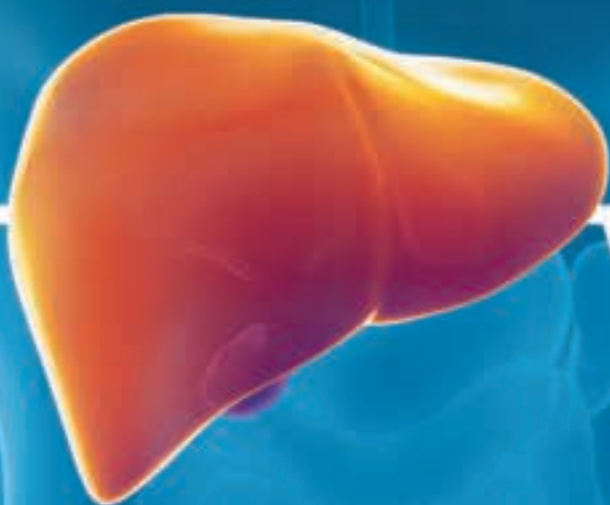


ANDREAS MORITZ

# ROZSZERZONE OCZYSZCZANIE WĄTROBY I WORECZKA ŻÓŁCIOWEGO

Jak uniknąć współczesnych chorób



**ROZSZERZONE**  
**OCZYSZCZANIE WĄTROBY**  
**I WORECZKA ŻÓŁCIOWEGO**

Autor tej książki, Andreas Moritz, nie jest zwolennikiem żadnej konkretnej formy opieki medycznej, ale wierzy, że przedstawione tu fakty, liczby i wiedza powinny być dostępne dla każdego człowieka, który zainteresowany jest poprawą własnego stanu zdrowia. Choć autor stara się przekazać głębokie zrozumienie omówionych tematów i zapewnić ścisłość oraz kompletność wszelkich informacji pochodzących z wszelkich źródeł, innych niż jego własne, on i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za błędy, niedokładności, pominięcia ani żadne inne niespójności. Ewentualne urażenie osób lub instytucji było niezamierzone. Ta książka nie ma na celu zastąpienia porad ani leczenia przez lekarza specjalistę. Użycie informacji tu zawartych jest wyłącznie decyzją czytelnika. Autor i wydawca nie biorą odpowiedzialności za ewentualne skutki uboczne ani konsekwencje stosowania jakichkolwiek środków lub procedur opisanych w tej książce. Zawarte tu stwierdzenia przedstawione są jedynie dla celów edukacyjnych i teoretycznych i opierają się głównie na osobistej opinii i teoriach Andreeasa Moritza. Przed zastosowaniem jakichkolwiek suplementów dietetycznych, odżywczych, ziołowych lub homeopatycznych albo przed rozpoczęciem lub zakończeniem terapii należy skonsultować się z lekarzem. Intencją autora nie jest udzielanie porad medycznych ani ich substytutów i nie daje on gwarancji działania żadnego produktu, urządzenia ani sposobu leczenia. Jeśli nie zaznaczono inaczej, żadne stwierdzenie w tej książce nie zostało ocenione ani zaakceptowane przez amerykańską Agencję ds. Żywności i Leków ani Federalną Komisję Handlu. W kwestii konkretnego zastosowania w przypadku ich indywidualnych problemów czytelnicy powinni sami je ocenić lub skonsultować się z ekspertem medycyny holistycznej lub lekarzem.

ANDREAS MORITZ

# **ROZSZERZONE OCZYSZCZANIE WĄTROBY I WORECZKA ŻÓŁCIOWEGO**

Jak uniknąć współczesnych chorób

**Vital**  
GWARANCJA ZDROWIA

REDAKCJA: Mariusz Warda  
SKŁAD: Tomasz Piłasiewicz  
PROJEKT OKŁADKI: Anna Płotko  
TŁUMACZENIE: Barbara Mińska

Wydanie I  
BIAŁYSTOK 2018  
ISBN 978-83-65846-52-5

Copyright © 1998-2012 by Andreas Moritz

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2017  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem, zanim rozpoczniesz jakiegokolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.vitalni24.pl](http://www.vitalni24.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.wydawnictwovital.pl](http://www.wydawnictwovital.pl)  
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.odzywianie24.pl](http://www.odzywianie24.pl)

PRINTED IN POLAND

## **Sukces kliniczny jest ostatecznym testem.**

Ta książka zmienia nasz obecny medyczny model.

## **Przygotuj się na bycie ZDROWYM.**

*To coś więcej niż książka – to potężne narzędzie samouzdrawiania. W czasach, gdy zrezygnowaliśmy z własnej wrodzonej mądrości naszego ciała, Andreas Moritz oferuje nieskomplikowane, samodzielnie działające lekarstwo pozwalające na uzdrowienie siebie. Jest proste, niedrogi i łatwe do wykonania. Wyzdrowienie, jakie miało miejsce u moich pacjentów i u mnie, zmieniło nasze życie.*

– Gene L. Pascucci, doktor chirurgii stomatologicznej,  
stomatolog, metafizyk i mistyk z Reno w Nevadzie

*Zaintrygowało mnie, gdy dowiedziałam się o oczyszczaniu wątroby od przyjaciółki, ale przez kilka miesięcy odkładałam to na później. Od kilkunastu lat dręczona problemami zdrowotnymi, w końcu się odważyłam, ale nie spodziewałam się spektakularnych rezultatów. Ku mojemu wielkiemu zaskoczeniu następnego dnia wydalłam około sześciuset kamieni żółciowych w różnych rozmiarach i kolorach, a ulga była natychmiastowa. Byłam spokojniejsza, czułam się znacznie mniej drażliwa i miałam niesamowitą jasność myślenia. Obecnie jestem po pięciu oczyszczeniach i prawie wróciłam do normalnego funkcjonowania. Choć oprócz tej techniki oczyszczania stosowałam też inne metody leczenia, uważam, że oczyszczenie wątroby miało ogromny wpływ na moje wyzdrowienie. Zdecydowanie powinnam dodać je do mojego programu dbania o zdrowie do końca życia.*

– dr Diane Philips, lekarz (Wielka Brytania)



## Dedykacja

*Dla wszystkich tych,  
którzy pragną wziąć odpowiedzialność za własne zdrowie  
i którzy troszczą się o zdrowie i dobre samopoczucie innych ludzi.*





# Spis treści

Wstęp .....	15
Rozdział 1. Kamienie żółciowe w wątrobie: ogromne ryzyko dla zdrowia.....	27
<i>Dlaczego żółć jest taka ważna?</i> .....	34
<i>Schorzenia układu trawiennego</i> .....	35
Schorzenia jamy ustnej .....	36
Schorzenia żołądka .....	40
Schorzenia trzustki .....	44
Schorzenia wątroby.....	46
Schorzenia woreczka żółciowego i dróg żółciowych.....	55
Czym są kamienie żółciowe? .....	57
Schorzenia jelit .....	63
<i>Zaburzenia układu krążenia</i> .....	68
Choroba wieńcowa .....	68
Kłamstwa dotyczące cholesterolu .....	75
Co robi dla Ciebie cholesterol.....	77
Podstępna statyna .....	79
Statyny wywołują choroby serca i uszkodzenie wątroby.....	82
Słabe krążenie, powiększenie serca i śledziony, żylaki, zastój limfy, brak równowagi hormonalnej .....	90
<i>Zaburzenia układu oddechowego</i> .....	98
<i>Zaburzenia układu moczowego</i> .....	100
<i>Zaburzenia układu nerwowego</i> .....	106
<i>Schorzenia kości</i> .....	110
<i>Schorzenia stawów</i> .....	113
Mity dotyczące chorób autoimmunologicznych.....	113
Dylemat związany ze szczepieniem.....	116
CDC przyłapano na celowym fałszowaniu danych dotyczących badań nad szczepieniami .....	119
Donald Trump mówi otwarcie.....	123
Mądre reakcje wnętrzości.....	125

