské tělo.*
Fortuna Print, Praha 2003

Očkování může zachraňovat životy, například v případě epidemii. Může nás ochránit před exotickými chorobami, když se chystáme na dovolenou do dalekých krajů. Může odvrátit obrnu nebo následky spojené s prodělanou klíšťovou encefalitidou. Ale taky nemusí. V okamžiku, kdy rizika očkování začnou převažovat nad riziky nemoci, tušíme, že tu něco nehraje...

13 komnata očkování

Zdravotnictví za dob našich předků nebylo zdaleka tak vyspělé, jako je dnes. To však našim babičkám a dědečkům rozhodně spánek nenarušovalo. Selský rozum jim totiž napovídalo, že nebýt nikdy nemocný neznamená být absolutně zdravý. V momentě, kdy se objevila nemoc, nepanikařili. V klidu vyčkávali, jak si jejich tělo se škůdcem poradí. Správné bylo reagovat, tedy mít horečku, potit se, smrkat, vykašlávat... To byla známka toho, že imunita s nárazou bojuje. Dnes je žádané ne-reagovat. Nemocní lidé představují riziko.

Co víme o očkování?

V první řadě je důležité brát v úvahu, že očkovací vakcíny se začaly vyvijet v dobách, kdy se o fungování a procesech imunitního systému příliš nevědělo. Teorie je jednoduchá. Očkováním se do těla vpravuje původce nemoci, upravený tak, aby nemoc v plné síle nevyvoloval, ale aby dokázal spustit imunitní reakci. Tělo okamžitě začne tvořit protilátky, které se v něm dlouhodobě usídlí, a při dalším kontaktu s případnou infekcí zajistí, že se s ní organismus vypořádá. Jenže... Výrobci vakcín nás utvrzují v tom, že očkovací vakcíny jsou naším spasitelem. Tyto názory jsou nám servírovány na podnose vyrobeném z pozitivních výsledků vědeckých studií, jimž jsou vakcíny podrobovány. Ale nikdo už nám neříká, že farmakologické studie, které by zkoumaly bezpečnost kombinovaného podání vakcín, už neexistují, a ne-ní tedy možné případná rizika zjistit, na-tož zveřejnit.

Chemický koktejl

Co to tedy ta vakcína je? Podle slov lékařky **Ludmily Elkové**, která se o účinky očkování aktivně zajímá, je vakcína upravený virus, toxin nebo bakterie, do níž jsou přidány stabilizátory a imunitní adjuvanty (konkrétně soli hliníku). Ještě v nedávné době se vakcíny prodávaly v několikadávkových baleních, která se kondenzovala rtutí (tyto látky se sice už nepřidávají do dětských vakcín, v některých však přetrávají – více se dozvíté v rubrice Nepřehlédněte!). **Hliník a rtut'**, dvě pro organismus vysoce toxicke látky – kdo zkoumá jejich toxicitu ve vakcínách? A zkoumat by se měla, protože případy intoxikace rtutí a hliníkem jsou známy po celém světě. Od pověď však zní: „*Nikdo.*“

Očkování je proces, který v našem těle odstartuje velké změny. Vpichnutím vakcíny do svalu dochází k poškození tkáně – včetně obnažení DNA. Jako okamžitou reakci vyšle organismus bílé krvinky a další imunitní buňky. A nyní přichází hlavní, nejdůležitější fáze očkování: **Hliník, navázaný na antigen bakterie nebo viru, donutí krvinky k tomu, že vytvoří protilátky proti tomuto antigenu.** Jak jednouché... Jenže pouze na pohled. V praxi je to trochu komplikovanější, ale o tom už se široká veřejnost nedozvídá téměř nic. Hliník totiž nemusí být navázán přímo na antigen; může být pouze poblíž. Proto vzniká riziko, a poměrně reálné riziko, že bílé krvinky začnou zběsile tvořit protilátky proti vše-mu, co se v postiženém místě nachází. Náš organismus je sice nesmírně inteligentní

a propracovaný systém, nicméně není vše-mocný. Bílé krvinky nedokáží identifikovat, proti čemu přesně mají tvořit protilátky. Pokud nedostanou přesný signál, tvorí je proti všemu, co je v okolí. Je tedy možné, že se v jediném okamžiku začnou v těle tvořit protilátky proti nemoci, zároveň s nimi ale mohou být položeny základy různých potíží, jako jsou astma, alergie, hyperaktivita, autoimunitní poruchy aj. Hliník, přítomný ve vakcínách, je rovněž zodpovědný za to, že se spustí tzv. **TH2 imunita**. Tím pádem se však oslabí **TH1 imunita**, která má na starosti boj s infek-cemi...

Očkování nás (ne)spasí

Existuje zásadní rozdíl mezi imunitou přirozeně získanou a imunitou vyvolanou očkováním. **Přirozená imunita** bude vždy tím zásadním pilířem našeho zdraví. Ta uměle vytvořená sice dokáže likvidovat mnoho zákeřných typů bakterií a virů, avšak její síla začne dřív nebo později slábnout. My-slet si, že nás jediné očkování ochrání po celý život, je velký omyl. A stejně tak přehnané je tvrdit, že člověk, který je na-očkován, je před tou či onou nemocí ochráněn na 100 %. Z omylu nás vyvádí nespočet studií. Zmiňme třeba studii ze sedesátých let, kterou prováděla Světová zdravotnická organizace ve dvou indických distriktech. Obyvatelé jednoho z nich byli naočkováni proti tuberkulóze, obyvatelé druhého nikoliv. Po sedmi a půl letech se ukázalo, že výskyt tuberkulózy byl o celých 25 % vyšší paradoxně v té oblasti, kde

žili naočkovaní obyvatelé. Také černý kašel zůstává i přes zvýšený počet naočkovaných dětí globální epidemii.

Podvodné praktiky a lišácké taktiky

Největšími zastánci očkování jsou sami výrobcí vakcín. Oni také stojí za celoplošnou a mnohdy velice agresivní kampaní, která veřejnost informuje o důležitosti a nutnosti očkování. **John Virapen**, bývalý farmaceutický magnát, který v oblasti zdravotnictví pracoval čtyřicet let a sám byl kdysi jednou z nejvlivnějších osob v tomto oboru, má na očkování poměrně vyhraněný názor. Mluví za něj především léta strávená v prostředí, které bylo, jak sám říká, plné korupce a lží. „*Největším podvodem farmaceutického průmyslu je očkování.*“ tvrdí Virapen, autor bestselleru **Nezádoucí účinek: Smrt**. Podle něho představují očkovací vakcíny především nevyčerpatelný zdroj státních příjmů. Výrobci vakcín spolehlají na nevědomost veřejnosti. Dobře totiž vědí, že na povrch vyplují pouze ty informace, které tam nechají vypustit. Ty ostatní, nechtěné, se v obrovském kolosu jménem farmacie snadno ztratí. Podle Virapena je s lidmi zacházeno jako se stádem ochočených ovcí. Podvodné praktiky jsou klíčem k tomu, proč jsou zisky farmaceutického průmyslu rok od roku vyšší.

Tyto praktiky s ničím nehraničí – ony totiž hranice bezpečnosti lidí dalece překračují ...

Virapen se prostřednictvím jednoduchých příběhů snaží veřejnosti poodhalit taktiku, kterou farmaceutický průmysl používá ve svůj prospěch. „*Společnost Eli Lilly, jejíž švédskou pobočku jsem řídil, vyvinula lék na depresi Zyprexa, mezi jehož nežádoucí účinky patří obezita, která může vyústit až v cukrovku. A kdo si myslíte, že je největším výrobcem inzulinu?*“ vyjádřil se Virapen v jednom z rozhovorů. Své tvrzení dokládá celým archivem oficiálních dokumentů, které však přísně stráží: „*Ty dokumenty jsou jediný důvod, proč jsem ještě živý.*“ dodává.

Ať je to tak, či tak, jedno je jisté: informovanost o rizících očkování ze strany lékařů a farmaceutů je mizivá. Osobnosti, které o rizicích informují, jsou obecně považovány za málo důvěryhodné, jelikož v ruce nemají žádné důkazy. A lidstvo po důkazech odjakživa prahne. Co je černé na bílém, to zkrátka platí. Mnozí zastánci očkování své názory hájí tím, že většina lidí, kteří jsou naočkovaní, je naprostě zdravá. To však žádný odpůrce očkování nevylíčí. To, co nás před nemocemi chrání nejvíce a nejúčinněji, je totiž naše přirozené získaná imunita. A ta se u každého liší. **MUDr. Ludmila Elková** se v jednom z rozhovorů k této problematice vyjádřila následovně: „*Nepopíram, že existují lidé, na-*

očkovaní horem dolem, kteří jsou zdraví. Mohou hovořit o štěstí. Jejich imunitní systém, genotyp a aktuální zdravotní stav byly zrovna v rovnováze a vypořádaly se s tím. Ale u spousty lidí se něco stane...“

Očkovat, či neočkovat?

Detoxikace k problematice očkování nezaujímá jednostranný postoj. Neodsuzuje ho, ani nepodporuje. Nechává rozhodnutí na lidech. Především se však snaží o to, aby imunita každého z nich pracovala bezchybně. To proto, aby zároveň po očkování byly co nejmenší reakce na vakcíny co nejslabší. Samozřejmě, že očkování představuje pro tělo toxicou zároveň. Organismus je totiž nucen přijmout látky, které mu nejsou vlastní. K tomu si ještě připočteme přítomnost těžkých kovů a zbytkových láték z výroby (zbytky antibiotik, živých půd, formaldehydu). To není zrovna lahodný koktejl. Odolná imunita a správně detoxikovaný organismus si však s těmito záťazečky umí poradit. A stejně tak se stav imunity podepisuje na tom, do jaké míry nás očkování ochrání. Žádná vakcína nezabrání tomu, aby se vir dostal do těla. I očkování se mohou nakazit, je otázkou, jak proběhne interakce mezi organismem a mikrobem.

Očkování je synonymum pro ochranu. A neočkovaný člověk, především pak dítě, je symbolem rizika, které si lidstvo nemůže dovolit. To je hlavní důvod, proč je u nás některé očkování povinné (pro děti je to dokonce devět chorob). Neočkované děti nejsou přijímány do vzdělávacích zařízení, protože jsou mylně považovány za bacilonosiče. S takovým přístupem se setkal i **MUDr. Jonáš**, a to v okamžiku, kdy zažádal o to, aby jeho synovi bylo očkování odloženo. Očkování v raně dětském věku považuje za vysoce rizikové, jelikož dětský organismus nemá ještě vytvořen stabilní imunitní systém. MUDr. Jonáš se setkal s velkým odporem ze strany lékařů. Avšak trval na svém. A nelituje. Imunitní systém jeho syna se s očkováním vypořádal bez problémů. Podle jeho slov není očkování bezvýznamné, v některých případech je dokonce žádoucí. Jako zásadní chybu však vidí očkování kojenců, kteří nemají vyvinutý imunitní systém, a také očkování proti běžným nemocem. Budeli se očkovaný cítit bezpečněji, není důvod mu očkování odpírat. Každý člověk, potažmo rodič, by však měl právo se pro očkování rozhodnout sám... 

Text: Mgr. Alena Rašková
prof. RNDr. Anna Strunecká,
DrSc., prof. RNDr. Jiří Patočka, DrSc.:
Doba jedová 1. Triton, Praha 2012

prof. RNDr. Anna Strunecká,
DrSc., prof. RNDr. Jiří Patočka, DrSc.:
Doba jedová 2. Triton, Praha 2012

Ben Goldacre: Zkorumpovaná farmacie.

CPRESS, Praha 2013

Zdroj: www.idnes.cz
www.celostnímedicina.cz

Zaujalo nás

Čím dál více Čechů se nechává očkovat proti běžným nemocem, například proti neštovicím nebo chřipce. Je otázkou, do jaké míry má takové očkování smysl.

Když jsme byli malí, maminky nás schválňovaly k dětem, které měly neštovice – abychom si je odbyli v dětském věku. Prodělání této nemoci bylo vnímáno dokonce jako prostředek pro posílení imunity! Dnes se děti očkují tak nějak pro jistotu. A vlastně i dospělí. Veliký tlak je vyvýjen zejména na seniory, kteří se ze strachu před chřipkou, která by na jejich organismus, sužovaný chronickými potížemi, mohla mít fatální dopady, nechávají očkovat. Podle některých odborníků je to však holý nesmysl. Vedlejší účinky očkování mohou mít daleko vážnější průběh než chřipka samotná a mohou seniory nebo chronicky nemocné ohrožovat úplně stejně, ba dokonce ještě více. Navíc neexistují studie, které by dokazovaly, jak konkrétně tyto očkovací vakcíny organismus chrání. A stejně tak nám asi nikdo nevysvětlí, proč naočkovanou babičku mé kamarádky chřipka neskolla, a má naočkovaná babička jí během jednoho roku dostala hned dvakrát...



Umění odpouštět



„Chybovat je lidské, odpouštět božské.“
praví jedno latinské moudro. A nelze.
Odpustit někomu, kdo nám ublížil, anebo
odpustit sobě, je náročné, ale když to
člověk dokáže, zakusí, jak nádherný může
být život. Nešťastní se poprvé od srdce
usmějí, závistiví se stanou přejícími,
nemocní se zbaví traumat z minulosti, ...
Do nového roku bychom měli vstupovat
pravou nohou. Zkusme to tedy letos jinak
a zahajme letošní rok třeba tím, že se
naučíme lidem odpouštět.

Teorii odpouštění prosadil britský léčitel **David Furlong**, autor knihy *The Complete Healer*. Přinášíme vám návod na to, jak sobě a druhým odpustit. Je to náročná cesta, ale vězte – vede ke štěstí...