<i>Zaburzenia układu rozrodczego</i> .....	129
<i>Schorzenia skóry</i> .....	131
<i>Ryzyko leczenia chorób</i> .....	134
Rozdział 2. Skąd mam wiedzieć, że mam kamienie żółciowe?.....	141
<i>Objawy i oznaki</i> .....	142
Skóra.....	142
Nos.....	145
Oczy.....	146
Język, usta, wargi i zęby .....	147
Dłonie, paznokcie i stopy .....	150
Skład masy kałowej.....	151
<i>Wnioski</i> .....	152
Rozdział 3. Najczęstsze przyczyny kamieni żółciowych (i schorzeń).....	153
1. <i>Dieta</i> .....	156
Przejadanie się .....	156
Podjadanie między posiłkami.....	158
Spożywanie ciężkostrawnych potraw wieczorem .....	160
Nadmierne spożycie białka .....	161
Nasze ciało – fabryka białek.....	163
Czy wciąż możemy ufać nauce?.....	164
Czy jedzenie białek jest konieczne? .....	166
Zagrożenia związane z jedzeniem mięsa .....	168
Owoce morza – niespodziewani zabójcy .....	175
Niedobór witaminy B <sub>12</sub> .....	176
Ludzie przystosowani są do diety niskobiałkowej .....	179
Pokarmy i napoje wywołujące atak kamicy żółciowej .....	181
Sztuczne słodziki .....	183
Zagrożenia związane z genetycznie modyfikowanymi pokarmami ...	187
Ukryte zagrożenia związane z oczyszczoną solą.....	188
Odwodnienie.....	193
Skażenie metalami ciężkimi .....	195

Gwałtowna utrata wagi.....	197
Niskokaloryczna pomyłka.....	200
Kłamstwa o tłuszczu z mleka.....	201
2. <i>Leki farmakologiczne</i> .....	204
Niebezpieczne protokoły „bezpieczeństwa leków” .....	206
Koszmar uzależnienia od leków.....	207
Współczesna medycyna – największa maszyna do zabijania rodzaju ludzkiego .....	212
Leki na raka sprawiają, że guzy są bardziej śmiertelne.....	215
Działanie mądrości raka.....	216
Kontrolowanie rozwoju guza powoduje rozprzestrzenianie się raka .....	217
Uważaj na konwencjonalne sposoby leczenia raka.....	219
Lekcje, które daje nam rak.....	220
Środki hormonalnej terapii zastępczej i antykoncepcyjne .....	221
Inne leki farmaceutyczne .....	224
Unikaj przyjmowania tych niebezpiecznych leków.....	225
Zatrucie fluorem.....	232
Forma fluoru, która jest dla Ciebie dobra.....	235
Leki dla dzieci pokryte substancjami chemicznymi uszkodzającymi mózg.....	236
Żelatyna w lekach, szczepionkach i przetworzonych produktach spożywczych .....	237
3. <i>Szczepionki – śmiertelna pułapka</i> .....	238
Niszczący wpływ szczepionek.....	238
Pompowanie trucizny w bezbronne ciała niemowląt .....	246
Błędne przekonanie i skutki uboczne .....	247
Uleganie niebezpiecznym mitom .....	249
Naukowcy ujawniają oszustwa dotyczące szczepień .....	254
Szczepienia przeciwko grypie nieskuteczne w 98,5% .....	258
Niespodziewana pomoc ze strony Matki Natury .....	265
4. <i>Styl życia</i> .....	271
Zakłócanie zegara biologicznego .....	271
Naturalne cykle snu/czuwania .....	272
Dlaczego nie powinieneś mieszać w cyklu melatoniny .....	275

Ostrzenie przed suplementami melatoniny .....	276
Naturalne pory posiłków .....	277
5. <i>Rozmaite przyczyny</i> .....	278
Niskie wydzielanie żołądkowe .....	278
Picie zbyt dużych ilości soków i koktajli owocowych i warzywnych .....	280
Wielogodzinne oglądanie telewizji .....	282
Stres emocjonalny .....	284
<i>Konwencjonalne sposoby leczenia kamieni żółciowych</i> .....	286
1. Rozpuszczanie kamieni żółciowych .....	287
2. Wstrząsy i rozbijanie .....	288
3. Operacja .....	290
<i>Wnioski</i> .....	292
Rozdział 4. <i>Oczyszczanie wątroby i woreczka żółciowego</i> .....	293
<i>Przygotowania</i> .....	294
Zalecenia dotyczące diety (na pierwszych pięć dni) .....	296
Najlepszy czas na oczyszczanie .....	296
Proszę, przeczytaj to, jeśli przyjmujesz jakiegokolwiek leki! .....	296
Ostrzenie dotyczące leków na raka .....	297
Ostrzenie dotyczące leków na tarczycę .....	298
Suplementy diety .....	298
Wiek .....	298
Oczyść jelito grube PRZED oczyszczaniem wątroby i PO nim .....	298
Co musisz zrobić szóstego dnia przygotowań .....	299
<i>Właściwe oczyszczanie</i> .....	300
Wieczór .....	300
Następny ranek .....	302
Picie odpowiedniej ilości wody podczas oczyszczania .....	303
Przeciwwskazania (Kiedy oczyszczanie wątroby jest niewskazane) .....	303
<i>Skutki, jakich możesz oczekiwać</i> .....	307
<i>Częste obawy</i> .....	310
Czy odrobaczenie przed oczyszczaniem wątroby to dobry pomysł? .....	310
Jak często należy się oczyszczać? .....	311

Jak duże kamienie żółciowe bezpiecznie przechodzą przez wąskie drogi żółciowe? .....	314
Dla bezpiecznego oczyszczania stosuj się do zasad oczyszczania wątroby .....	318
Waga oczyszczania jelita i nerek .....	319
Alternatywy dla soku jabłkowego/soku wiśniowego .....	321
Używaj tylko prawdziwej oliwy extra virgin .....	322
Czy głodówka podczas przygotowania do oczyszczania to dobry pomysł? .....	323
<i>Masz problemy z oczyszczaniem? .....</i>	323
Problemy ze snem w nocy oczyszczania .....	323
Nietolerancja soli Epsom .....	323
Zastrzeżenia do spożywania soli Epsom .....	324
Sól Epsom stosowana leczniczo .....	326
Nietolerancja oliwy z oliwek .....	327
Nietolerancja soku z cytrusów .....	327
Jeśli nie masz woreczka żółciowego, wciąż możesz oczyszczać wątrobę .....	328
Dlaczego zwapnione kamienie żółciowe mogą nie być wydalane ...	329
Ból głowy lub mdłości podczas oczyszczania wątroby lub po nim .	332
Oczyszczanie wątroby nie przyniosło spodziewanych skutków .....	334
Zakłócenia podczas przygotowania do oczyszczania wątroby .....	335
SOS: Atak kamieni żółciowych (jak sobie z nim radzić) .....	336
Czy dzieci mogą lub powinny oczyszczać wątrobę? .....	338
 Rozdział 5. Proste wskazówki, jak nie dopuścić do powstania kamieni żółciowych w wątrobie .....	341
1. Oczyszczaj wątrobę dwa razy do roku .....	341
2. Utrzymuj czyste jelita .....	341
3. Utrzymuj czyste nerki .....	350
4. Często pij jonizowaną wodę .....	362
5. Spożywaj jonowe, niezbędne minerały .....	363
6. „Daj nam codzienną porcję siarki!” .....	366
7. Pij odpowiednie ilości wody .....	370
8. Ogranicz alkohol .....	373
9. Unikaj przejadania się .....	374

10. Utrzymuj regularne pory posiłków .....	375
11. Najlepiej stosuj zrównoważoną dietę wegetariańską/wegańską...	376
12. Unikaj produktów o obniżonej zawartości tłuszczu .....	377
13. Spożywaj nieoczyszczoną sól morską .....	378
14. Waga sztuki Ener-Chi .....	379
15. Wysypiaj się.....	380
16. Unikaj przepracowania .....	382
17. Ćwicz regularnie .....	383
18. Regularnie korzystaj z promieni słonecznych .....	385
19. Przyjmuj zioła na wątrobę .....	396
20. Codzienna terapia ssania oleju .....	398
21. Wymień wszystkie metalowe plombę w zębach .....	399
22. Unikaj kanałowego leczenia zębów .....	400
23. Wnieś równowagę w twoje zdrowie emocjonalne .....	404

## Rozdział 6. Czego możesz się spodziewać

po oczyszczaniu wątroby i woreczka żółciowego .....	409
Życie wolne od chorób .....	409
Lepsze trawienie, energia i witalność .....	412
Wolność od bólu .....	415
Bardziej elastyczne ciało .....	416
Odwrócenie procesu starzenia się .....	417
Wewnętrzne i zewnętrzne piękno .....	419
Poprawa zdrowia emocjonalnego.....	419
Jaśniejszy umysł i większa kreatywność.....	420

## Rozdział 7. Koniec mitu kamieni mydlanych

powodowanych przez oliwę z oliwek .....	423
---	-----

Rozdział 8. Podsumowanie .....	441
Informacja o produktach .....	443
Inne książki i produkty Andreasa Moritza.....	447
O Andreasie Moritzu.....	462

Przypisy .....	465
----------------	-----

## Wstęp

Większość ludzi wierzy, że kamienie żółciowe znaleźć można jedynie w woreczku żółciowym. To powszechne, a jednak błędne założenie. Większość kamieni żółciowych tworzy się w wątrobie, a stosunkowo niewiele formuje się w woreczku żółciowym. Możesz to z łatwością zweryfikować, jeśli zafundujesz sobie oczyszczenie wątroby. Nie ma większego znaczenia, czy jesteś laikiem, lekarzem, naukowcem lub kimś, komu usunięto woreczek żółciowy, przez co uważa się, że kamienie ci nie grożą.