Jednou za čas (je to relativní pojem, někomu stačí tento rituál provést, když má potřebu si odpustit, někdo jej praktikuje denně) vyhledáme klidné místo, kde nebudeme nikým rušeni. Posadíme se pohodlně na židlí nebo zaujmeme turecký sed, zavřeme oči a pokusíme se zharmonizovat své dýchání. Tento proces by měl trvat alespoň patnáct minut. Když si plně uvědomíme, že naše nitro není rušeno žádnými myšlenkami a že jsme se ocitli v souladu s vlastní duší, začneme intenzivně myslet na osobu, které bychom chtěli odpustit. Obracíme se k ní v duchu prostřednictvím těchto, anebo podobných slov:

Odpouštím ti vše, čím jsi mi ublížil, odpouštím ti s čistým srdcem a bez postranních úmyslů...

Ve druhé fázi tohoto fascinujícího procesu si postupně představujeme všechny osoby, kterým jsme ve svém současném životě ublížili my samotní, ať už ve zlém úmyslu, nebo náhodou za nepříznivé shody okolností. V okamžiku, kdy se v našem nitru vyvolaný člověk ukáže, vyšleme k němu následující, anebo podobný text:

Prosím tě o odpuštění za vše, čím jsem se na tobě provinil...

Nyní přichází na řadu další krok. Ten v sobě zahrnuje prosbu o odpuštění těm, kterým jsme ublížili nevědomky. A vězte, že takových lidí může být opravdu, opravdu mnoho:

Prosím o odpuštění všechny osoby, na nichž jsem se provinil nevědomky či bez zlého úmyslu.

V poslední fázi soustředíme pozornost na vlastní osobu. Snažíme se o co největší klid, abychom se bez rušivých myšlenek ocitli sami se sebou v naprostém souladu a potom sami k sobě v duchu pronášíme tento text:

Odpouštím sám sobě všechna provinění, jichž jsem se dopustil na sobě a svých blížních.

Odpouštím si všechna provinění, jimiž jsem kohokoliv zranil, činy, které kohokoli zarmoutily...

Po skončení této fáze opět vyčistíme své nitro krátkou relaxací, aby nás nevyrušila žádná z myšlenek. Pak teprve otevřeme oči...

Toto cvičení je jednoduché a právě v jednoduchosti spočívá jeho krása. A účinnost. Nevynechávejte žádný z výše uvedených bodů. Především tomu poslednímu je třeba věnovat opravdu velkou pozornost. Člověk, který nedokáže odpustit sám sobě, nedokáže odpustit ani druhým. Člověk, který se nemá rád, nedokáže mít rád ani druhé. Ba co víc – člověk nespokojený sám se sebou je vnitřně napjatý, každičká jeho tkáň je nepříjemně stázená a emoce a toxiny, které se v jeho tělesné schránce hromadí, nemají možnost odcházet pryč. Takový člověk se časem mění, jeho pravý charakter bývá zastíněn přítomností negativních emocí, jeho tělo sužují chronické potíže, jichž bývá velice obtížné se zbavit. Obtížnější v těchto případech bývá i detoxikace, jelikož ložiska toxinů jsou pevně zapouzdřená a blokovaná stresovanou tkání. V momentě, kdy si odpustíme, se vnitřně uvolníme a kdo ví, kolik takových ložisek se uvolní spolu s tím ostatním... 

Článek je volně zpracován z knihy
D. Furlonga Léčitelem sobě i druhým.
Text: Ivana Batůšková
Ilustrační foto: www.samphotostock.com

Smutná pravda

Všechno má svá pro a proti. Stejně jako podávání chemických léků nám při onemocněních může pomoci, ale má i svá rizika, tak také očkování má své přínosy a svá negativa. Očkování vychází z jednoduché myšlenky a využívá paměti imunity. Při opakovaném setkání s mikroorganismem dochází k rychlejší imunitní reakci a tělo dokáže infekci zlikvidovat v počátku nákazy, tudíž se nerozvine onemocnění. Očkování je uměle vytvořené setkání imunity s oslabeným mikrobiem nebo toxinem. Je to tak proto, aby došlo ke specifické imunitní reakci, která umožní při skutečném setkání s nákazou zabránit propuknutí nemoci a poškození organismu.

o očkovacích vakcínách

Myšlenka očkování je velmi stará. Ve starověké Indii používali Brahmani stěry ze strupů pravých neštovic, míchali je s bylinami, nechali několik měsíců uležet a pak je aplikovali kůži. Zároveň při tomto očkování musela být dodržována striktní bezmléčná dieta a byla zakázána konzumace rybího masa. Indové dobře věděli, co dělají. Toto byl jeden ze způsobů, jak snížit riziko nezádoucích imunitních reakcí. Základ moderního očkování položil v roce 1770 anglický lékař Eduard Jener, který vyzpovoroval, že dojíčky krav, které prodělály kravské neštovice, projevující se boulemi na rukách, se nenakazí pravými neštovicemi (vysoce nakažlivé, nebezpečné onemocnění s vysokou úmrtností, v minulosti probíhaly velké epidemie). Toto primitivní očkování se osvědčilo a postupně došlo k vývoji mnoha typů vakcín. Ve velkém se začalo očkovat proti nebezpečným nákazám, které vážně poškozovaly zdraví, někdy dokonce způsobily smrt, hlavně u dětí (například zášprt, černý kašel, spalničky, pravé neštovice, dětská obrna). Postupně se začaly vyvíjet vakcíny i na běžné typy onemocnění, které nejsou pro zdravý organismus nebezpečné, pouze vzácně způsobují vedlejší komplikace. Přínos očkování proti témtu běžným chorobám je velice diskutabilní. Při každém umělém zásahu do organismu vždy musíme zvážit jeho přínosy a rizika. Při podávání léků také vždy musíme brát v úvahu jejich nezádoucí vedlejší účinky,

protože chemické léky zasahují do metabolických procesů. Stejně tak v případě očkování musíme zvážit rizika a mít na paměti, že zasahujeme do řídících struktur imunity a nervového systému a že vedlejší nezádoucí účinky mohou být pro organismus velmi nebezpečné.

Co obsahují očkovací vakcíny?

Základem každé vakcíny jsou složky, které aktivně působí na imunitní systém. V první řadě jsou to **antigeny**, tedy oslabené nebo částečně pozměněné patogenné mikroorganismy nebo jejich toxiny, proti nimž se očkuje. Používají se v první řadě živé oslabené (atenuované) kmeny, které se množí na zvřecích tkáních nebo vypěstovaných lidských buňkách (embrya, nádorové řady). Tyto vakcíny jsou nejvíce podobné přirozené nákaze, vzniká dlouhodobá imunita. Je zde ale riziko vzniku infekčních ložisek – stejně jako u přirozené nákazy. Tyto vakcíny by se měly dětem podávat co nejpozději, minimálně od dvou let výše, protože až v tomto věku dozrává hematoencefalická bariéra a snižuje se riziko napadení mozku. Příkladem jsou spalničky, zarděnky, příušnice, tuberkulóza, dětská obrna. Postupně se začaly

vyvíjet vakcíny i na běžné typy onemocnění, které nejsou pro zdravý organismus nebezpečné, pouze vzácně způsobují vedlejší komplikace. Přínos očkování proti témtu běžným chorobám je velice diskutabilní. Při každém umělém zásahu do organismu vždy musíme zvážit jeho přínosy a rizika. Při podávání léků také vždy musíme brát v úvahu jejich nezádoucí vedlejší účinky,

kovat a jsou nutná adjuvans (viz dále). Příkladem inaktivovaných celobuněčných vakcín jsou: hepatitida A, FSME, dříve očkování proti černému kašli.

U toxinů se používá pozměněný toxin, takzvaný **toxoid**. Ten se naváže na chemickou látku (typicky hliníkové sloučeniny), která zabrání jeho toxicitému působení. Díky toxoidu vzniknou B-lymfocyty produkující protilátky proti případnému skutečnému toxinu, například toxinu produkovanému při záškrtu nebo tetanu.

Antigeny mohou být i *subjednotkové*. V takovém případě se používají pouze části patogenů vzniklé rozštěpením. Opět je nutné je navázat na nějaký nosič, chemické látky nebo cizorodé bílkoviny, aby vůbec mohla nastat imunitní reakce. Dochází k aktivaci protilátkové imunity, používá se například při očkování proti chřipce, meningokokovi. Antigen se také může vyrobít *genetickými manipulacemi mikroorganismů*. Na základě těchto manipulací dojde k produkci potřebného antigenu. Takovým vakcínám se říká rekombinantní (například hepatitida B nebo papillomavirus). Je důležité si uvědomit, že všechny typy antigenů mohou vytvářet mikrobiální ložiska, protože na organismus patologicky působí i malé části mikroorganismů – stačí například části DNA, které informačně působí na imunitní a nervový systém a nepříznivě ho ovlivňují.

Další velmi důležitou složkou očkovacích vakcín jsou **adjuvans** – chemické látky, kte-



ré zesilují imunitní odpověď. Jsou dvojího typu. V první řadě **depotní**, které zabraňují rychlému zlikvidování antigenů imunitou. Pokud by ve vakcíně nebyly, přirozená imunita by velmi rychle zlikvidovala všechno cizí v místě vpichu a nedošlo by k vytvoření specifické imunitní reakce s pamětí, které trvá delší dobu. Imunomodulátory zase stimulují sekreci cytokinů, informačních molekul imunity, aby došlo k vytvoření dostatečně silné reakce.

Antigeny a adjuvans velmi zásadně umělým způsobem zasahují do řízení imunitního systému a mohou způsobit celou řadu nežádoucích účinků. Je nutné si uvědomit, že při přirozené nákaze dojde k nasednutí patogenu na sliznice, čímž je spuštěno celé spektrum velmi složitých imunitních dějů. Při očkování jsou tyto děje přes adjuvans ovlivňovány, dochází k umělému vyřazení určité části imunity (obcházíme slizniční imunitu, protože vpich jde do těla) a dochází k nepřirozenému posilování protilátkové imunity. Když dojde k zafixování této nerovnováhy, začnou se v těle projevovat různé alergie, ekzémy. Ty mohou dále přerůst v astma a další problémy.

Další složkou vakcín jsou **neaktivní stabilizující a konzervační složky**, většinou chemické látky, které mají zaručit jejich stálost a kvalitu. Jsou to konzervační látky, například nechvalně známá rtuťová sloučenina *thimerosal*, s níž se pojí podezření, že spouští autismus u dětí. Rtuť je velmi to-

xická pro nervový systém a stojí za celou řadou jeho poruch. Dnes se už do dětských vakcín naštěstí nedává, stále ji ale můžete napít například ve vakcíně proti chřipce. Dále se přidávají **antibiotika** (např. kanamycin, neomycin), **stabilizátory** (různé soli nebo bílkoviny). Tyto přidatné látky působí jako toxicální zátěž nebo cizorodé bílkoviny v organismu a mohou se spolu podílet na celé řadě problémů. Cizorodé bílkoviny mohou způsobovat podobné problémy jako prionové infekce. V současnosti se v aplikovaných vakcínách nachází například:

- **hexavakcína** (hydroxid hlinity, fosforečnan hlinity, neomycin, polymyxin, laktóza, živná půda)
- **Trivivac** – spalničky, zarděnky, přeušnice (dihydrogenfosforečnan draselny, dihydrát hydrogenfosforečnan, neomycinsulfát, sacharóza, želatina)

Vakcíny mohou být také **kontaminovány**, což zvyšuje jejich rizika. Nechtěnými složkami mohou být zbytky materiálu, na kterém došlo k množení patogenů (vaječná bílkovina, zbytky tkání – opicí mozky, embrya, nádorové HELA buňky,...). Zde vzniká obrovské riziko vzniku **autoimunitních chorob**, protože do organismu spolu se zbytky tkání, které mohou zkříženě reagovat s lidskými tkáněmi, jsou upraveny adjuvans, které posilují imunitní reakci. Typický imunitní problém spuštěný očkováním je tzv. **Guillain-Barré syndrom**, při němž dochází ke zkřížené reakci a imuni-

ta ničí myelinové obaly nervů. Projevuje se jako paralýza periferního nervového systému provázená brněním, necitlivostí, může dojít až k ochrnutí. Dalšími autoimunitními chorobami spojenými s očkováním mohou být **roztroušená skleróza**, různé **artritidy** (záněty kloubů, pohybového aparátu a vazivových struktur), **trombocytopenie** (poruchy srážlivosti krve spojené s trombózami), **vaskulitidy** (záněty žil) a další.

Vakcíny mohou být kontaminovány také různými **virovými infekcemi**, jimiž byly napadeny množící tkáně. V minulosti tak například došlo k rozšíření onkogenního opicího polyomaviru SV40 do lidské populace. Opět nemusí být přenesen celý virus, stačí jeho části DNA, a může dojít k vytvoření jeho mikrobiálních ložisek a patogennímu působení. V současné době se například do hexavakcíny Infarix používají na pomnožení buňky z ledvin africké zelené opice. Do vakcíny Trivivac zase buňky psích ledvin a lidské diploidní buňky potrácených plodů.

U očkování je třeba vždy pečlivě zvážit přínosy a rizika. Je vhodné očkovat proti nemocem, u kterých je vysoké riziko nákazy a vysoké riziko úmrtnosti nebo závažných komplikací. Jako zcela zbytečné se však ukazuje očkování proti nemocem, s nimiž si zdravý organismus poradí a riziko trvalého poškození není vysoké. Většinou jsou to běžné patogeny, které jsou v populaci – plané neštovice, pneumokok, chřipka, papillomaviry...

Namísto očkování se vyplatí zaměřit se na svou imunitu a organismus, na to, aby byl zdravý a případné setkání s infekcí ho neohrozilo. U těchto infekcí je třeba brát v potaz i jejich velikou variabilitu, vznikají nové, agresivní kmeny. Paradoxně pro očkování jsou tyto nové kmeny více nebezpečné, protože imunita vzniklá očkováním není komplexní, přirozená, a nedokáže si tudíž s novými kmeny poradit (na rozdíl od přirozeně vzniklé imunity). Imunita získaná očkováním navíc není doživotní, tak jako je tomu u imunity přirozené.

V případě očkování je velmi důležité, aby organismus dítěte nebo dospělého byl na prostě zdravý, byl v perfektní fyzické i psychické kondici. Jedině tak se předejdě případným komplikacím. Matka by nikdy neměla nechat očkovat nachlazené, nemocné dítě. Nestačí, že nemá horečku, jak se někdy uvádí. Měla by dát na svůj instinkt a neočkovat, když se jí nezdá, že je vhodná doba. I to, že dítě je unavené a protivné, může být příznak nastupujícího onemocnění. Vždy je vhodné při očkování eliminovat toxiny vpravené do organismu pomocí preparátu **Joolis Deimun Aktiv**, který obsahuje informace o složení všech typů vakcín používajících se na trhu v Čechách i zahraničí.

Mgr. Marie Vilánková
Ilustrační foto: www.samanphotostock.cz

Repetitio est mater studiorum
aneb Opakování jest Matka Moudrosti

Jak funguje lidská paměť

(Díl druhý)

Maminka vždycky chtěla, abych jí ko dítě chodil do hodin houslí. Usoudila správně, že umět hrát na housle je základem hudebního vzdělání.

V září jsem, tehdy jako žák třetí třídy, šel na „přijímací zkoušky“ do Lidové školy umění ve Strakonicích. Pan ředitel mě zkoušel z toho, jaký mám rytmus a hudební paměť. Dále zkoušel, zda podle zahraničních tónů na klavíru rozpoznám hlubší a vyšší tóny. Vyzval mě, abych mu na základě zahraničních tónů říkal, jestli mi to připomíná spíše ptáčka nebo medvěda. Pan ředitel hudební školy nosil účes zvaný „přehazovačka“, jímž zakrýval pleš. Vzpomínám, že mě to zaujalo daleko více než rozpoznávání medvěda a ptáčka – tím pádem jsem u tohoto bodu „přijímacího řízení“ zcela pohořel a byl jsem vyhodnocen jako neschopný docházky do hodin houslí. Maminka to mrzelo. Přimlouvala se u pana ředitele, ale ten trval na svém: *NE-SCHOPEN, bez hudebního sluchu... Není již volné místo v LŠU... Dá vědět, pokud by se náhodou nějaké místo uvolnilo...*

Maminka se tehdy asi musela přimlouvat opravdu hodně, protože po čtrnácti dnech k nám domů přišel dopis, ve kterém stálo, že do LŠU nastoupil nový pan učitel, důchodce, který sice není úplný specialista na housle, ale taky na ně umí hrát. Pan Hrubý.

Pan Hrubý uměl hrát snad na všechny nástroje, na které si jen vzpomenete. Kromě toho vedl v LŠU dětskou dudáckou kapelu, psal pro ni noty a rozepisoval písničky. To se mi moc líbilo. Nastoupil jsem tedy do hodin houslí, které mě ze začátku asi docela bavily, protože (dodnes nevím, jak je to možné) jsem po třech letech hraní na

housle obsadil druhé místo na okresní soutěži. Bylo to možná tím, že se mi maminka zpočátku věnovala. Měla asi touhu, abych hrál jako Václav Hudeček, protože mi domů na základě známosti jedné své kamarádky přinesla jeho plakát s podpisem a věnováním. Během následujících let to však šlo s mou houslovou kariérou prudce z kopce.

Vzpomínám, jak pan učitel, který byl vlídný, dobrativý a měl mírnou povahu, opakovaně říkával: „Lenin říkal: učit se, učit se, učit se. A já ti říkám: cvičit, cvičit, cvičit.“

K srdci jsem si v tu dobu nevzal ani slova Lenina, ani pana učitele Hrubého. Hodinu houslí jsem omezil na jednu týdně. Na houslová cvičení jsem si vzpomněl obvykle den před hodinou a cvičil jsem tedy jenom těsně před ní, a to většinou jen jednou.

V myslí mi utkvěla jedna příhoda. Vždy po hodině houslí jsem procházel u řeky Otavy okolo obchodu s potravinami. Obvykle jsem zašel dovnitř, abych si kupil nějakou tu laskominu na cestu domů. Hned za dveřmi obchodu se odkládaly na vyvýšený pult věci – i já jsem tam svou věc, housle v černém futrálu, po jedně z hodin houslí odložil... Za týden, těsně předtím, než jsem měl vyrazit na další lekci, jsem si vzpomněl, že bych si měl na housle zacvičit. Své místo měly pod zeleným rozkládacím gaučem v obývacím pokoji. Sehnul jsem se pod gauč... A dokážete si představit ten úlek?! Nebyly tam! Myslím dítěte jsem rychle vyhodnocoval situaci a pak mě napadlo, že by mohly být právě tam, na tom pultě, v té prodejně s potravinami. Následoval úprk

do prodejny, která byla vzdálená asi dva kilometry od našeho domu. Když jsem vnesl dotaz na paní prodavačku, jestli tady náhodou nezůstaly housle, paní prodavačka dělala překvapenou. Napínala mě chvíli, která se mi zdála jako věčnost. Víte, jakou jsem měl obrovskou a upřímně dětskou radost, když poodešla kamsi dozadu za závěs a vrátila se s MÝMI houslemi v ruce? Nikomu jsem o tom neřekl. Ani panu učiteli, ani mamince...

Pan učitel po nějaké další době usoudil, že je nutné zavolat si mojí maminku a vysvětlit jí, že mou houslovou kariéru bude nejlepší ukončit. Ale že je mé houslové umění použitelné v jeho dudácké muzice. A tak jsem se stal houslistou šumařem. U té dudácké muziky jsem však zůstal až do svých osmnácti let a vzpomínám na tu dobu působení v dudácké kapele jako na nesmírně krásnou.

Mé dceři Anežce bylo letos jedenáct let.

Je sobota, listopadové pošmourné dopoledne. Jsme s Anežkou sami doma, u nás na Šumavě. Vymýslíme, co budeme odpoledne dělat. Po chvíli rozvažování vítězí kdo no v Českých Budějovicích.

Jedeme autem z Čestic do Českých Budějovic „zadní cestou“ přes Netolice. I přes mlhavé a nevlídné počasí se kocháme přírodou a pozorujeme mlčky místa a detaily, okolo kterých projíždíme. Napadne nás spontánní myšlenka, že si zahrajeme naši oblíbenou hru: hledání asociací anglických slov.

„Anežko, jak se řekne anglicky střecha?“
Anežka netuší.

„Střecha se řekne RÚF.“ (ROOF)

Anežka se soustředí a čeká, co ji první spontánně napadne. Po chvíli zvolá:

„Už to mám!“

Zajímají mě Anežčiny asociace, tak se jí ptám, co jí napadlo.

„RÚF jsou RÚžový Fialky na střeše!“

„A jak se řekne zed?“

Ticho.

„Zed se řekne anglicky VÓL.“ (WALL)

Anežka se zasměje: „Vůl narazil do zdi!“

„A jak se řekne stín?“

„Tatínu, kde vidíš stín, vždyť nikde žádnej stín není.“

Má pravdu. Intuitivně ví, že hledám zrakem předměty v krajině, které pojmenovávám anglicky.

„Anežko, to jsem si vzpomněl na písničku ŠEDOU ON TH VÓL (Shadow On The Wall). Stín se řekne ŠEDOU.“

„...Už to mám! Protože stín je šedej!“ říká.

„A velbloud?...KEJML.“ (CAMEL)

„Velbloud nese KEjsí MLÍKO“

Nádhra!!! Koho by to napadlo? Učme se od dětí!

„A holub? PIDŽIN.“ (PIGEON)

„To je jasný, havran oblečený jako PYtlák v DŽLNÁCH.“

Je jasné, že Anežka tuto paradoxní představu vizuálně vidí tak, jak jí přišla na mysl.

„A jak se řekn... Koza!“

Chvíle ticha.

„GOUT!“ říkám. (GHOAT)

„Duch jede na koze...Protože duch se řekne anglicky GHOUST.“

Nádhra!!! Kdo si začne dělat asociace už uvnitř samotného jazyka, tedy anglická slova spojovat s anglickými slovy, ten udělal první krok na cestě k MYŠLENÍ v cizím jazyce.

„A jak se řekne pařez? STAMP.“ (STUMP)

„Mmmm... Mám! Stojím na TOM pařezu na Kobylce nad domem a ukazuju na něj palcem a palec se řekne anglicky THAMB.“

„Jak se řekne brána? GEJT.“ (GATE)

Anežka se uculuje.

„Co je, Anežko?“

Anežka se to stydí říct.

„Co tě napadlo?“

„Napadnul mě GEJ.“ A opět se uculuje.

Ve světě asociací je ale všechno dovoleno a navíc: něco, co je spojeno s EMOCÍ, se pamatuje daleko lépe než to, co je nevýznamně.

Pokračujeme dál ve hře. Anežku to vyloženě baví a požaduje další slovíčka. Vyjmýšlím anglické názvy všech možných zvířat, které jenom znám...

Pak začnu odjinud:

„Anežko, onemocněný lupénka se řekne cizím slovem PSORIÁZA, jak si to zapamatuješ?“

Anežka se zamýší.

„Pes ryje do vázy.“

A zřejmě tuto scénu svým vnitřním zrakem skutečně vidí. Nádhra!!!

Je neděle. Jdeme s Anežkou a několika známými cyklisty na pěší túru z šumavské

Modravy na vrch Oblík. Je mlha a zataženo, tři stupně nad nulou. Krajinu pokryl první sníh, ale na běžky to ještě není...

Opakujeme s Anežkou slovíčka ze včerejška. Anežka si téměř všechna slova pamatuje! Až na pár výjimek. Nepamatuje si ta slova, u nichž asociace nebyla příliš výrazná nebo byla příliš logicky vykonstruovaná a málo paradoxní. Vyzývám Anežku, aby si na slova, která si hůrce pamatuje, vytvořila asociace nové a lepší.

Je pondělí večer. Sedíme u televize v obývacím pokoji a Anežka opět vyžaduje opakování slov. Všechna si pamatuje.

Je středeční podvečer. Společně s Anežkou a mou druhou dcerou jsme na cestě domů.

Anežka těsně před Česticemi najednou prohlásí:

„Tatínu, dneska jsme měli ve škole angličtinu a probírali jsme zvířata. A paní učitelka se divila, kolik zvířat umím anglicky...“

Publikováno s ústním svolením
Anežky :-).

Způsobem volných asociací jsem se začal učit v roce 1995 italštinu. Zaujala mě kartičková metoda, jejíž kouzlo spočívá v tom, že si napišete na jednu stranu kartičky slovo italsky a na druhou stranu jeho protějšek česky. Intuitivně jsem si proto zhotovil z kartonu krabičku (viz obrázek).

Krabička má čtyři příhrádky. V jedné z nich jsou slovíčka, která se chci naučit a vytvořit si na ně asociace. Někdo si může za svůj denní cíl stanovit „vyluštit“ deset slov, pro někoho to bude málo a stanoví si třeba třicet slov. Můj postup je následovný:

- První den hledám asociace ke slovům, tak jako to dělala Anežka. Když jsem si asociaci jistý, slovíčka postupně přesouvám z příhrádky „nové“ do příhrádky s označením 2.
- Druhý den nejprve opakuji. Postupně beru slovíčka z příhrádky 2 a zkoumám, zda si je pamatuji, případně si připomínám původní asociaci. Je-li asociace silná a vtipná, připomíná se stále stejně. Pokud je slabá a příliš logická, začínají mne napadat asociace nové a lepší. Slovíčka, která umím, přendám do příhrádky číslo 3.

Pokud náhodou nějaké slovo neumím, opakuji asociaci, vytvářím si novou a slovo/kartíčku ponechávám v příhrádce číslo 2. Z příhrádky „nové“ beru další slova a opakuji postup z prvního dne. Stává se to bezvadnou hrou, která baví.

- Třetí den opět nejprve opakuji. Slovíčka z příhrádky 3 putují do příhrádky „naučené“. Z příhrádky 2 pak do příhrádky 3. Pokud nějaké slovíčko s jistotou nevím, nechávám jej v příhrádce a nepresouvám ho nikam. Tvorím nové asociace a nová slova přesouvám z příhrádky „nové“ do příhrádky 2.

- „Naučená“ slova vyjímám z krabice a odkládám svázané gumičkou po paklících do kartonové krabice od bot. Další slova připravuju na nové kartičky a příhrádku „nové“ postupně doplňuji.

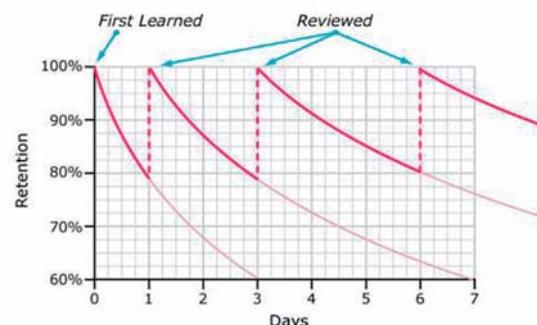
Tato metoda může být výzvou pro tzv. věčné začátečníky. Umožňuje totiž po dlouhé době, když jsme výuku přerušili a pak se opět rozhodli pro studium jazyka, vrátit se rychle, během několika dní, na původní úroveň. A to všechno díky prostému opakování původních kartiček a třídění na „UMÍM“ a „NEUMÍM“. Slova zapomenutá se pak rychle připomenou.