Skutki oczyszczania wątroby<sup>1</sup> mówią same za siebie. Żadne dowody naukowe ani wyjaśnienia medyczne nie uczynią takiego oczyszczania bardziej wartościowym. Gdy po pierwszym oczyszczeniu zobaczysz w sedesie setki zielonych, beżowych, brązowych lub czarnych kamieni żółciowych, intuicyjnie poczujesz, że zrobiłeś coś niezwykle ważnego dla swojego życia.

Aby zaspokoić swój prawdopodobnie ciekawy umysł, możesz zechcieć zabrać wydalone kamienie do laboratorium w celu dokonania analizy chemicznej lub zapytać swojego lekarza, co o tym myśli. Twój lekarz może albo wspierać twoją inicjatywę uzdrowienia siebie, albo przestrzegać cię przed tym i powiedzieć ci, że to absurdalne. Bez względu na to, co mogą mówić ci inni, to, co w tym przedsięwzięciu jest najbardziej znaczące, to fakt, że wzięłeś aktywną odpowiedzialność za własne zdrowie, być może pierwszy raz w życiu.

W przybliżeniu 20% populacji świata na pewnym etapie życia będzie miało kamienie w woreczku żółciowym; wiele osób zdecyduje się na operacyjne usunięcie tego narządu. Choć operacja usunięcia woreczka rzadko jest konieczna, a jej konsekwencje na dłuższą metę są druzgocące<sup>2</sup>, większość pacjentów ulega presji swojego lekarza i bliskich, by usunąć kamienie. Nie-

<sup>1</sup> Gdy mówię o oczyszczaniu wątroby, dotyczy to również oczyszczania woreczka żółciowego.

<sup>2</sup> [www.steadyhealth.com/topics/complications-after-gall-bladder-surgery](http://www.steadyhealth.com/topics/complications-after-gall-bladder-surgery).



którzy lekarze nawet mówią swoim pacjentom, że wycięcie woreczka żółciowego nie niesie za sobą żadnych konsekwencji. Jeśli już go nie masz, czytaj dalej. Oczyszczanie wątroby z kamieni jest dla ciebie jeszcze ważniejsze niż dla tych, którzy wciąż mają woreczek.

Znacznie więcej ludzi ma kamienie w *wątrobie* niż w *woreczku żółciowym*. Podczas 35 lat pracy w dziedzinie medycyny naturalnej spotkałem tysiące ludzi cierpiących z powodu wielu rodzajów chorób przewlekłych i mogę zaświadczyć, że każdy z nich, bez wyjątku, miał w wątrobie kamienie żółciowe. Co zaskakujące, stosunkowo niewielu zgłaszało historię kamieni w woreczku żółciowym. Kamienie w wątrobie są, jak zrozumiesz w trakcie czytania tej książki, główną przeszkodą w osiągnięciu i utrzymaniu dobrego zdrowia, młodości i witalności. Kamienie w wątrobie są jednym z głównych powodów zapadania na choroby i trudności w powrocie do zdrowia.

Niepowodzenie w rozpoznaniu i zaakceptowaniu częstości występowania kamieni w wątrobie jako niezwykle częstego zjawiska może być najbardziej niefortunnym przeoczeniem, jakie kiedykolwiek miało miejsce w dziedzinie medycyny, zarówno konwencjonalnej, jak i holistycznej.

Poleganie na badaniach krwi w celach diagnostycznych, jak robi to konwencjonalna medycyna, może być wielkim minusem, jeśli chodzi o ocenę zdrowia wątroby. Większość ludzi, którym dokuczają dolegliwości fizyczne, ma idealne poziomy enzymu wątrobowego we krwi, pomimo że cierpią na przewlekłe zatkanie dróg żółciowych wątroby.

Zatkanie dróg żółciowych wątroby jest jednym z wiodących problemów zdrowotnych, jednak konwencjonalna medycyna rzadko o nim wspomina, a lekarze nie mają godnego zaufania sposobu diagnozowania tego schorzenia. Standardowe badania wątroby obejmują mierzenie ilości enzymów wątrobowych we krwi. Podwyższona ilość enzymów wątrobowych występuje tylko wtedy, gdy ma miejsce zaawansowane uszkodzenie komórek wątroby, jak w przypadku stanu zapalnego wątroby, żółtaczk i marskości. Zwykle przewlekłe zatkanie dróg żółciowych wątroby utrzymuje się przez wiele lat, zanim uszkodzenie wątroby stanie się oczywiste.

Standardowe badania kliniczne prawie *nigdy* nie ujawniają występowania kamieni żółciowych w wątrobie. Zatem gdy lekarz zobaczy garść kamieni, które pacjent wydzielił podczas oczyszczania wątroby, może potrząsnąć głową i stwierdzić: „To nie są kamienie żółciowe!”. W rzeczywistości większość lekarzy nawet nie wie, że kamienie rozwijają się wewnątrz wątroby, pomimo

faktu, że literatura medyczna obfituje w badania, które opisują je bardzo szczegółowo.

Najistotniejsze badanie zostało przeprowadzone, jeszcze zanim dostępne było cyfrowe archiwizowanie (pomiędzy latami 20. a 60. ubiegłego wieku), ale współcześni lekarze po prostu nie mają czasu zgłębiać badań, które zostały przeprowadzone ponad 50 lat temu, nie wspominając już o badaniach opublikowanych w ciągu ostatnich 2-3 lat. Obecnie, gdy technologia cyfrowego skanowania daje nam łatwy dostęp do takich historycznych informacji medycznych, lepiej rozumiemy, co tamci naukowcy nazywali *kamieniami wewnątrzwątrobowymi* lub *wewnątrzwątrobowymi kamieniami żółciowymi*.

W bardziej współczesnej publikacji, zatytułowanej „Kamienie wewnątrzwątrobowe – badanie kliniczne”, zespół badaczy opisuje rezultaty badania pacjentów dotkniętych zatkaniem dróg żółciowych wątroby przez kamienie. To badanie, które zostało opublikowane w *Annals of Surgery* w lutym 1972 roku<sup>3</sup>, wyraźnie odróżnia kamienie żółciowe w woreczku żółciowym od kamieni żółciowych w wątrobie. Autorzy twierdzą, że „Przez wieki zarówno chirurdzy, jak i patolodzy zauważali inny rodzaj kamieni w wewnątrzwątrobowych drogach żółciowych. Lokalizacja, konsystencja, liczba i zachowanie takich kamieni były całkiem inne od kamicy przewodu żółciowego (formacji kamieni) woreczka żółciowego. Temu schorzeniu przypisano nazwę kamieni wątrobowych lub kamieni wewnątrzwątrobowych”.

Pewne bardziej zaawansowane uniwersytety badawcze, jak prestiżowy Uniwersytet Johna Hopkinsa, zaczęły opisywać i ilustrować te kamienie wątrobowe w swojej literaturze lub na stronach internetowych. Niezależnie od przytłaczających naukowych dowodów na istnienie kamieni wątrobowych, niezwykle jest to, że lekarze wciąż gwałtownie zaprzeczają, że kamienie mogą wystąpić w wątrobie. Utrzymują, że kamienie wydalone podczas oczyszczania wątroby to tylko *kamienie mydlane*, które w jakiś sposób powstają z oliwy stosowanej podczas procedury oczyszczania wątroby. (Tym tematem zajmę się później, w rozdziale 7.).

Często dowodziłem, że kamienie wewnątrzwątrobowe są stosunkowo nowym zjawiskiem wśród populacji na zachodniej półkuli. Badanymi byli głównie ludzie niedożywieni i tacy, którzy musieli stracić na wadze i nie mieli w diecie wystarczającej ilości tłuszczu, by stymulować produkcję żółci

<sup>3</sup> Intrahepatic Stones – A Clinical Study: Ann Surg. Luty 1972; 175(2):166-177.

i utrzymywać florę żółciową na zbalansowanym poziomie. Utrata wagi jest dobrze znaną, główną przyczyną kamieni wewnątrzwątrobowych.

Na Zachodzie jedzenia było znacznie więcej (oprócz czasów wojny), było hodowane ekologicznie, wolne od zanieczyszczeń i pestycydów i nieprzetworzone. Większość spożywanych pokarmów składała się z produktów wyhodowanych samodzielnie lub naturalnych produktów kupowanych od lokalnych rolników. Nie stosowano chemicznych konserwantów. Wraz z nadejściem fabryk żywności i pokarmów produkowanych w laboratoriach (obecnie ponad 44 000), kampanii masowego szczepienia, toksycznych kosmetyków, fluorowania wody, toksyn środowiskowych, smug chemicznych oraz konsumpcji leków farmakologicznych pełnych toksycznych składników, itd., ludzka wątroba zaczęła masowo produkować kamienie wewnątrzwątrobowe. Obecnie prawie niemożliwe jest, by ich nie wytwarzać, o ile nie wiesz, jak ich unikać. Jednak większość ludzi, łącznie z lekarzami, wciąż nie ma o nich pojęcia.

Jeśli zrozumiesz, w jaki sposób kamienie żółciowe w wątrobie przyczyniają się do występowania lub pogarszania się prawie każdego rodzaju choroby i podejmiesz proste kroki, by je usunąć, zaczniesz mieć kontrolę nad przywracaniem sobie zdrowia i witalności, permanentnie. Konsekwencje stosowania oczyszczania własnej wątroby (lub jeśli jesteś lekarzem, wątroby pacjenta) natychmiast przynoszą satysfakcję. Oczyszczona wątroba równa się nowe życie.

Jest wiele czynników, które mogą w ten lub inny sposób wpływać na twoje zdrowie, a większość z nich wpływa na wątrobę. Choć ważne jest zatroszczenie się o inne czynniki wywołujące chorobę, zaniedbanie wątroby byłoby niemądre i mogłoby sprawić, że wszelkie inne sposoby leczenia okazałyby się nieskuteczne.

Wątroba ma bezpośrednią kontrolę nad rozwojem i funkcjonowaniem każdej komórki w ciele. Każdego rodzaju wadliwe funkcjonowanie, niedobór lub anormalny wzorzec rozwoju są w dużej mierze spowodowane słabą wydajnością wątroby. Nawet jeśli traci ona do 60% początkowej wydolności, jej niezwykle projekt i zaradność wciąż pozwalają na *normalne* działanie, jak wskazuje *prawidłowy przedział* wartości krwi. Choć dla pacjenta i jego lekarza może to brzmieć niewiarygodnie, przesłedzenie pochodzenia większości chorób doprowadzi nas do wątroby. Pierwszy rozdział tej książki został poświęcony temu niezwykle ważnemu powiązaniu.

Wszystkie schorzenia lub objawy kiepskiego zdrowia spowodowane są jakiegoś rodzaju zastojem. Przykładowo, zablokowane naczynie włosowate nie jest w stanie dostarczać tlenu i substancji odżywczych do grupy komórek, które ma za zadanie odżywiać. Aby przetrwać, te komórki będą musiały wprowadzić konkretne środki przetrwania. Oczywiście, wiele dotkniętych tym komórek nie przeżyje *głodu* i po prostu obumrze. Jednakże inne, bardziej odporne komórki, dostosują się do tej niekorzystnej sytuacji dzięki procesowi mutacji komórek i nauczą się wykorzystywać uwięzione produkty przemiany materii, takie jak kwas mlekowy, by zaspokoić swoje zapotrzebowanie na energię. Te komórki można porównać do człowieka na pustyni, który z braku wody pije własny mocz, by przeżyć trochę dłużej, niż przeżyłby bez tego.

Mutacja komórek prowadząca do raka jest jedynie ostatnią próbą, jaką podejmuje ciało, by pomóc zapobiec śmierci z powodu przeładowania toksynami i uszkodzonej struktury organu. Choć to powszechna praktyka, przesadą jest nazywanie przewidywalnej reakcji organizmu na nagromadzenie toksycznych produktów przemiany materii i rozkładającego się materiału komórkowego *chorobą*. Niestety, ignorancja prawdziwej natury organizmu sprawiła, że wielu wierzy, iż ten determinowany instynktem mechanizm przetrwania jest *chorobą autoimmunologiczną*. Słowo „autoimmunologiczna” sugeruje, że organizm próbuje atakować sam siebie i praktycznie próbuje popełnić samobójstwo. Nie można bardziej się mylić. Oprócz innych powodów, guzy nowotworowe są skutkiem dużych zastoju w tkankach łącznych, ścianach naczyń krwionośnych i przewodów limfatycznych, które uniemożliwiają zdrowym komórkom otrzymywanie odpowiednich ilości tlenu i innych ważnych substancji odżywczych.

Wszystkie komórki rakowe są pozbawione tlenu. Aby rozpocząć leczenie i cofnąć lub naprawić uszkodzenia w dotkniętym chorobą narządzie, organizm wytwarza nowe naczynia krwionośne, by utrzymać komórki rakowe i zapobiec całkowitej niewydolności organu tak długo, jak to możliwe<sup>4</sup>.

Inne, bardziej oczywiste niedrożności w organizmie również mogą poważnie wpłynąć na twoje samopoczucie. Zaparcie w jelicie grubym, na przykład, uniemożliwia organizmowi wydalanie produktów przemiany materii znajdujących się w kale. Zatrzymanie masy kałowej w jelicie grubym prowadzi

<sup>4</sup> Aby zrozumieć, czym naprawdę jest rak i co go powoduje, przeczytaj moją książkę *Rak to nie choroba, a mechanizm uzdrawiania*.

do powstania toksycznego środowiska w całym przewodzie pokarmowym i, jeśli sytuacja nie zostanie rozwiązana, w reszcie ciała. Przewlekłe zaparcia mogą doprowadzić do tego, że będziesz czuł się nieszcześliwy, niespokojny lub przygnębiony.

Skupiska kryształów tworzących się w nerkach z minerałów pokarmowych mogą blokować przepływ moczu w nerkach i pęcherzu, co wywołuje infekcję nerek i niewydolność nerek. Nagromadzenie osadu z minerałów w układzie moczowym może również prowadzić do zatrzymania płynów, przybierania na wadze, wysokiego ciśnienia krwi i wielu objawów chorobowych.

Gdy kwasowe, toksyczne produkty gromadzą się w klatce piersiowej i płucach, ciało reaguje wydzielaniem śluzu, by zatrzymać te trujące substancje. W rezultacie drogi oddechowe zapychają się i organizmowi brak oddechu/powietrza. Jeśli organizm już jest zatkany i zanieczyszczony toksynami, skutkiem może być infekcja płuc.

Infekcje płuc pojawiają się, by pomóc zniszczyć i usunąć wszystkie uszkodzone lub słabe komórki płuc, które w przeciwnym wypadku zaczęłyby gnić i tworzyć ropę. Długotrwałe zapchanie uniemożliwia naturalne usuwanie uszkodzonych lub słabych komórek. Jeśli zapchanie nie zostanie oczyszczone naturalnymi środkami, takimi jak kaszel lub opróżnianie, ropa może zostać uwięziona w tkance płuc. Oczywiście roznoszące infekcję bakterie będą się mnożyć, by wspierać desperackie wysiłki organizmu, by oczyścić zapchany obszar, wypełniony rozkładającymi się komórkami i niepotrzebnymi resztkami. Lekarze nazywają ten mechanizm uzdrawiania *infekcją gronkowcową* lub zapaleniem płuc.