Výše popsaný způsob koresponduje s poznatky vědců, kteří se zabývají pamětí. Bylo vyzkoumáno, že existuje konkrétní křivka zapomínání (Forgetting Curve) – viz obrázek.

Co se učíme jenom jednou, je většinou do několika dní zapomenuto nebo spíše zasunuto někam hluboko do paměti, a to už po třech dnech. Taková slova si potom velice obtížně vybavujeme. Ale to, co si jednou zopakujeme a znova připomene, si už pamatujeme snáze a déle, zhruba sedm dní. Dvakrát zopakované si pamatujeme několik týdnů a měsíců a třikrát zopakované po třech po sobě jdoucích dnech přerušených spánkem (mimořádem kvalitní spánek je veledůležitý pro ukládání naučeného do paměti), si budeme pamatovat prakticky navždy, respek-



Typical Forgetting Curve for Newly Learned Information



tive i po několika letech zjistíme, že z tříkrát opakovaného tématu pamatujeme 80–90 % obsahu.

Pan učitel houslí měl pravdu, když říkal: „Cvičit, cvičit, cvičit!“

Ing. Vladimír Jelínek
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

(část osmá)



V dnešním díle seriálu se budeme zabývat různorodou skupinou bakterií, které jsou kultivačně náročné. To znamená, že pro jejich růst je třeba zabezpečit speciální podmínky, například půda, na které rostou, musí být obohacena o určité látky. Velká část těchto bakterií napadá hlavně zvířata. Přenos je však možný také na lidi, například manipulací s infikovanými zvířaty nebo pokousáním.

Miscel. et fastid. gram negative bacilli

– různorodé a kultivačně náročné gram negativní tyčinky

Rádi se mezi zoonákazy. Některé druhy mohou člověka napadnout i jinou cestou, například požitím infikované potravy nebo vody. Typická je například *Brucella*, *Francisella* nebo *Camphylobacter*. Pro detoxikaci je z této skupiny bakterií vůbec nejdůležitější *Haemophilus*, který běžně tvoří ložiska v dýchacích cestách, nosohltanu, dutinách a spolupodílí se na celé řadě problémů dýchacího ústrojí. Ložiska běžně nacházíme u dětí i dospělých.

Tato skupina bakterií zahrnuje čeleď zvanou *Helicobacteraceae* s obávaným zástupcem *Helicobacter pylori*. Tento druh napadá hlavně sliznici žaludku. Může způsobit záněty, vznik vředů, nebo dokonce vznik nádoru. Pro tuto čeleď je určen samostatný preparát *Joalis Helicob*.

Při jakých problémech využijete preparát *Joalis Helicob* v kombinaci s dalšími preparáty?

- Problémy se žaludkem – záněty, vředy
- Trávicí problémy, nadýmání, pálení žáhy
 - Záněty ústní dutiny, záněty dásní, parodontóza
- Nádory trávicího ústrojí – hlavně rekta, střev a žaludku, polypy

Při jakých problémech využijete preparát *Joalis Bacterminmusc*¹ v kombinaci s dalšími preparáty?

- Dýchací systém – záněty hrtanu, nosních dutin, kašel, zápalys plic, opakován anginy
- Opakován záněty středního ucha
- Vaginální výtoky bakteriálního původu
- Ústní infekce, parodontóza, zubní kaz
- Problémy s imunitou a lymfatickým systémem, záněty kostní dřeně
- Průjmy a problémy trávicího traktu
- Nehořící se rány, zvláště po pokousání zvířaty
- Mikrobiální infekční ložiska vnitřních orgánů – hlavně slezina, játra, ale i srdce, plíce, ledviny, ...

¹ Preparát *Bacterminmusc* je součástí *NoBacteru* a v odůvodněných případech ho lze objednat v podobě *Joalis Infodren*.

Čeled' *Bifidobacteriaceae*

Rod Gardnerella – s jediným druhem *G. vaginalis*, který způsobuje bakteriální vaginózu, charakteristickou vaským nehnivavým poševním výtokem s typickým rybím zápacem. Je běžnou součástí poševní mikroflóry a celého urogenitálního traktu. Problém nastává při přemnožení, k němuž dochází většinou při hormonální dysbalanci nebo během léčby antibiotiky. Při přemnožení a při vzniku infekčních ložisek v dalších tkáních může způsobit celou řadu problémů, jako jsou zánety močových cest, prostaty. Bakterie tohoto druhu mohou být jednou z příčin předčasného porodu, špatně se hojících poporodních poranění a infekce může být dokoncena přenesena na dítě.

Čeled' *Brucellaceae*

Rod Brucella – jedná se o velmi malé bakterie, které způsobují onemocnění zvířat, jsou ale přenosné i na člověka. Mají na svědomí onemocnění zvané brucelóza. Nejčastěji se přenáší kontaktem s nakaženým zvířetem a pronikají do organismu poraněnou kůží (stačí i drobná odérka). Nákaza může proběhnout i kapénkovou infekcí od zvířat nebo konzumací nepasterizovaného mléka a mléčných výrobků, hlavně sýru. V České republice se dobytek proti brucelám očkuje. Běžně se vyskytuje v Americe a v Evropě ve středomořské oblasti. U člověka způsobuje onemocnění nejčastěji druh *Brucella melitensis* (od ovce a koz), někdy *B. suis* (od prasat), *B. canis* (od psů). Přenosný může být i druh *B. abortus* (od hovězího dobytka), zde primárně parazituje v samičích reprodukčních orgánech, placentě a způsobuje potraty. Bakterie způsobují onemocnění nejen u typických nositelů, ale jsou navzájem přenosné mezi různými druhy dobytka, drobnými hlodavci (v ČR jsou v určitých oblastech infikováni například zajíci) a lidmi.

Brucelly napadají hlavně fagocytující imunitní buňky, především pak v monocytovitém makrofágovém systému (tzv. RES – retikuloendoteliální systém), intracelulárně v nich přežívají a blokují vznik protibakteriálních látek uvnitř buněk. Proto v imunitních buňkách přežívají a postupně se v nich rozšiřují do celého organismu. Po vniknutí do organismu se *brucella* množí v místě vstupu, je přenesena do lymfatických uzlin, kde se dále množí, a pokud není imunitou zlikvidována, šíří se do celého těla, hlavně do sleziny, jater, kostní dřeně, ledvin a dalších lymfatických uzlin. V imunitních buňkách vznikají infekční ložiska, jsou rozšiřována krví do celého organismu a opakováně probíhá reinfekce. Vzniká celá řada zánětů v cílových orgánech – záněty kostní dřeně, kloubů, srdce, jater, mozku, střevního traktu, dýchacích cest, pohlavních orgánů. Ložiska bakterie z tohoto rodu mohou vzniknout v těle prakticky kdekoli a mají za následek chronická postižení orgánů. Infekční ložiska

vznikají hlavně v imunitních buňkách a cítelně poškozují celý imunitní systém. Výjimkou nejsou ani infekční ložiska v nervovém systému. Onemocnění se může objevit až několik týdnů po nákaze, obvykle je provázeno horečkou, která je kolísavá a přichází ve vlnách, dále celkovou slabostí, nevolnostmi, bolestmi svalů, kloubů, hlavy, únavou, depresivností...

Čeled' *Campylobacteraceae*

Rod Arcobacter – bakterie podobné rodu *Campylobacter*. Jsou schopny snášet prostředí s kyslíkem. Pro člověka je typický druh *Arcobacter butzleri*, který způsobuje povětšinou průjmy.

Rod Campylobacter – vyskytuje se v zažívacím traktu ptáků a savců (včetně člověka). Velmi často je nacházen u drůbeže, které sice nezpůsobuje problémy, ale stává se zdrojem infekce. U zvířat infekce velmi často vyvolává potraty, nebo dokonce neplodnost. U člověka nejčastěji přicházejí průjmy. Nejdůležitější druh pro člověka je *Campylobacter jejuni*. K nákaze dochází požitím kontaminované potravy nebo vody, nejčastěji při požití nedostatečně upraveného drůbežího masa nebo nedůsledné hygieně při jeho přípravě. Vyvolává průjmy a záněty střeva. Bakterie se nejprve množí v tenkém střevě a postupně proniká do sliznice, kde vyvolává zánět. Projevuje se bolestmi břicha, horečkami a nevolnostmi. Průjem bývá velmi řídký, někdy až krvavý, problém přetrívají několik dní, ale mohou se táhnout i několik týdnů. Průjmy vyvolávají také druhy *Campylobacter coli*, *C. hyoilectinalis* (často u prasat), *C. concisus* (často způsobuje zánět dásní), *C. lari* (u drůbeže), *C. upsaliensis* (psi a kočky, často infekce v celém těle u imunosuprimovaných). Další *Campylobacter* mohou vyvolat systémové infekce. Nejčastěji druh *Campylobacter fetus*, který způsobuje potraty u ovcí a hovězího dobytka. Některé druhy bakterií infikují dásně a způsobují záněty – *Campylobacter sputorum*, *C. gracilis*, *C. curvus*, *C. rectus*.

Čeled' *Cardiobacteraceae*

Rod Cardiobacterium – gram negativní tyčinka, tvoří ložiska hlavně v dýchacích cestách. Tyto bakterie mohou způsobit zánět srdce, infikovat srdeční chlopňe, což představuje velké zdravotní riziko.

Čeled' *Flavobacteriaceae*

Rod Capnocytophaga – bakterie osidlující ústní dutinu a nosohltan savců. *Capnocytophaga canimorsus*, *C. cynodegmi* způsobuje infekce po kousnutí psem, zvláště u lidí se sníženou imunitou mohou být infekce velmi závažné. Některé

druhy zapříčinují vznik infekce v ústní dutině, často v parodontálních chobotech, obvykle dochází ke zničení podpůrných tkání zubů. Někdy se infekce rozšíří dále do těla, napadá pohybový aparát a způsobuje zánět kostní dřeně nebo zánět kloubů, plic, trávicího traktu atd.

Čeled' *Francisellaceae*

Rod Francisella – druh *Francisella tularensis* způsobuje onemocnění zvané tularemie neboli zaječí nemoc. Bakterie napadá hlavně drobné hladavce, ale i další volně žijící zvířata a je přenosná i na člověka. Je rozšířena po celém světě a na jejím přenosu se podílí členovci, zejména klíštata a ovádi. Do organismu vniká různými cestami – kůží, spojivkami, dýchacím traktem, Nejčastěji se však dostává do těla skrz drobné odérky. V místě vstupu vzniká bolestivý zduřený vřidek. Po několika dnech nastupuje horečka, nevolnosti a třesavka. Někdy může dojít k nákaze pitím vody znečištěný kontaminovanými výkaly nebo zdechlinami zvířat nebo vdechnutím prachu kontaminovaného výkaly. Napadá mandle a lymfatické uzliny, někdy se projevuje jako těžká angína. Dochází ke vzniku vředů v trávicím ústrojí, někdy se dostavuje krvácení, zvětšuje se slezina. V dýchacím systému se projevuje kašlem, dušností, bolestí na hrudi, může dojít až k zápalu plic. Jedná se o vnitrobuněčného, intracelulárního parazita. Když jej imunitní buňky fagocytují, dokáže v nich dlouhodobě přežívat. Vznikají infekční ložiska přímo v imunitních buňkách. Ty je dále roznáší do těla, konkrétně do lymfatických uzlin, jater, sleziny, kostní dřeně,... Chovají se podobně jako bakterie rodu *Brucella* a způsobují chronické postižení vnitřních orgánů a poškození imunitního systému.

Čeled' *Helicobacteraceae*

Rod Helicobacter – bakterie napadající hlavně žaludeční sliznici, někdy celé zajižiací ústrojí. Jsou přizpůsobené jednotlivým hostitelům, někdy jsou však přenosné i mezi druhy. Například druh *Helicobacter hepaticus* napadá trávicí

ústrojí a játra myší, byl ale nalezen také u lidí s kolorektálním karcinomem. Na člověka je adaptován druh *Helicobacter pylori*, který se šíří přenosem z úst do úst nebo fekálně-orální ces-



tou. Je rovněž možný přenos z koček. Bakterie rodu *Helicobacter* produkují celou řadu toxinů, které jim umožňují dostat se přes hlenovou vrstvu na sliznici žaludku, kde se

obklopí zásaditým obalem, který je chrání a zároveň snižuje tvorbu HCl, a naruší tak proces trávení. Produkují štěpící enzymy, které dále štěpí hlen a umožňují další šíření. Také produkují cytokiny – informační molekuly, které mění činnost imunitního systému a chrání ho před zničením. V místě se tvoří zánět sliznice, vytváří se vředy. Někdy je infekce doprovázena zažívacími problémy. Vznikají infekční ložiska, která mohou spustit autoimunitní reakci projevující se zánětlivými ložisky. V některých případech může sliznice dokonce atrofovat (ztenčovat se), což může vést až ke vzniku nádoru.

Rod *Wolinella* – sem patří bakterie příbuzné rodu *Helicobacter*. Infikují ústní sliznice, spolupodílí se na zánětu dásní, parodontóze a ničí závesný zubní aparát. Často jsou nacházeny v dentálních chobotech.

Čeled' Legionellaceae+

Rod *Fluoribacter* – rod bakterií, který se vyčlenil z rodu *Legionella* na základě některých odlišných antigenních vlastností. Způsobuje však podobné problémy jako *Legionella*.