Problemy z powrotem do zdrowia i infekcje uszu mogą być skutkiem lepkiego śluzu pełnego toksyn i/lub martwych albo żywych bakterii wnikających do przewodów biegnących z gardła do uszu (trąbek Eustachiusza).

Podobnie gęstnienie krwi (sklejające się trombocyty), wywołane kwasotwórczymi pokarmami lub napojami, może ograniczać jej przepływ przez naczynia włosowate i tętnice, co prowadzi do licznych schorzeń, od prostego podrażnienia skóry, do artretyzmu, nadciśnienia, a nawet ataku serca i udaru.

Te lub podobne zatary w organizmie są bezpośrednio lub pośrednio związane z ograniczoną pracą wątroby – szczególnie z impasem spowodowanym przez kamienie żółciowe w wątrobie i woreczku żółciowym. Obecność kawałków stwardniałej żółci i innych uwięzionych organicznych lub nieorganicznych substancji w tych dwóch narządach znacznie zakłóca tak

ważne procesy, jak trawienie pokarmów, wydalanie i usuwanie szkodliwych substancji z krwi.

Dzięki odetkaniu dróg żółciowych wątroby i woreczka żółciowego 60 do 100 trylionów komórek ciała będzie w stanie *wdychać* więcej tlenu, otrzymywać wystarczające ilości składników odżywczych, skutecznie eliminować produkty przemiany materii i utrzymywać doskonałą komunikację między mózgiem, układem nerwowym, układem immunologicznym, układem endokrynnym a innymi częściami ciała.

Prawie każdy pacjent cierpiący z powodu przewlekłej choroby ma w wątrobie dużą ilość kamieni. Lekarz może to łatwo potwierdzić, jeśli zaleci przewlekle choremu pacjentowi przeprowadzenie oczyszczenia wątroby. Niestety, dopóki nie zostanie wykryta konkretna choroba wątroby, ten ważny organ rzadko uznawany jest za winnego innych chorób.

Większość kamieni żółciowych w wątrobie składa się z tych samych nieszkodliwych elementów, które można znaleźć w płynnej żółci, gdzie głównym składnikiem jest cholesterol. Wiele kamieni składa się z kwasów tłuszczowych i innego organicznego materiału, który wylądował w drogach żółciowych. Fakt, że większość tych kamieni to zakrzepnięte grudki żółci i innej materii pochodzenia organicznego, sprawia, że są one praktycznie niewidoczne dla promieni Roentgena, technologii ultradźwiękowych oraz tomografii komputerowej (TK).

Podczas gdy u populacji na zachodniej półkuli rzadko zdarzają się zwapnione kamienie w wątrobie, u azjatyckich populacji, takich jak Japończycy i Chińczycy, zdarzają się one częściej.

Sytuacja wygląda inaczej w przypadku woreczka żółciowego, w którym do 20% wszystkich kamieni może składać się w całości z minerałów, głównie soli wapnia, kryształków cholesterolu i pigmentów żółci. Podczas gdy testy diagnostyczne z łatwością wykrywają te twarde i prawdopodobnie duże kamienie w woreczku żółciowym, często przegapiają bardziej miękkie, niezwapnione kamienie w wątrobie.

Dopiero gdy nadmierne ilości kamieni cholesterolowych (85-95% cholesterolu) lub inne grudki tłuszczu zablokują drogi żółciowe wątroby, badanie USG może wykryć to, co ogólnie nazywa się *stłuszczeniem wątroby*. W takim przypadku obraz USG pokazuje wątrobę, która jest prawie całkowicie biała (zamiast czarnej). Stłuszczone wątroba może zgromadzić do 70 000 kamieni, zanim ulegnie uduszeniu i przestanie funkcjonować.

Jeśli miałbyś stłuszczonej wątrobę i poszedłbyś do lekarza, usłyszałbyś, że masz nadmiar tkanki tłuszczowej w wątrobie. Mniej prawdopodobne, że usłyszałbyś, iż masz *kamienie wewnątrzwątrobowe* (kamienie zatykające drogi żółciowe w wątrobie). Jak wspomniałem wcześniej, większości mniejszych kamieni w wątrobie nie da się wykryć za pomocą ultradźwięków i TK. Niemniej jednak dokładna analiza obrazów diagnostycznych przeprowadzona przez specjalistów pokazałaby, czy mniejsze przewody żółciowe w wątrobie rozszerzyły się przez zator.

Rozepchanie dróg żółciowych spowodowane przez większe i bardziej gęste kamienie lub przez skupiska kamieni łatwiej wykryć za pomocą badania rezonansem magnetycznym (RM). Jednak o ile nie ma przesłanek wskazujących na poważniejsze problemy z wątrobą, lekarze rzadko sprawdzają występowanie kamieni wewnątrzwątrobowych. Niestety, choć wątroba jest jednym z najważniejszych organów w ciele, jej zaburzenia są zbyt często niediagnostowane.

Nawet jeśli wczesne stadia stłuszczenia wątroby lub tworzenia się kamieni żółciowych w drogach żółciowych byłyby łatwo rozpoznawalne i diagnozowane, współczesne instytucje medyczne nie oferują leczenia, by ulżyć temu ważnemu organowi w ciężarze, który musi dźwigać.

Większość ludzi w rozwiniętym świecie zgromadziła w wątrobie setki, a w wielu przypadkach tysiące złogów stwardniałej żółci i tłuszczu. Te kamienie nieustannie blokują drogi żółciowe wątroby, co w ogromnym stopniu obciąża ten ważny organ i resztę organizmu.

Jeśli chodzi o skutki uboczne tych kamieni na działanie wątroby jako całości, ich skład nie ma większego znaczenia. Bez względu na to, czy ty lub twój lekarz uważacie je za zwykłe kamienie powstałe z minerałów, złogi tłuszczu czy czopy utwardzonej żółci, efektem końcowym jest to, że uniemożliwiają one niezbędnej ilości żółci dotarcie do jelit.

Ważnym pytaniem jest, jak taka prosta rzecz, jak zablokowany przepływ żółci, może spowodować tak złożone choroby, jak zastoinowa niewydolność serca, cukrzyca i rak.

Żółć jest gorzkim, zasadowym płynem żółtego, brązowego lub zielonego koloru. Pełni wiele funkcji. Każda z nich w dużym stopniu wpływa na zdrowie każdego organu i układu w ciele. Oprócz wspomagania trawienia tłuszczów, wapnia i białek, żółć potrzebna jest, by utrzymywać normalne poziomy tłuszczu we krwi, usuwać toksyny z wątroby, pomagać utrzymywać

właściwą równowagę kwasowo-zasadową w jelitach i powstrzymywać mnożenie się szkodliwych bakterii w jelicie grubym.

Żółć zapobiega rakowi i chorobom serca, dwóm głównym przyczynom śmierci – i prawdopodobnie je leczy! Waga żółci dla zachowania dobrego zdrowia nie jest jeszcze w pełni znana, przynajmniej nie przez medycynę głównego nurtu. Jednak piętrzą się dowody naukowe, które sugerują, że barwniki żółci, bilirubina i biliwerdyna, które nadają jej kolor, odgrywają niezwykle ważną rolę fizjologiczną u ludzi.

Według badania opublikowanego w 2008 roku w prestiżowym czasopiśmie medycznym *Mutation Research*, barwniki żółci mają silne właściwości przeciwmutagenne<sup>5</sup>. Badacze stwierdzili, że w przeszłości pigmenty żółci, a szczególnie bilirubina, uważane były za bezużyteczne produkty uboczne katabolizmu (rozpadu) hemu<sup>6</sup>, które mogą być toksyczne, gdy się nagromadzą. „Jednakże w ciągu ostatnich dwudziestu lat przeprowadzono wiele badań sprawdzających fizjologiczne znaczenie barwników żółci, a dowody sugerują, że barwniki żółci mają znaczące właściwości przeciwutleniające i przeciwmutagenne” – podsumowano w badaniu.

Lekarze mają tendencję do siania paniki, gdy kolor twojej skóry lub oczu robi się żółty (żółtaczka). Nie powiedzą ci, że w rzeczywistości twój organizm pozbywa się toksycznych rodników nadtlenkowych i wielu rodzajów mutagenów (policyklicznych węglowodorów aromatycznych, amin heterocyklicznych i utleniaczy), wszystkich substancji chemicznych, o których wiadomo, że zamieniają komórki w nowotworowe. Mówiąc inaczej, czasami ciało zdaje się sprawiać, że jesteś chory, abyś mógł naprawdę wyzdrowieć.