Rod *Legionella* – tato bakterie se vyskytuje ve vodách přírodních, odpadních, v rozvodech teplé vody, může být součástí klimatizačních zařízení. Odolává vysokým teplotám i chlívové desinfekci, protože přežívá v amébách. K nákaze dochází inhalační cestou, infikovaným aerosolem (například při sprchování). Byla popsána v roce 1977. Právě v tomto roce způsobila epidemii na setkání sjezdu Americké Legie, zdrojem byl kontaminovaný aerosol v klimatizaci hotelu. Nákazu způsobuje nejčastěji druh *Legionella pneumophila* (85 %), dále *L. bozemani* a *L. micdadei*. Bakterie tohoto rodu jsou intracelulární buněční paraziti, vnikají do imunitních buňek (monocytů, makrofágů) v plicních sklípcích (alveolech). Zabraňují imunitní reakci uvnitř imunitní buňky, místo toho se v ní množí a buňku zahubí. Dochází k místnímu zánětu a poškození plic. Pokud je slaběná imunita, často u starších lidí nebo u kuřáků, může dojít k velmi těžkému, až smrtelnému onemocnění. Náhle se objeví horečka se suchým kašlem, úporné bolesti na prsou, bolesti hlavy. Dochází k postižení ledvin, jater, centrálního nervového systému a zažívacího traktu. V plicní tkáni vzniká velké množství malých abscesů. U zdravých jedinců probíhá nákaza jako chřipka provázená bolestmi svalů, zimnicí, horečkou, nevolností. Pro mírný průběh onemocnění a pro zlikvidování všech mikrobiálních ložisek je důležité mít v pořádku buněčnou imunitu.

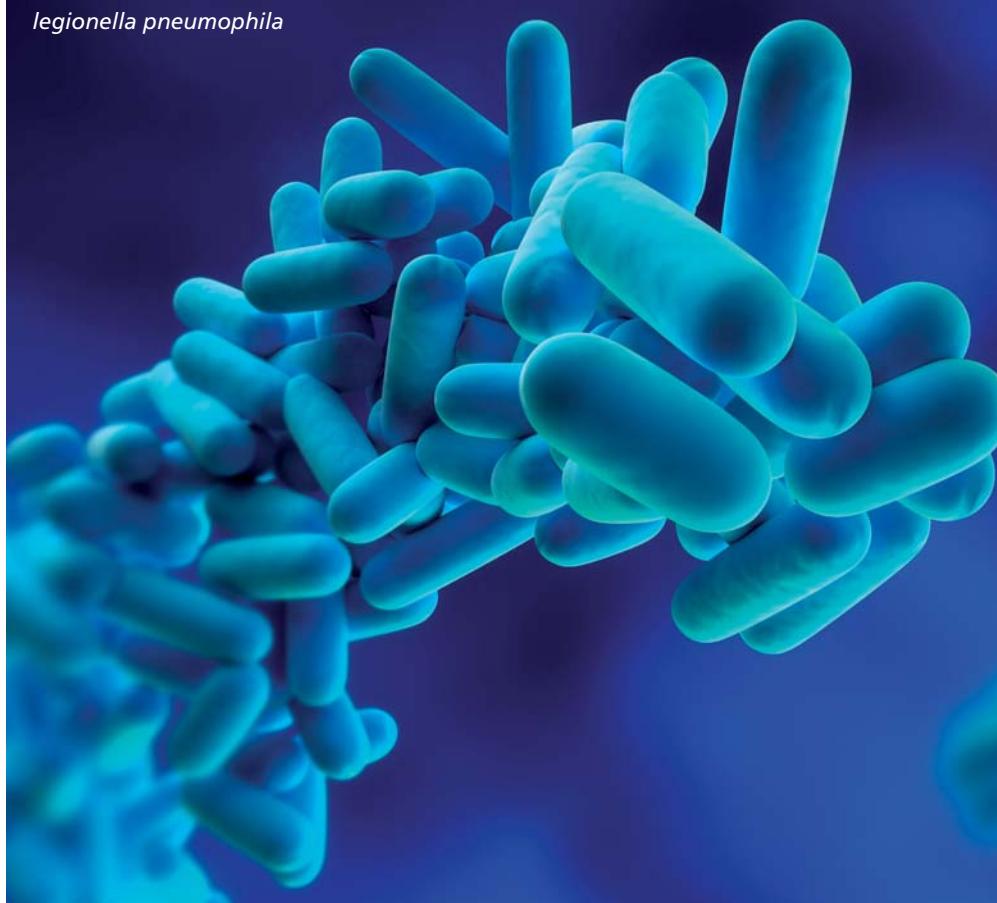
Čeled' Leptotrichiaceae+

Rod *Streptobacillus* – bakterie tohoto rodu běžně infikují krysy, myši a kočky, někdy i morčata a další hlodavce. K přenosu na člověka může dojít při kousnutí. Způsobuje tzv. haverhillskou horečku. Projevuje se prudkým nástupem horečky provázené zimnicí, zvracením a prudkými bolestmi hlavy. Dochází k poškození kůže, které připomíná spalničky nebo zarděnky. Bakterie napadají imunitní buňky. Přežívají hlavně v nosohltanu a středouši. Po nákaze u člověka vnikají do imunitních buňek a šíří se do lymfatického systému. Zde

vaným zvířetem nebo při pokousání tímto zvířetem jsou na člověka přenosné druhy *A. lignieresii* (ovce, krávy), *A. equuli* (koně, oslí), *A. suis* (prasata).

Rod *Haemophilus*+ – skupina bakterií, která se běžně vyskytuje na sliznicích člověka a zvířat, hlavně v nosohltanu. Tvoří ložiska v lymfatickém systému a mandlích. Některé druhy přežívají i na sliznicích úst a v urogenitálním traktu. Nejdůležitější pro člověka je *Haemophilus influenzae*, byl nazván podle chřipkových epidemií, kdy byl opakován nalézán u nemocných. Tato bakterie není příčinou chřipky, ale na

legionella pneumophila



vznikají mikrobiální ložiska. Kvůli nim dochází k opakování reinfece, která se projevuje vracejícími se horečkami. Často dochází k zánětům kloubů s bolestivým otokem.

Čeled' Pasteurellaceae+

Rod *Actinobacillus* – jsou bakterie patogenní zejména pro zvířata, mohou ale infikovat i člověka. *Actinobacillus actinomyctemcomitans* způsobuje onemocnění podobné aktinomykóze (tvorba abscesů, hnisavých ložisek a pštělí), často je ale jejím spolupůvodcem. Velmi často se podílí na parodontóze a zánětech dásní a zubního aparátu. Může způsobovat záněty srdce i dalších orgánů a tvořit v nich mikrobiální ložiska. Druhy *Actinobacillus ureae* a *A. hominis* způsobují chronické onemocnění respiračního traktu. Stykem s infiko-

sliznicích poškozených virem vyvolává těžší infekci. Přenáší se kapénkovou infekcí, někdy přímým kontaktem. Pokud je sliznice dýchacích cest poškozena nebo je snížena její obranyschopnost, může dojít k akutnímu onemocnění. Bakterie tvoří pouzdra, která ji chrání před imunitními buňkami. Různé kmeny tvoří různá pouzdra. Pro děti je nejnebezpečnější typ pouzdra b. V dýchacích cestách vyvolává záněty až zápal plic. Nejnebezpečnější je zánět hrtanové příklopy (*epiglotitis*) – může dojít k jejímu otoku, mechanickému uzávěru dýchacích cest a k udušení. Bakterie může pronikat dále do cév a způsobovat další záněty. Typicky například hnisavou menigitidu (zánět mozkových blan s následky), u dětí je jejím nejčastějším původcem. Způsobuje také záněty srdce, kloubů, kostní dřeně. Pro dospělé jsou nakažlivé spíše

ostatní kmeny. Mikrobiální ložiska v dýchacích cestách jsou nebezpečná, protože poškozují řasinky a slizniční vrstvu dýchacího epitelu, dochází ke vzniku dalších ložisek a s ním také k ukládání toxinů do dýchacího traktu. Typickým projevem je dráždivý kašel. Ložiska také vznikají v dutinách, středouší, v očních spojivkách a způsobují opakováné záněty. *Haemophilus haemolyticus* způsobuje infekce dýchacího traktu, projevující se jako angín. *H. suis* napadá prasata. *H. parainfluenzae* je součástí mikroflóry horního dýchacího traktu, může způsobovat záněty srdece, mozkových blan, plic. *H. haemoglobinophilus* je druh běžně se vyskytující u psů. Dojde-li k pokousání člověka, vzniká hnissavá rána. *H. aegyptius* způsobuje hnissavé záněty spojivek. *H. ducreyi* je původcem sexuálně přenosného onemocnění (tzv. měkký vřed na genitáliích s bolestivým zduřením a naběhnutím lymfatických uzlin). Další druhy se vyskytují hlavně v ústní dutině, jsou součástí zubního plaku.

Rod Pasteurella – běžně bakterie vyskytující se hlavně v horních cestách dýchacích u celé řady zvířat. Pro dobytek a drůbež jsou velmi patogenní, způsobují smrtelné zápalы plic, hlavně při imunitním oslabení (například virovou infekcí). Jejich přenašeči jsou většinou psi a kočky, kterým bakterie problémy nezpůsobuje. Pro člověka je nejdůležitější druh *Pasteurella multocida*. K nákaze dochází nejčastěji psím nebo kočičím kousnutím, někdy také vdechnutím infikovaného prachu. Dochází ke zhnisání rány a velmi pomalému hojení. Pokud je snížena imunita, může dojít k přenosu do dalších tkání – mozkových obalů, močového měchýře, dýchacích cest a jejich následnému zánětu nebo vzniku ložisek. Další druhy přenosné na člověka jsou *Pasteurella aerogenes* od prasat, *P. pneumotropica* od myší a koček, *P. canis* a *P. stomaticis*, *P. dagmatis* od psů, *P. haemolytica* od jehněat a skotu, běžně se vyskytuje u lidí ve stolici a v nosohltanu. *P. ureae* se vyskytuje v dýchacím traktu, způsobuje záněty dutina středouší. *P. bettiae* se vyskytuje v urogenitálním a traktu, při porušení imunity může vyvolat záněty, možný je přenos na novorozence.

Čeled' Spirillaceae

Rod Spirillum – bakterie tohoto rodu běžně infikují krysy, ale i myši, psy a kočky. Člověk se může nakazit po zvířecím kousnutí. Bakterie způsobuje tzv. sudok horečku, dochází až k několikaměsíční vracející se horečce, vyrážce a zduření mízních uzlin, někdy se zahojená rána znova otevírá a v jejím místě vzniká vřed.

Čeled' Vibrionaceae – fermentující bakterie s bičíky, částečně příbuzné entrobakteriím.

Rod Aeromonas – běžně se vyskytující bakterie, především v masu, mléku, zelenině,



ve vodovodní a odpadní vodě. Patogenní jsou pouze některé druhy. Pro lidi jsou to zejména *Aeromonas hydrophila*, *A. sobria*, *A. caviae*. Tyto druhy způsobují průjmy, často u dětí. Při vzniku jejich ložisek může dojít k zánětům střeva. U imunitně oslabených jedinců mohou bakterie infikovat rány, dále se dostávat do organismu a způsobovat záněty vnitřních orgánů – jater, srdce, střeva, dýchacích cest, ...

Rod Alivibrio – jedná se o mořskou bakterii žijící zejména v oblastech mírných a subtropických. Kolonizuje mořské živočichy, například chobotnice. Je podobná vibriím. Po požití infikovaných mořských živočichů může u lidí způsobit průjmy.

Rod Allomonas – je bakterie žijící v mořích (hlavně Černé, Azovské, Japonské). Kolonizuje mořské živočichy. Po jejich požití může vyvolat nevolnost a průjmy.

Rod Enterovibrio – bakterie vyčleněná z vibrií. Infikuje mořské živočichy. Po jejich požití může dojít k průjmovému onemocnění.

Rod Plesiomonas – bakterie tohoto rodu se rovněž vyčlenily z vibrií. Jsou podobné shigelám. Izolovány z tropických a subtropických vod, ze sladkovodních mořských

ryb, ale i z mnoha druhů zvířat – hadů, obojživelníků, želv, hmyzu, skotu, prasat, koček, psů. Bakterie způsobuje průjmy (od lehčího, vodnatého až po těžké, pěnivé, zelenožluté s krvavým zabarvením). Infekce v ranách je méně častá, ale závažná – dochází k sepsi a meningoencefalitidě.

Rod Vibrio – jedná se o velmi rozsáhlý druh bakterií rozšířených ve vodním prostředí (i ve slané vodě, hlavně v teplých oblastech). Dokáží v něm přežít mnoho let. Při požití kontaminované vody nebo koryšů a jiných plodů moře mohou bakterie vyvolat průjmy, po kontaktu s infikovanou vodou vznikají infekce ran, uší. Nejdůležitější je druh *Vibrio cholerae*, původce cholery. Tato nemoc je rozšířena hlavně v Indii a Číně, odtud se roznesla do celého světa.

Po požití bakterie snadno překoná kyselé pH žaludku a v tenkém střevě pomocí toxinů rozruší hlen na sliznicích. Dostává se až ke střevním buňkám a množí se na nich. Produkují cholerový toxin, který mění propustnost buněčné stěny. Z buněk odtéká voda a chloridové ionty a zablokuje se vstřebávání sodíku. Dochází k vodnatému průjmu, který kvůli vločkám hlenu vypadá jako rýzová polévka, dále také k dehydrataci a acidóze. Těžší formy jsou doprovázeny prudkým zánětem trávicího traktu, úporným zvracením. Porucha iontů se projevuje křečemi, poklesem krevního tlaku, teplotami, šokem, změnami na kůži. U imunitně oslabeného organismu může neléčená cholera vést ke smrti. Bakterie se objevuje v různých variantách, které se liší její patogenitou, schopností se vázat na střevní sliznici. Produkují další toxiny, které zvyšují propustnost střeva. Ve stěnách střev vytváří ložiska, která se neprojevují onemocněním. Zdrojem infekce je pouze člověk, zvířata nenapadají.

Další druhy vibrií nejsou tak nebezpečné, respektive nevyvolávají onemocnění tak závažná, jako je cholera, mohou ale napadat i další tkáně. *Vibrio mimicus* je druh podobný *V. cholerae*, většinou dochází k nákaze při konzumaci ústřic. Nákaza se projevuje průjmy. Mohou vznikat ložiska v nosohltanu a středouší. *V. parahaemolyticus* přežívá ve slaných vodách, nejčastěji k nákaze dochází při konzumaci syrových ryb. Způsobuje krátkodobé, akutní, krvavé průjmy. Druh *V. alginolyticus* vyvolává záněty uší, spojivek, je zodpovědný za zanícení ran, někdy i záněty kůže. Další druhy, například *V. fluvialis*, *V. damsela*, *V. carchariae*, způsobují průjmy nebo infikují rány.

Mgr. Marie Vilánková
Ilustrační foto: www.samanphotostock.cz

Jak podpořit imunitu našich chlupáčů

Základem je samozřejmě správná životospráva. Proto stojí za úvahu, zda průmyslově vyráběné krmivo, které kupujeme, je opravdu to správné. Krmivo jsme se již na stránkách bulletinu věnovali, proto jen na okraj připomene, že je opravdu nutné přemýšlet nad tím, co vkládáme svým mazlíčkům „do úst“.

K podpoře imunity se vztahují některé osvědčené přírodní metody. Tak například **echinaceové kapky**, které se mohou zvítězit podávat dlouhodobě. Stejně jako u veterinárních preparátů **Joalis Animal** doporučujeme nakapat echinaceové kapky na kostku cukru, nebo můžete využít například oblíbenou pochoutku; psí piškoty. Také **pivovarské kvasnice** prokazují zvířecí imunitě dobrou službu, jsou nenávykové a s možností dlouhodobého užívání. Na kůži se doporučuje **vitamin E** nebo **pupalkový olej**. Z bylinek zmiňme **kopřivu**, a to čerstvou nebo i sušenou. Také **Iněné semínko** se ukazuje jako schopný pomocník. Samozřejmě nemůžeme zapomenout ani na léty prověřený a osvědčený **propolis**. Propolis se skládá z mnoha rozličných a pro organismus velmi potřebných substancí: vitaminů, aminokyselin, mastných kyselin, stopových prvků atd. Mimořádně hodnotnou substancí propolisu jsou flavonoidy, které brání vzniku bolesti a urychlují hojení ran. Propolis působí v organismu jako **přírodní antibiotikum** (zneškodňuje plísň, patogenní bakterie, choroboplodné zárodky) a tím, pomáhá mírnit infekce a záněty.

Veškeré výše zmíněné tipy jsou jen malou ukázkou přírodních doplňků, které mají stejně blahodárný vliv na člověka i na zvíře. Jako šetrnou prevenci

V zimním období je přirozené posilovat imunitu nejen naši, ale i našich zvířecích miláčků. Zvláště na facebookových stránkách Joalis Animal dáváme poslední dobu prostor pro informace o správné výživě psů i koček. Někteří chovatelé si totiž neuvědomují, že zásady, které platí pro nás, se mnohdy vztahují i na zvířata, která chovají...



našim miláčkům doporučujeme podávat detoxikační veterinární preparát **AniSpir**. Avšak lze jej využít také u konkrétních potíží. Jde-li o oslabení imunity, nejdříve bývají postiženy horní cesty dýchací – obvykle dochází k zánětu v oblasti hrtanu a hltanu. Zvětšují se uzliny a zvíře obtížně polyká stravu, popřípadě se dívá. **AniSpir** se zvláště hodí při zánětech dýchacích cest a s nimi spojenými výtoky. Samotné vykašlávání nám ulehčí i bylinky, které jsou v preparátu **AniSpir** obsaženy.

Jestliže je zvíře již nemocné, je důležité, aby neprochladlo, neboť může dojít k zánětu močového měchýře. Domácí léčbu zahájíme klidovým režimem, chodíme se zvířetem na kratší procházky a podáváme preparáty dle uvázení. Nejvíce náhylní jsou starí, nebo naopak velmi mladí psi a kočky a zvířata s chronickými potížemi.

Závěrem bych chtěla poděkovat za všechny vaše dotazy, které směřujete do **Poradny** (www.joalisanimal.eu) a na násfacebookový profil **Joalis Animal**, a za milá slova, která píšete jako dík za preparáty, které pan MUDr. Jonáš pro naše zvířecí miláčky připravil. Moc si toho vážíme. Do tohoto roku přejeme jen to nejlepší, hodně spokojenosti, sil a radosti. PF 2014.

Text: Pavla Machálková
Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

Milí příznivci, maminky a tatínkové,
rok 2013 nás opustil, a je tedy ten pravý čas zúčtovat s uplynulým časem. Proto si promítněte celý minulý rok a uvědomte si, co se stalo, co se změnilo... Až tak uděláte, pogratulujte si a bud'te pyšní na to, co všechno jste zvládli.
A pokud se vám vše nepodařilo tak, jak jste chtěli, nezoufejte. Někdy se totiž i pokus počítá a i nepříjemné změny, které jste byli nuceni prodělat, se postupem času nemusí zdát až tak špatné. My v Bambi klubu věříme, že na každé změně je něco dobrého, a proto jsme si pro vás přichystali celou sérii změn.

Stránky Bambi klubu (www.bambiklub.cz) jsou tu pro vás a vaše děti, proto se snažíme, aby si tam každý z vás našel něco zajímavého. Z toho důvodu se na webu budou pravidelně objevovat články, které se týkají jak menších a větších dětí, tak i jejich rodičů. Za období listopadu a prosince přibyla na webu celá řada článků, které se věnovaly problematice **dětského stravování** (anorexie a obezita) a nezádoucí doplňků stravy a jejich škodlivosti na lidské zdraví. Tematicky jsme se v adventním období zaměřili na Vánoce a vše, co s nimi souvisí. Zejména jsme se snažili ukázat, že Vánoce nemusí být vždy spojovány s přívlastkem **nezdravé**. Mohou být stejně kouzelné a zároveň zdravé. Jistě mnozí z vás díky článkům zjistili, že i cukroví, které neobsahuje kila másla a cukru, může chutnat stejně dobře, ba dokonce lépe než to klasické, nebo že sportem se vy ani vaše děti nemusíte dopracovat k trvalé invaliditě, ale ke zdraví a snad si i díky článku Aromatické Vánoce doprála nějaká upracovaná maminka trochu zaslouženého odpočinku při vdechování vonných olejíčků. Každopádně doufáme, že jste si našli v textech nějakou zajímavou radu, pomoc



nebo že vám prostě a jednoduše jen vykouzlily úsměv na tváři. Téma Vánoc a zimního období se promítlo i do rubriky Recepty. Poradili jsme vám, jak si udělat šťávy a sirupy ze sezonních potravin, které jsou plné vitaminů a navíc neobsahují žádné přidané látky. Rovněž jsme vám poradili, jak udělat staročeské zázvorky nebo špalďovou vánočku.

Jak sami vidíte, změn nastalo na stránkách Bambi klubu skutečně mnoho. Tu nejzásadnější jsme si však nechali až na tento rok. **Bambi klub se od základů změní.** Proč jsme se tak rozhodli? Vzhled, ať už si to připouštíme, nebo ne, je to první, co nás upoutá, to, co nepřímo odhaluje osattním styl, jakým žijeme, naznačuje naši momentální náladu a určuje i naše prvotní sympatie k druhému. A my bychom byli rádi, aby pro vás Bambi klub sympathetic byl. Aby se stal místem, kam se budete rá-

di vracet. Zkrátka aby se zrodila láska na první pohled. Spoustu lásek. Proto jsme se rozhodli dát Bambi klubu nový, neokoukaný kabátek, který si budete rádi prohlížet a pod něhož budete chtít nakukovat.

Bambi klub se před rokem a půl narodil jako myšlenka v hlavě pana MUDr. Jonáše, který jej také zaštituje. Především však je to prostor pro vás a o vás. Proto se nebojte požádat o pomoc a pište nám, když vás nebo vaše dítě bude trápit nějaký problém. Pište nám své rady a připomínky, zajímavé tipy na články a recepty, chlubte se, sdílejte pocity, zážitky. Od toho jsme tady. Rádi bychom, aby byl Bambi klub nejen plný informací a zábavy, ale aby poskytoval i rady, útěchu a pomoc. Věříme, že s vás pomocí se nám to splní.

Za Bambi klub
 Mgr. Veronika Čapková
 Ilustrační foto: www.shutterstock.com

Když se z detoxikace stane

O tom, že řízená a kontrolovaná detoxikace podle MUDr. Jonáše má co nabídnout, svědčí mimo jiné i neustále se zvyšující počet vyškolených terapeutů, pro něž se detoxikace stala nedílnou součástí života. Jsou to lidé, kteří se rozhodli jít ve šlépějích MUDr. Jonáše a nabízet pomoc tam, kde je skutečně potřeba. Jsou to lidé, kteří kromě detoxikačních služeb dokáží poskytnout i poradenství, nabízejí útěchu a návod na to, jak efektivně čistit tělo i mysl. Nebo by takoví alespoň měli být...

V praxi se však ukazuje, že i v tomto oboru se objevují černé ovce, které smysl detoxikace výrazně mění. A z poslání pomáhat se rázem stala prostá touha vydělávat. Nepěkná nálepka, co říkáte? Bohužel právě takovéto případy vrhají na detoxikaci podle MUDr. Jonáše ponuré světlo. Je to logické – vždyť špatné zprávy se odjakživaší rychleji než ty dobré. A pro současný svět to platí dvojnásob. Nechceme a ani nemůžeme „viníky“ označovat a pranýřovat. My tu nejsme od toho, abychom kárali. Tato rubrika má sloužit spíše jako upozornění na to, jaké věci se kolem dějí, a zároveň vyzývat k tomu, abyste vy, milí terapeuti a naši příznivci, měli oči dokořán. Příběhy, které zde budeme prezentovat, se skutečně staly. Většinou přilétly v podobě dopisu nebo e-mailu přímo do ordinace MUDr. Jonáše, na jehož přání jsme také tuto rubriku založili.

Jsou nemoci a nemoci.

Problémy

a problémy.
Některých je snadné se zbavit, u jiných je cesta poněkud trnitéjší. Pro detoxikaci to platí dvojnásob. Všichni dobře víme, že se nelze spolehat na jediný preparát, který by jako zázrakem vypudil z těla veškeré škodliviny. Na druhou stranu rozhodně neplatí, že počet podaných preparátů odpovídá počtu nalezených zátěží! Avšak ukazuje se, že v některých poradnách je ke klientům přesně takto přistupováno. Jejich problémy jsou buď bagatelizovány a preparáty

podávány s naprosto povrchním přístupem, anebo je bublina potíží naopak záměrně nafouknuta do obřích rozměrů a klient by se mohl v preparátech, které jsou mu doporučovány, bez nadsázky vykoupat.

To je i případ paní Blanky, která se do rukou terapeuta detoxikace podle MUDr. Jonáše svěřila již před rokem a půl. Důvodem byla celá řada rozličných potíží, jimž se snažila celit přírodní cestou – bylinky, homeopatičky, ... Vše běželo tak, jak má. Dokud však paní Blanka nepodstoupila náročnou operaci, po níž se začaly objevovat nespecifické potíže, jimž nemohl přijít na klub ani lékař, ani homeopat, ani odborníci na čínskou medicínu. Na doporučení známé se paní Blanka vydala do poradny nejmenovaného terapeuta s nadějí, že propracovaný systém detoxikace, jakým se tato metoda může pyšnit, by jí snad mohlo od potíží ulevit. Paní Blanka poctivě studovala veškeré dostupné materiály, které o detoxikaci podle MUDr. Jonáše našla. Jak sama napsala, nejvíce jí upoutala kniha Křížovky života, k níž se pravidelně vracela. Chybělo už pouze veškeré tyto teorie převést do praxe – proto se paní Blanka s radostí pustila do užívání první kúry, která jí byla doporučena. Navzdory silným detoxikačním účinkům, které paní Blanka podle jejích slov na týden upoutaly na lůžko, přinesla detoxikace své ovoce – některé potíže začaly ustupovat. Některé nové se v průběhu užívání jednotlivých kúr objevovaly, zejména pak ty, které byly ukryty hluboko v organismu, se s pohybem toxinů začaly uvolňovat; avšak i ony postupně odcházely.

Paní Blanka poctivě navštěvovala semináře, kongresy a přednášky a vše se zdálo být na nejlepší cestě. Něco však přesto paní Blance vrtalo hlavou – a proto se rozhodla panu doktorovi napsat. Za rok a půl, během něhož ke svému terapeutovi dochází, jí bylo předepsáno nespočet

býznyš

detoxikačních kúr, čítajících více než padesát detoxikačních preparátů.

Přístup terapeuta je podle slov paní Blanky velice vlivný, nicméně má pocit (a jistě uznáte, že ten pocit je naprostě oprávněný), že se v detoxikačním postupu kdesi zastavili. Některé potíže se neustále vracejí, jiné se zhoršují, a i přes neskutečný počet preparátů jako by se paní Blanka nedokázala pohnout z místa.