Uważam, że te odkrycia są jednymi z najważniejszych odkryć w dziedzinie medycyny; czymś, co większość starożytnych systemów medycyny (licząca sobie 6000 lat ajurweda) wiedziała od dawna. Żółć, o ile nie zostanie uwięziona przez kamienie w drogach żółciowych lub przez kamienie w woreczku żółciowym, może zapobiegać mutowaniu zdrowych komórek w komórki nowotworowe. Właściwie badania wykazały, że u ludzi z wyższym stężeniem bilirubiny i biliwerdyny w organizmie rzadziej występują nowotwory i schorzenia układu krążenia.

<sup>5</sup> *Mutation Research*, styczeń – luty 2008 r.; 658(1-2):28-41. E-wydanie – 18 maja 2007 r. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17602853>).

<sup>6</sup> Składnik hemoglobiny, czerwony pigment we krwi.



Według badań japońskich, zwiększony poziom barwników żółci podczas żółtaczk może rozwiązać utrzymującą się, trudną do kontrolowania astmę spowodowaną ostrym zapaleniem wątroby typu B<sup>7</sup>.

Naturalnie te i podobne badania nasuwają pytanie, czy to, co nauka medyczna uważa za choroby, może w rzeczywistości być złożonymi próbami przetrwania i wyzdrowienia organizmu. Podczas leczenia i osłabiania lekami farmaceutycznymi wysiłki organizmu w dążeniu do wyzdrowienia mogą zostać całkowicie przekreślone. Zamiast prowadzić lekową wojnę z ciałem, możemy równie dobrze je wspierać poprzez usuwanie niepotrzebnych nagromadzonych zatorów. Biorąc pod uwagę niezwykle ważną rolę, jaką żółć i jej składniki odgrywają w ciele, dbanie o jej nieograniczony, swobodny przepływ ma wielki sens.

Aby zachować silny i zdrowy układ trawienny, zapobiegać mutowaniu komórek, szkodom wyrządzonym przez utlenianie i dostarczać komórkom ciała odpowiedniej ilości składników odżywczych, wątroba musi wyprodukować prawie 0,95–1,4 litra żółci dziennie. Mniejsza jej ilość powoduje problemy z trawieniem jedzenia, wydalaniem produktów ubocznych przemiany materii i nieustannym oczyszczaniem krwi z toksyn. Wielu ludzi wytwarza jedynie szklankę żółci dziennie, a nawet mniej. Jak zobaczymy w tej książce, prawie wszystkie problemy zdrowotne są bezpośrednią lub pośrednią konsekwencją zmniejszonej dostępności żółci.

Ludzie z przewlekłymi chorobami często mają kilka tysięcy kamieni żółciowych zatykających drogi żółciowe wątroby. Niektóre kamienie mogą się również uformować w woreczku żółciowym. Dzięki usunięciu tych kamieni z organów poprzez serię oczyszczeń wątroby oraz utrzymywanie zrównoważonej diety i stylu życia wątroba i woreczek żółciowy mogą powrócić do początkowej wydajności, a większość objawów dyskomfortu lub choroby może zacząć ustępować. Możesz odkryć, że uporczywe alergie osłabną lub znikną. Ból pleców rozproszy się, a energia i samopoczucie zaczną się poprawiać.

Opróżnianie drogi żółciowej wątroby z kamieni jest jedną z najważniejszych i najpotężniejszych procedur, które możesz zastosować, by poprawić i odzyskać zdrowie.

Z tej książki nauczysz się, jak bezboleśnie usunąć do kilkuset kamieni. Rozmiar kamieni rozciąga się od wielkości łebka szpilki do małego orzecha włoskiego, a w niektórych rzadkich przypadkach – do piłki golfowej. Wła-

<sup>7</sup> Tohoku J., Exp. Med., marzec 2003 r.; 199(3):193-6.

ściwe oczyszczanie wątroby odbywa się w okresie krótszym niż 14 godzin i można je wygodnie wykonać podczas weekendu w domu.

Rozdział 1. szczegółowo wyjaśnia, dlaczego obecność kamieni żółciowych w drogach żółciowych, zarówno w wątrobie, jak i poza nią, można uznać za największe ryzyko zdrowotne, które może spowodować prawie każdą groźną i niegroźną chorobę.

W rozdziale 2. będziesz mógł zidentyfikować oznaki, znaki i objawy, które wskazują na obecność kamieni w wątrobie lub w woreczku żółciowym.

Rozdział 3. zajmuje się możliwymi przyczynami kamieni żółciowych.

W rozdziale 4. nauczysz się właściwej procedury pozbywania się kamieni z wątroby i woreczka. Zasadniczo składa się ona z trwającego 6 dni okresu przygotowania, podczas którego kamienie są zmiękczone, i z właściwej procedury oczyszczania, która obejmuje picie mikstury z oliwy z oliwek oraz soku cytrusowego.

Rozdział 5. zawiera wskazówki, co możesz zrobić, by zapobiec tworzeniu się nowych kamieni.

Rozdział 6., *Czego możesz się spodziewać po oczyszczeniu wątroby i woreczka żółciowego*, opisuje niektóre możliwe korzyści zdrowotne tego niezwyklego narzędzia samopomocy.

Rozdział 7. zajmuje się wieloma błędnymi przekonaniem, które laicy oraz lekarze wciąż żywią odnośnie do oczyszczania wątroby, oraz fałszywymi informacjami rozpowszechnianymi przez tych, którzy mają żywotny i finansowy interes w powstrzymaniu ludzi przed oczyszczeniem wątroby i aktywnym troszczeniem się o własne zdrowie.

Co więcej, możesz przeczytać, co inni mają do powiedzenia o swoich doświadczeniach z oczyszczeniem wątroby na mojej stronie [www.ener-chi.com](http://www.ener-chi.com), gdzie znajdziesz również listę najczęściej zadawanych pytań dotyczących oczyszczania wątroby.

Abyś jak najwięcej zyskał dzięki tej procedurze i abyś bezpiecznie ją przeprowadził, zachęcam cię do przeczytania całej książki przed przystąpieniem do oczyszczania.

Oprócz podania ci wszystkich informacji, których będziesz potrzebował, aby bezpiecznie i dokładnie oczyścić wątrobę i woreczek żółciowy oraz przywrócić zdrowie układowi trawiennemu, to nowe wydanie pełne jest niezbędnych informacji dotyczących dbania o wiele ważnych aspektów twojego zdrowia i samopoczucia.

Możesz zapytać: „Jak działa oczyszczanie wątroby i woreczka żółciowego?”. Proces jest właściwie dość prosty. Jego oczyszczający efekt wywołany jest przez przyjmowanie mikstury z oliwy, powodującej natychmiastowe i szybkie uwolnienie żółci z wątroby i woreczka żółciowego. Potok żółci zabiera ze sobą wszelkie toksyny, kamienie cholesterolowe z wątroby i zwapniane kamienie z woreczka żółciowego, jeśli takie występują. Zarówno wątroba, jak i woreczek żółciowy uwalniają toksyny i kamienie do wspólnych dróg żółciowych.

Procedura oczyszczania obejmuje również przyjęcie kilku dawek siarczanu magnezu (soli Epsom), który rozluźnia przewody żółciowe i rozszerza je podczas procesu uwalniania, a jednocześnie umożliwia swobodne przejście kamieni przez jelita<sup>8</sup>. Kamienie wnikają do dwunastnicy (pierwszej części jelita cienkiego), gdzie wspólne przewody żółciowe wątroby i woreczka żółciowego łączą się z przewodem trzustki. Stąd kamienie i toksyny wędrują do jelita grubego w celu wydalenia.

Ilustracja na okładce książki jest częścią serii naenergetyzowanych obrazów olejnych, znanych jako Sztuka Ener-Chi, które stworzyłem, aby pomóc przywrócić energię siły życiowej (chi) we wszystkich organach i układach ciała. Fotografia tego konkretnego obrazu pomaga przywrócić dopływ chi do wątroby i woreczka żółciowego.

Niestety, cyfrowe wydruki, takie jak ten przedstawiony na okładce książki, nie mają takiego samego wpływu, choć dają pewne korzyści. (Aby zamówić fotografie, zobacz *Inne książki i produkty Andreasa Moritza*). Patrzenie na ten obraz przez przynajmniej 30 sekund albo jeszcze dłużej – przed oczyszczeniem, czasami w jego trakcie – energetyzuje te dwa organy i może pomóc ci w procesie oczyszczania i odmładzania ich. Jednakże obraz nie jest niezbędny, by osiągnąć wspaniałe rezultaty.

Życzę ci ogromnych sukcesów w twojej podróży do osiągnięcia nieustannego stanu zdrowia, szczęścia i witalności, na który zasługujesz!

---

<sup>8</sup> An Analysis of the Reaction of the Human Gall Bladder and Sphincter of Oddi to Magnesium Sulfate. *Surgery* 1943; 13:723-733. Ten wpływ wykazano również w badaniu opublikowanym w *American Journal of Digestive Diseases*; w tomie 9, nr 5, 162-165, DOI: 10.1007/BF02997291.

## Skąd mam wiedzieć, że mam kamienie żółciowe?

**P**odczas moich badań na tysiącach pacjentów, cierpiących na prawie każdy rodzaj choroby, łącznie z chorobami śmiertelnymi, odkryłem, że każdy człowiek ma dużą liczbę kamieni żółciowych w wątrobie, a w wielu przypadkach – również w pęcherzyku żółciowym. Gdy ci ludzie pozbyli się kamieni dzięki oczyszczeniu wątroby i woreczka żółciowego i gdy podjęli pewne środki wspomagające zdrowie, wyzdrowieli z chorób, które opierały się zarówno konwencjonalnym, jak i alternatywnym metodom leczenia. Choć sama ta metoda nie ma w sobie nic, co leczy konkretną chorobę, to tworzy warunki wstępne, by ciało mogło samo się uzdrowić, bez względu na to, jaka to choroba.

Poniżej znajduje się opis najpopularniejszych znaków wskazujących na obecność kamieni w wątrobie i woreczku żółciowym. Jeśli masz którykolwiek z nich, najprawdopodobniej oczyszczenie wątroby i woreczka żółciowego przyniesie ci ogromne korzyści.

Dzięki mojej praktyce odkryłem, że te wskazówki są bardzo dokładne. Jeśli nie jesteś pewien, czy masz kamienie czy nie, oczyszczenie wątroby mimo wszystko może być bardzo dobre, ponieważ znacznie poprawi twoje zdrowie.

Jest takie stare powiedzenie: „Okaze się w praktyce”. Jedynym sposobem, by sprawdzić, czy masz kamienie czy nie, jest przeprowadzenie oczyszczenia wątroby i woreczka żółciowego. Odkryjesz, że gdy usuniesz kamienie – które możesz mieć – objawy choroby zaczną stopniowo znikać, a zdrowie powróci do normalności.

Jednak w tym momencie muszę wspomnieć, że oczyszczanie wątroby i woreczka żółciowego nie jest panaceum na wszystkie dolegliwości. Istnieją inne

przyczyny słabego zdrowia, takie jak nieodpowiednie odżywianie, niezdrowe nawyki związane ze snem, brak regularnej ekspozycji na słońce w celu uzyskania witaminy D, itd. Choć większość tych innych przyczyn prowadzi do tworzenia się kamieni w wątrobie, nimi trzeba zająć się oddzielnie, w przeciwnym wypadku oczyszczanie wątroby zadziała tylko jak plaster i nie poprawi znacząco twojego zdrowia. (Poruszyłem te tematy w rozdziałach 3. i 5.).

## Objawy i oznaki

### Skóra

Główną funkcją skóry jest ciągle dostosowywanie naszego wewnętrznego organizmu do nieustannie zmieniającego się środowiska zewnętrznego, co obejmuje temperaturę, wilgotność, suchość i światło. Dodatkowo skóra pokrywa ciało, by chronić nas przed urazami, drobnoustrojami i innymi szkodliwymi czynnikami. Oprócz radzenia sobie z tymi zewnętrznymi wpływami, skóra również monitoruje wewnętrzne zmiany zachodzące w ciele i przystosowuje się do nich.

Skóra odzwierciedla stan narządów i płynów w ciele, łącznie z krwią i limfą. Wszelkie długotrwałe anormalne funkcjonowanie organizmu nieuchronnie wpłynie na zdrowie krwi i limfy, a także uwidoczni się na skórze, w formie krost, przebarwień i jako zmiana stanu, taka jak suchość, tłustość, zmarszczki, linie, itd.

Prawie wszystkie zaburzenia skórne spowodowane są brakiem równowagi w wątrobie. Obecność kamieni prowadzi do zaburzeń krążenia, co ogranicza docieranie substancji odżywczych do skóry i usuwanie z niej produktów przemiany materii oraz uniemożliwia zdrowy rozwój i normalny cykl wymiany komórek skóry. Poniższe zmiany skórne szczególnie wskazują na obecność kamieni w wątrobie i woreczku żółciowym:

- **Wągry i małe lub duże brązowe plamy** w kolorze piegów lub pieprzyków. Zwykle pojawiają się na prawej lub lewej stronie czoła, pomiędzy brwiami lub pod oczami. Mogą również pojawić się tuż nad prawym barkiem lub pomiędzy łopatkami. Najbardziej widoczne są tzw. *plamy wątrobowe* na wierzchach dłoni i przedramionach, często występujące u ludzi w średnim wieku i starszych.

Jeśli kamienie, które zostaną nagle wydalone przez wątrobę lub woreczek żółciowy, utkną w okrężnicy, takie plamy mogą również pojawić się w miejscu, gdzie kciuk łączy się z palcem wskazującym. Te plamy wątrobowe zwykle zaczynają blaknąć, gdy większość kamieni zostanie usunięta z wątroby, pęcherzyka żółciowego i okrężnicy.

Plamy wątrobowe i ciemne krosty najczęściej pojawiają się u ludzi, których skóra jest bardzo cienka (typy ciała Vata i Pitta<sup>70</sup>) i których przewody wątroby są zatkane. To może wtłaczać żółć do krwiobiegu i sprawiać, że gromadzi się ona w pewnych obszarach tkanki łącznej pod skórą. Z czasem nieustannie rosnące ilości żółci dostają się do wierzchniej warstwy skóry.

Cofająca się żółć zawiera toksyny, które mogą powodować zbieranie się wokół nich pigmentu skóry, melaniny, która pomaga je neutralizować, by w ten sposób chronić skórę przed uszkodzeniem. Zebrana mieszanina powoduje wystąpienie ciemnych plam. Pigmenty żółci również przyczyniają się do przebarwień skóry. W ekstremalnych przypadkach cała cera i oczy robią się żółte (żółtaczką). Szarzenie i ciemnienie skóry wskazuje na to, że wątroba ma bardzo małą zdolność usuwania toksyn z krwi.

Większość ludzi zakłada, że plamy wątrobowe spowodowane są uszkodzeniem przez słońce i *normalnym* starzeniem. To mit. Plamy wątrobowe, jak sugeruje ich nazwa, pochodzą z wątroby. Ekspozycja na słońce tylko wydobywa na powierzchnię skóry wszelkie istniejące pokłady toksycznych produktów, połączonych z pigmentami żółci i z melaniną. W rzeczywistości usuwanie tych pokładów z niżej położonych tkanek łącznych na powierzchnię skóry jest znacznie zdrowsze dla ciała. A ekspozycja na słońce to umożliwia.

- **Pionowe zmarszczki między brwiami:** może to być jedna głęboka linia w tym obszarze lub dwie, czasami trzy. Głębokie linie lub zmarszczki, które *nie* są częścią naturalnego procesu starzenia, wskazują na nagromadzenie wielu kamieni w wątrobie. Pokazują one również, że wątroba jest powiększona i stwardniała. Im głębsze i dłuższe zmarszczki, tym dalej posunęło się pogorszenie funkcji wątroby. Cienkie linie, które w tym

<sup>70</sup> Są to dwa z trzech głównych ajurwedyjskich typów ciała, które szczegółowo omówiłem w mojej książce *Ponadczasowe tajemnice zdrowia i odmładzania*. Typ Kapha ma najgrubszą skórę ze wszystkich i rzadko pojawiają się u niego jakiegokolwiek krosty.

miejscu pojawiają się po 60. roku życia, najprawdopodobniej nie mają związku z problemami z wątrobą, a spowodowane są utratą elastyczności skóry.