Z tohoto případu, který bohužel není jediný, jasné vyplývá, že kvantita podaných preparátů v žádném případě nemusí být přímo úmerná kvalitě odvedené terapeutické práce. Množství preparátů, které paní Blanka využívala, je neuvěřitelné. Výsledky se však přesto nedostavují. Z celého detoxikačního procesu se totiž vytáhlo to hlavní: celistvý přístup k jejím potížím a šetrný, důkladně navržený, řízený a kontrolovaný postup detoxikace. Z nemožnosti uchopit problém u kořínek, anebo možná z touhy mít se dobře vznikl problém, kvůli němuž se paní Blance, vychovávající navíc dvě děti, nedostává peněz. Ba co hůr – nepřichází ani kýzená úleva. Přesto všechno vkládá v detoxikaci i nadále nesmírnou důvěru. Je jednou z mála. Mohla by totiž označit celou metodu za dobré vynášející byznys. Těch několik desítek tisíc, které do detoxikace vložila, jí k tomu dává plné právo.

Proto vás žádáme, buděte ve své praxi pečliví, vzdělávejte se a máte-li pochybnosti, nebojte se zeptat. Je to vždy lepší řešení než schovávat své nedostatky, nevědomství anebo vidinu dobrého bydla za desítky lahviček s preparáty, které sice pomáhají, jsou-li správně zvoleny, avšak v opačném případě se zcela mísí účinkem. Vy i vaši klienti se tak zbytečně dostáváte do začarovaného kruhu, z něhož je velice obtížné se dostat. A stejně tak obtížné bývá napravit si posléze reputaci...

Mgr. Alena Rašková
Ilustrační foto:
www.samphotostock.cz

Do nového roku jedině pravou nohou!

**Milí příznivci,
také si tak rádi dáváte novoroční předsevzetí? Podle psychologů děláte chybu. Je prokázáno, že novoroční předsevzetí dokáží dodržet pouze lidé silné vůle. Ti ostatní záhy po jejich vyslovení upadají do deprese, protože vědí, případně časem přicházejí na to, že nejsou s to své skálopevně dané cíle naplnit. A sny se hroutí jako domeček z karet.**

Náš redakce si také ráda dávala předsevzetí. Jako třeba že do měsíce otevřeme pět nových rubrik na našich webech, do týdne se nám podaří přizvat na naše profily na sociálních sítích sto nových fanoušků... Jenže potom jsme pochopili, že předsevzetí nemají v našich přijemných, tvůrčím kouzlem obdarovaných kancelářích své místo. Nemuseli jsme se ptát psychologů – z vlastní zkušenosti totiž víme, jak předsevzetí svazují, jak omezují, je s příchodem Nového roku myslí na to, co musíme splnit, abyhom dodrželi závazky, které jsme si stanovili.

Jenže takové závazky se (to jistě sami uznáte) pro povolání tak svobodné, jako je to naše, zkrátka nehodí. Nápady musejí přicházet spontánně – právě ty totiž bývají nejlepší! S touto taktikou jsme přistupovali k práci po celý rok 2013 a nemíníme v tom přestat. Výsledkem naší netradiční strategie jsou takové počiny jako například: rubrika **Žijeme zdravě**, kterou naleznete na webu **joalis.EU**, nové kvízy v rubrice **Pro chytré hlavy**, odkazy na archivní vysílání pořadu **Sama doma**, jehož se několikrát zúčastnila Mgr. Viláková, ... Velice zásadní změnou prošel také web www.joalisanimal.eu, který pod taktovkou Pavly Machálkové doslova rozkvétal. Vzkvétají i naše facebookové profily, o které se stará naše nová posila, Mgr. Veronika Čapková. Den co den přidáváme na zdi našich profilů články týkající se zdraví, inspirace vlastní i s laskavostí sdílené. Den co den také přibývá příznivců, kteří se o naše stránky zajímají, a den co den tak sílí naše pracovní tempo i nadšení. Když už jsme u těch inovací, nemůžeme opomenout ani přijemný bonus, kterým se firma Joalis pyšní od listopadu loňského roku. Je jím časopis **Biorevue**, měsíčník věnovaný zdravému životnímu stylu, na jehož obsah dohlíží přísné a pečlivé oko Roberta Šimka.

Nyní, když jsme vás seznámili témaře se vším, co se v redakci za poslední měsíce událo, by jistě bylo vhodné nastínit, co pro vás chystáme v roce letošním. Ale to by bylo jako ptát se hasiče, kde bude v nejbližších chvílích hořet. Události, které nás obklopují, se nedají předem plánovat, jsou zkrátka nevyzpytatelné. Právě na základě těchto událostí sestavujeme a spřádáme plány, tudíž si dovolíme být stejně nevyzpytatelní a dávkovat vám překvapení nečekané a v průběhu celého roku. Snad jen malou ochutnávku:

- Změnu očekávejte na webu **joalis.EU** v rubrice **O nás**, v níž o něco více pootevřeme dveře do Joalisu a necháme vás nahlédnout do některých jeho událostí.
- Budoucí čísla **bulletinu** vás přijemně zaskočí...
- ...a chystáme také soutěž pro všechny amatérské básníky, poety a kreativce!

Krásný rok 2014 provázený spoustou inspirujících událostí vám za redakci Joalis přeje

Mgr. Alena Rašková
Ilustrační foto: www.shutterstock.com



Nežádoucí účinky léků – dobře maskovaný zabiják

Vpraxi se ukazuje, že léky nejen pomáhají, ale také škodí. Ba dokonce mohou zabít. Vezměme si kupříkladu takové Američany. Ročně do zdravotnictví investují nemalé peníze. Očekávali bychom tedy, že zdravotnická péče tam bude závidění hodná. Přesto je opak pravdu. Uvádí se, že sedm z deseti Američanů umírá na chronické nemoci. A to i přes to, že na všechny tyto choroby existují léky... Tak proč tedy?

V roce 1998 uveřejnil prestižní americký časopis *Journal of American Medical Association* metaanalýzu 39 studií, které měly za cíl zhodnotit a podat zprávu o tom, jak velký je výskyt nežádoucích účinků u pacientů v amerických nemocnicích. Výsledky byly šokující: v důsledku nežádoucích účinků léků zemře v USA kolem 106 000 pacientů ročně! „Úmrtí z léků“ se tak rychlostí blesku vyhouplou na přední příčky v příčinách smrti. Obsadilo by pomyslnou čtvrtou až šestou příčku.

A jak je to v Čechách?

I u nás je poměrně vysoké procento lidí hospitalizováno kvůli vedlejším a nežádoucím účinkům léků, které berou. Potíží, které se dostavují, se laicky říká „nemoci z léčení“. Odhaduje se, že průměrný senior v USA si z ordinací lékařů odnáší ročně v průměru asi 25 receptů. U nás je to velice podobné. Samotné podávání léků není žádná katastrofa. Vhodné a včasné podání léku zachránilo nejeden lidský život. Je tu však jedno velké „ALE“, o němž se mlíčí. A farmaceutické společnosti dobré vědí, proč svá „ale“ nekrídí do světa. Lékaři spoléhají na výrobce, konkrétně na to, že jim o dodávaných lécích poskytují pravdivé informace. A pacient zase vkládá

K lékaři jdeme proto, máme-li nějaký problém. Očekáváme, že nám od něj uleví. Počítáme s tím, že nás pošle na speciální vyšetření a odcházíme většinou také s receptem na osvědčený lék. To, že nám pomůže, bereme jako samozřejmost.

Ani v nejmenším nás nenapadne, že by nám mohl uškodit. A nenapadne to ani většinu lékařů.

Informovanost o vedlejších účincích léků je totiž minimální. Ba co hůř: minimální bývá zámemrň...

všechnu svou důvěru do rukou lékaře. Jenže ono to s tou pravdivostí zase tak horké není. Málokdo ví, jaké obrovské množství průzkumů bylo uskutečněno právě v souvislosti s pravdivostí informací o léčích. Jen malá hrstka z nich však spatří světlo světa a dostane se na oči široké veřejnosti. Někdy se to ale přeci jen podaří. Příkladem mohou být například badatelé z Ústavu pro medicínu založenou na důkazech v Kolíně nad Rýnem. Badatelé hodnotili celkem 175 informačních brožur o 520 léčích. Zjištění? Pouze 6 % informací bylo doloženo věrohodnou literaturou a ověřitelnými údaji. Zbylých 94 % informací nebylo možné doložit...

Tajemné testování

Dalším úskalím je testování nových léků. Ty bývají testovány na zdravých jedincích. Jenže v praxi jsou léky podávány osobám nemocným, které mnohdy berou léky i na další problémy. A ejhle – léky se začnou kombinovat, účinky se mění, těch nežádoucích přibývá a nikdo se v nich pořádně neorientuje. Pro lékaře je těžké odlišit nežádoucí účinky od symptomu nemoci, zvláště když o nežádoucích účincích mají zkreslené nebo nedostatečné informace. Nezřídka se tak stává, že se nežádoucí účinek zamění za nemoc, na niž je samozřejmě třeba nasadit další lék... A kruh se uzavírá.

Možná jsme vás, milí čtenáři, tímto zjištěním vyděsili. Nenechte se ale vyvést z míry. Není třeba zavrhnout klasickou medicínu a žít v přesvědčení, že lék je jed. To by byl velký omyl. Je však třeba být v oblasti svého zdraví nesmírně obezřetný. Vyhýbat se všem toxinům, umělým chemikáliím a škodlivinám, které na nás číhají. Pozorně sledovat a zajímat se o to, na co a čím jsme léčeni. Jaké léky jsou nám doporučovány. A samozřejmě je třeba mít na paměti, že za značnou část potíží si může člověk sám – způsobem, jakým žije. Úprava životního stylu dokáže zázraky: upraví hladinu cukru v krvi, ovlivní průběh zánětlivých procesů v těle, dohlédne na vyváženosť hladin hormonů... Ale to každý, kdo si sám sebe váží, jistě dávno ví... 

Text: Mgr. Alena Rašková
Zdroj: prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.,
prof. RNDr. Jiří Patočka, DrSc.:
Doba jedová 2. Triton, Praha 2012
čas. Týden, čl.
Chytráctví farmaceutických firem
(autor: von). str. 62

Víte, že...

... farmaceutické firmy používají řadu osvědčených triků, jak spotřebitele ošálit? Je to stejně jako v potravinářském průmyslu a řadě dalších oblastí. Výrobci spoléhají na to, že spotřebitel má méně informací než oni sami. „Firmy často skrývají nebo zlehčují informace o vážných vedlejších účincích nových léčiv a naopak přehánějí jejich pozitivní účinky,“ pronesl sociolog D. Light na jednom z výročních setkání Americké sociologické asociace. Klinické zkoušky, jimiž každý nový lék prochází, sice nejsou výmysl, avšak málokterý laik má přístup k jejich detailním výsledkům. Tyto zkoušky navíc platí sami výrobci, a mají tudiž jakési nepsané právo jejich průběh měnit a upravovat ve svůj prospěch. Na závěr je třeba zmínit ještě všudypřítomnou reklamu. Kreativci a specialisté si s ní vždy rádi vyhrají. Dobře totiž vědí, že kvalitní reklama zásadním způsobem rozhoduje o prodejnosti nabízeného zboží....



LETNÍ ŠKOLA 2014

s Mgr. Marií Vilánekovou
a Ing. Vladimírem Jelínkem ve dnech 20. 7. – 25. 7. 2014

Priessnitzovy léčebné lázně, Jeseník

Letní škola je určena zájemcům o detoxikační medicínu, kteří si chtějí prohloubit své znalosti. Přednášky budou členěny dle úrovně znalostí účastníků.
Všem účastníkům Letní školy nabízíme možnost ubytování rodinných příslušníků včetně dětí za zvýhodněných cenových podmínek.

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA

Poštovní adresa:

jméno, příjmení, titul:

ulice:

PSČ: město:

telefon: e-mail:

registrační číslo ECC:

Podpis (povinný):

○ Fakturační adresa:

jméno / firma:

ulice:

PSČ: město:

IČO: DIČ:

(vyplnění IČO je povinné pro zahraniční účastníky)

Poplatek za pobyt

Viditelně označte, jakou možnost si přejete – tato částka vám bude fakturována:

- 1. plný pobyt jedné osoby v JEDNOLŮŽKOVÉM pokoji: 10.600 Kč**
(počet jednolůžkových pokojů je omezen)
- 2. plný pobyt jedné osoby ve DVOULŮŽKOVÉM pokoji: 9.300 Kč**

Možnost č. 1 a 2 – **plný pobyt** zahrnuje ubytování (5 nocí) včetně snídaní, obědů, večeří a účastnického poplatku za konferenční služby. V ceně je také slavnostní večeře. Stravování začíná večeří 20. 7. a končí obědem 25. 7. 2014. Kategorie ubytování: 3*

- 3. účastnický poplatek: 5.500 Kč**

Možnost č. 3 – účastnický poplatek se vztahuje pouze na ty účastníky, kteří budou na přednášky docházet/dojíždět, případně zvolí bydlení v jiném hotelu nebo penzionu. V ceně je i slavnostní večeře.

- 4. účastnický poplatek + strava: 6.500 Kč**

Možnost č. 4 – viz č. 3 + strava (obědy a večeře).

Pokud vyplňujete jednu přihlášku pro více osob, označte to vedle poplatku za pobyt (např. 9300 Kč x 2 osoby).

Spolubydlící

V případě dvoulůžkových pokojů vyplňte jméno svého spolubydlícího, jinak vám bude přiřazen:

Stravování v hotelu

Snídaně se podává formou bufetu, obědy a večeře jsou servírovány. Prosím, vyberte si možnost stravování.

- 1) Normální strava
- 2) Vegetariánská strava
- 3) Bezmléčná, bezlepková strava
- 4) Vegetariánská, bezmléčná, bezlepková strava

Doprava

Lázně Jeseník jsou velmi dobře dopravně dostupné, a proto nebude firma ECC zajišťovat odvoz do hotelu. Nejhodnější dopravní spojení budou uvedena v květnovém Infodopisu.

Z důvodu rezervace parkovacích míst prosíme o poskytnutí informace, zda budete **cestovat vlastním autem**.

- ANO
- NE

Priessnitzy léčebné lázně

Priessnitzy léčebné lázně jsou nejstarší vodoléčebné lázně na světě. Za svou existenci a proslulost vděčí geniálnímu rodákovi Vincenci Priessnitzovi (1799–1851). Ten v roce 1822 založil na Gräfenbergu skromný vodoléčebný ústav, čímž položil základ nové léčebné metodě – vodoléčbě. V roce 1837 získal povolení k provozování vodoléčebného ústavu a zavedl novou formu léčení ve zcela jiném vztahu k nemocnému. Priessnitz léčil člověka v souladu se zákony přírody a navrácel mu ztracené zdraví.

Priessnitzy léčebné lázně leží v překrásném, magickou silou nabitém místě, ve svahu nejvýchodnějšího výběžku Rychlebských hor, cca 2 km od města Jeseník. Přírodní podmínky nabízí mimořádně příznivé podnebí, od severu přicházejí vzdušné proudy Baltického moře plné jodu a mořské soli. Od jihu, západu a východu je místo chráněné před exhalacemi pohořím Hrubého Jeseníku, Rychlebských hor a Zlatohorské vrchoviny. Díky této poloze leží Priessnitzy lázně v nejčistějším prostředí v rámci celé Evropy.

Platební údaje

Platby zasílejte na účet číslo: 205 511 314/0300 (ČSOB)

Variabilní symbol: registrační číslo ECC + 888 (XXXXXX888)

Pobyt prosíme uhradět nejpozději do 10. 5. 2014. Kapacita letní školy je omezena na 80 účastníků a přednost bude dána těm, kteří budou řádně přihlášeni a budou mít pobyt uhrazen v termínu. Děkujeme za pochopení.

Přihlášky a kontakty

Vyplněné přihlášky zasílejte na adresu: ECC s. r. o., Na Výhledech 1234/8, 100 00 Praha 10 – Strašnice, a to nejpozději do 30. 4. 2014. Případné dotazy vám rádi zodpovíme na tel. 733 196 377 (Marika Kocurová), e-mail: m.kocurova@joalis.cz.

Lidstvo svírají okovy deprese

Co svět světem stojí, muselo se lidstvo poprat s mnohými epidemiemi. Mor, pravé neštovice, cholera, chřipka,... Všechny byly děsivé a nemilosrdně braly lidem životy. V dnešní době se většině těchto chorob dokážeme bránit. Hrozí nám však nebezpečí v podobě nových epidemií; nazvěme je třeba epidemie moderní doby. Protože právě z ní vycházejí. Patří mezi ně cukrovka, obezita a podle posledních výzkumů také deprese...

Trendem současnosti je schovávat se za depresi. Depresí označujeme špatnou náladu, ponuré myšlenky, melancholiu, agresi, zkrátka co nás zrovna napadne. Málokdo však ví, že skutečná deprese je nemoc. Je to neustálý pocit beznaděje, který nás provází den co den, od chvíle, kdy ráno otevřeme oči. Je to pocit absolutního vyhoření, ztráty motivace, jsou to hodiny a hodiny strávené koukáním

do stropu a neschopností být jen vstát z postele. To je deprese.

Ukazuje se, že touto poruchou trpí 4,4 % lidí na planetě Zemi, což odpovídá zhruba 350 milionům lidí. Nejčastěji hlásí případy deprese psychiatři z Afghánistánu, na paty jím šlapou také země Střední Ameriky a Asie. Naopak nejnižší výskyt deprese byl zaznamenán v Japonsku, zemi vycházejícího slunce.

O závažnosti celé situace hovoří i fakt, že právě deprese je druhým nejčastějším důvodem, proč lidé odcházejí na nemocenskou. Předčily ji pouze respirační onemocnění. Statistiky však hovoří o lidech, kterým byla deprese diagnostikována. Odhaduje se, že reálný počet osob trpících depresí je mnohonásobně vyšší. Právě vysoké procento lidí, kteří s depresemi žijí, nebo spíše přežívají (a mnozí z nich nepřežijí, jelikož sklonky k sebevraždě jdou s depresemi ruku v ruce), představuje globální hrozbu. A podle maga-



zínu Plos Medicine je tedy potřeba k deprezi také tak přistupovat.

Bohužel deprese je, tak jako většina duševních poruch, stále přijímána s velkými rozpaky. Málokdo je ochoten smířit se s nálepkou „blázna“, kterou mu věnovala odtažitá společnost žijící v předsudcích, že každý, kdo má duševní trápení, není normální. A tak po světě chodí stále více lidí, pro něž smutek a beznaděj neznamenají pouze krátkodobou reakci na nějakou událost, ale staly se každodenním chlebem. A řekněme si upřímně, že ten chleba, jímž se den co den z donucení žíví, musí jejich už tak dost stažená hrudla pořádně svírat.

Text: Mgr. Alena Rašková

Zdroj: www.aktualne.centrum.cz

Ilustrační foto: www.samphotostock.cz

kalendář akcí

PŘEDNÁŠKY PRO TERAPEUTY

Přednášky v Praze

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
7. 1. 2014	9.30–15.30	Seminář I.	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
21. 1. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
22. 1. 2014	9.30–15.30	Seminář I.	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
29. 1. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
4. 2. 2014	9.30–15.30	Seminář III.	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	1050 Kč
5. 2. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
12. 2. 2014	9.30 - 15.30	Seminář I.	Ing. Vladimír Jelínek	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
12. 2. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
18. 2. 2014	9.30–15.30	Detoxikační taktika	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
19. 2. 2014	9.30–15.30	Seminář III.	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	1050 Kč
26. 2. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Ing. Vladimír Jelínek	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
5. 3. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
12. 3. 2014	9.30–15.30	Seminář III.	Ing. Vladimír Jelínek	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	1050 Kč

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
18. 3. 2014	9.30–15.30	Seminář I.	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
26. 3. 2014	9.30–15.30	Detoxikační taktika	Ing. Vladimír Jelínek	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
1. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář IV.	Mgr. Marie Viláňková	Praha	620 Kč
1. 4. 2014	16.00–18.00	Seminář EAMset	Mgr. Marie Viláňková	Praha	620 Kč
8. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
9. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář I.	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
16. 4. 2014	10.00–12.00	Zkouška II. stupně	Economy Class Company	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	310 Kč
16. 4. 2014	13.00–15.00	Zkouška II. stupně	Economy Class Company	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	310 Kč
16. 4. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
22. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář III.	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	1050 Kč
23. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
30. 4. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
6. 5. 2014	9.30–15.30	Detoxikační taktika	Vladimíra Málová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
7. 5. 2014	9.30–15.30	Seminář III.	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	1050 Kč
21. 5. 2014	9.30–15.30	Detoxikační taktika	Marie Dolejšová	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	620 Kč
3. 6. 2014	9.30–15.30	Seminář IV.	Mgr. Marie Viláňková	Praha	620 Kč
18. 6. 2014	10.00–12.00	Zkouška II. stupně	Economy Class Company	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	310 Kč
18. 6. 2014	13.00–15.00	Zkouška II. stupně	Economy Class Company	ECC, Na Výhledech 1234/8, Praha 10	310 Kč

Informace a přihlášky: ECCs. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 274 781 415, eccpraha@joalis.cz nebo přímo na www.eccklub.cz v sekci Vzdělávání

Přednášky v Brně

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
15. 1. 2014	9.00–15.30	Seminář I	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
27. 1. 2014	9.00–15.30	Seminář I	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na z www.bodycentrum.cz	620 Kč
10. 2. 2014	9.00–15.30	Seminář II.	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
19. 2. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
24. 2. 2014	9.00–15.30	Seminář III.	Pavel Jakeš, Jaroslav Vintr	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	1050 Kč
5. 3. 2014	9.00–15.30	Seminář I.	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
17. 3. 2014	9.00–15.30	Seminář I.	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
2. 4. 2014	9.00–15.30	Seminář II.	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
9. 4. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
16. 4. 2014	9.00–15.30	Seminář III.	Pavel Jakeš, Jaroslav Vintr,	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	1050 Kč
28. 4. 2014	9.00–15.30	Detoxikační taktika	Pavel Jakeš, Jaroslav Vintr,	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
12. 5. 2014	9.00–15.30	Seminář I.	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
26. 5. 2014	9.00–15.30	Seminář II.	Pavel Jakeš, Bc. Petr Šmehlík	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
3. 6. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
4. 6. 2014	9.30–15.30	Seminář IV.	Mgr. Marie Vilánková	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	620 Kč
9. 6. 2014	9.00–15.30	Seminář III.	Pavel Jakeš, Jaroslav Vintr	bude upřesněno na www.bodycentrum.cz	1050 Kč

Informace a přihlášky: Body Centrum s. r. o., Vodní 16, Brno, tel.: 545 241 303, e-mail: info@bodycentrum.cz nebo přímo na www.bodycentrum.cz v sekci Vzdělávání

Přednášky v Ostravě

datum	čas	název akce	lektor	místo konání	cena
8. 1. 2014	9.30–15.30	Seminář I.	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	620 Kč
29. 1. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	620 Kč
12. 2. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
19. 2. 2014	9.30–15.30	Seminář III	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	1050 Kč
12. 3. 2014	9.30–15.30	Detoxikační taktika	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	620 Kč
19. 3. 2014	9.30–15.30	Seminář I.	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	620 Kč
2. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář II.	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	620 Kč
9. 4. 2014	17.00–18.00	Zkouška I. stupně	Economy Class Company	online	0 Kč
16. 4. 2014	10.00–12.00	Zkouška II. stupně	Economy Class Company	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	310 Kč
23. 4. 2014	9.30–15.30	Seminář III	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	1050 Kč
14. 5. 2014	9.30–15.30	Detoxikační taktika	Jana Schwarzová	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	620 Kč
18. 6. 2014	10.00–12.00	Zkouška II. stupně	Economy Class Company	Havlíčkovo nábř. 2728, Ostrava	310 Kč

Účastníkům vzdělávání v Ostravě doporučujeme Seminář IV absolvovat v Praze dne 1. 4. 2014 nebo v Brně dne 4. 6. 2014.

Informace a přihlášky: Jana Schwarzová, Havlíčkovo nábřeží 2728 (budova Technoproduktu), 702 00 Ostrava – Moravská Ostrava, tel.: 775 312 766

Seminář I – úvod do detoxikace. Seznámení s rozdělením toxinů v lidském organismu a jejich působením, čínský pentagram a jeho souvislosti. V rámci semináře je provedeno ukázkové měření, účastníci si odnáší CD s podrobným vysvětlením vztahů v čínském pentagramu.

Seminář II – navazuje na Seminář I. Účastníci se naučí využívat čínský pentagram v praxi a jsou seznámeni s logickou diagnostikou.

Seminář III – účastníci se naučí prakticky diagnostikovat pomocí přístroje Salvia. Je vysvětleno a předvedeno správné nastavení přístroje Salvia a jeho používání v praxi. Seznámení s počítačovým programem EAM pro diagnostiku.

Seminář IV – teorie fungování informačních preparátů, imunita, mikrobiologie, toxiny. Seminář vede Mgr. Marie Vilánková.

Seminář EAMset – podrobně vysvětleny funkce a užití počítačového programu pro diagnostiku EAMset.

Detoxikační taktika – praxe v poradně, etika terapeuta, přístup ke klientovi, jak klást dotazy, využití techniky (EAM set, Salvia, ...). Účastníci musí absolvovat S1, S2 a S3.

Kongresové dny

**Kongresový den detoxikační medicíny v Brně s Mgr. Marií Vilánkovou
a Ing. Vladimírem Jelínkem – 29. 3. 2014**

**Kongresový den detoxikační medicíny v Praze s Mgr. Marií Vilánkovou
a Ing. Vladimírem Jelínkem – 26. 4. 2014**

Informace a přihlášky: ECC s. r. o., Na Výhledech 1234/8, Praha 10, tel.: 274 781 415, eccpraha@joalis.cz
Témata kongresových dnů a přihlášku najeznete na www.eccklub.cz nebo www.joalis.cz.

NOVINKA

AniMet

pro psy a kočky



poruchy
metabolismu

obezita

ztučnění
jater

dna

ateroskleróza

cukrovka



Výhradní distributor pro ČR:

Economy Class Company s.r.o.:
Praha 10, Na Výhledech 1234/8
tel.: 274 781 415, eccpraha@joalis.cz

Expediční centrum:
Strakonice, U Řepické zastávky 1293
tel.: 383 321 741, ecc@joalis.cz

Body Centrum s.r.o.:
Vodní 16, 602 00 Brno
tel.: 545 241 303, info@bodycentrum.cz
www.joalis.cz
www.bodycentrum.cz

- nenahrazuje léky předepsané veterinárním lékařem
- AniMet je doplněk stravy



Výrobce:
Joalis, s.r.o.
Orlická 2176/9, Praha 3
tel.: 222 710 011
www.joalisanimal.eu