Głęboka linia blisko prawej brwi wskazuje również na zator w śledzionie i jej powiększenie. Śledziona może mieć trudności ze skutecznym usuwaniem anormalnych martwych krwinek z krwi, a także swoich własnych produktów przemiany materii.

Co więcej, głębokie pionowe linie wskazują na tłumioną frustrację i złość. Złość pojawia się wtedy, gdy kamienie uniemożliwiają prawidłowy przepływ żółci. Naturą żółci jest to, że zatrzymuje toksyny – toksyny, które wątroba próbuje wydalic z żółcią. Część toksycznej żółci cofa się do krwi, przez co tworzy emocjonalne poruszenie, które skutkuje złością. I odwrotnie, złość może uruchomić tworzenie się kamieni. Złość jest silną emocją, o której od dawna wiadomo, że zakłóca florę żółciową (populację bakterii w żółci) i zmienia naturalną równowagę pomiędzy składnikami żółci.

Jeśli zmarszczkom towarzyszą białe lub żółte plamy, w wątrobie może rozwijać się torbiel lub guz. Pryszcze lub rośnięcie włosów pomiędzy brwiami, ze zmarszczkami czy bez, wskazują na to, że wątroba, woreczek żółciowy i śledziona utraciły część swojej zdolności usuwania resztek komórkowych i produktów przemiany materii.

- **Poziome zmarszczki linie na grzbiecie nosa:** są one oznaką zaburzeń funkcjonowania trzustki, spowodowanych obecnością kamieni w wątrobie. Jeśli linia jest głęboka i wyraźna, może mieć miejsce zapalenie trzustki lub cukrzyca.
- **Zielony lub ciemny kolor w okolicy skroniowej z boku głowy:** wskazuje na niedoczynność wątroby, woreczka żółciowego, trzustki i śledziona ze względu na obecność kamieni, zarówno w wątrobie, jak i w woreczku żółciowym. Może temu towarzyszyć zielony lub niebieski kolor po bokach nasady nosa, co szczególnie wskazuje na zaburzone funkcjonowanie śledziona.
- **Tłusta skóra w okolicy czoła:** odzwierciedla słabą wydolność wątroby, spowodowaną obecnością kamieni żółciowych. To samo dotyczy nadmiernego pocenia się w tej okolicy głowy. Żółte zabarwienie skóry twarzy wskazuje na zaburzenia funkcjonowania żółci w wątrobie i woreczku żółciowym oraz na osłabienie trzustki, nerek i narządów wydalniczych.

- **Utrata włosów w środkowej części głowy:** wskazuje na to, że wątroba, serce, jelito cienkie, trzustka i narządy rozrodcze są coraz bardziej zatkane i obciążone przez toksyczne produkty przemiany materii. Wskazuje również na tendencję do chorób krążenia, przewlekłych problemów trawiennych i tworzenia się torbieli oraz guzów. Wczesne siwienie włosów (przed 40. rokiem życia) wskazuje na niedoczynność wątroby i pęcherzyka żółciowego.

## Nos

- **Twardnienie i grubienie tkanki na czubku nosa:** wskazuje na przewlekłe osłabienie wątroby, będące skutkiem twardnienia tętnic i nagromadzenia tłuszczu wokół serca, wątroby, śledziony, nerek i gruczołu prostaty. Jeśli powiększenie jest znaczne, a naczynia krwionośne widoczne, istnieje zagrożenie atakiem serca lub udarem.
- **Nos jest nieustannie czerwony:** ta dolegliwość wskazuje na anormalny stan serca, z tendencją do nadciśnienia. Fioletowy nos wskazuje na niskie ciśnienie krwi. Obie dolegliwości są w dużej mierze spowodowane zaburzeniem równowagi funkcji wątroby, funkcji trawiennych i funkcji nerek. Główną przyczyną jest dieta bogata w białko.
- **Rozszczep nosa lub wgłębienie na jego czubku:** to wskazuje na nieregularne bicie serca i szmery w sercu. Jeśli jedna połowa rozszczepionego nosa jest większa niż druga, wskazuje to na to, że jedna część serca jest nienormalnie powiększona. Tej dolegliwości mogą towarzyszyć arytmia i ataki paniki. Może też występować ostra niedrożność limfatyczna, spowodowana zaburzeniami trawiennymi, takimi jak zaparcia, zapalenie okrężnicy, wrzody żołądka, itp. Funkcje wątroby są osłabione, ponieważ duże ilości kamieni żółciowych odcinają dopływ krwi do komórek wątroby. Wydzielanie żółci jest zbyt małe. (Uwaga: osobiście widziałem, jak rozczepienie nosa znika po oczyszczeniu wątroby).
- **Nos jest wygięty w lewą stronę:** o ile nie jest to konsekwencja wypadku, ten asymetryczny kształt nosa wskazuje na to, że organy po prawej stronie ciała są niewydolne; dotyczy to wątroby, pęcherzyka żółciowego, prawej nerki, okrężnicy wstępującej, prawego jajnika lub jądra i prawej strony mózgu. Główną przyczyną tej dolegliwości jest nagromadzenie kamieni w wątrobie i woreczku żółciowym. Nos prawdopodobnie powróci na środek, gdy kamienie zostaną usunięte.



## Oczy

- **Kolor skóry pod oczami jest żółtawy:** wskazuje to na nadczynność wątroby i pęcherzyka żółciowego. Ciemny, a nawet czarny kolor w tym samym obszarze jest skutkiem nadmiernego obciążenia nerek, pęcherza i organów rozrodczych przez przedłużające się zaburzenia układu trawiennego. Szare, blade kolory występują wtedy, gdy nerki, i czasami płuca, źle funkcjonują z powodu niewłaściwego odprowadzania limfy z tych organów. Może to również dotyczyć problemów z układem hormonalnym.
- **Wypełnione wodą worki pod dolnymi powiekami:** tworzą się one na skutek niedrożności w narządach trawiennych i wydalniczych, co jest rezultatem nieodpowiedniego odprowadzania limfy z obszaru głowy. Jeśli te worki utrzymują się i zawierają tłuszcz, wskazują na obecność stanu zapalnego, torbieli i prawdopodobnie guzów w pęcherzu, jajnikach, jajowodach, macicy lub prostaty.
- **Biały nalot pokrywa źrenicę oka:** nalot składa się głównie ze śluzu i zdegenerowanych cząsteczek białek. Wskazuje on na rozwój katarakty, spowodowany długotrwałym słabym funkcjonowaniem wątroby i słabym trawieniem.
- **Utrzymujące się zaczerwienienie białek oczu:** tę dolegliwość powoduje zgrubienie naczyń włosowatych, co wskazuje na zaburzenia funkcji krążenia i oddychania. Białe i żółte drobinki śluzu w białku oka pokazują, że organizm gromadzi nienormalne ilości substancji tłuszczowych, ponieważ wątroba i pęcherzyk żółciowy zgromadziły duże ilości kamieni. Gdy to ma miejsce, organizm ma tendencję do wytwarzania torbieli i łagodnych, jak i złośliwych guzów nowotworowych.
- **Przebarwienia wokół zewnętrznych obszarów tęczówki oka, szczególnie w dolnych częściach:** ten biały kolor, który pokrywa prawdziwy kolor tęczówki, wskazuje na nagromadzenie dużych ilości cholesterolu w pewnych częściach układu krwionośnego. Układ limfatyczny także ma problem z niedrożnością i zatrzymaniem tłuszczu. (Uwaga: Jeśli chcesz zrozumieć, jakie strukturalne i związane z kolorem zmiany w tęczówce wiążą się z anomaliami w różnych częściach ciała, polecam zgłębienie nauki o interpretacji oka, znanej również jako irydologia).
- **Oczy straciły swój naturalny blask:** to sygnał, że zarówno wątroba, jak i nerki są zatkane i nie są w stanie właściwie filtrować krwi. *Skazona* krew, pełna toksyn i nadmiaru produktów przemiany materii, jest

cięższa i płynie wolniej niż czysta krew. Zagęszczona krew spowalnia krążenie i ogranicza dostawy tlenu i substancji odżywczych do komórek i narządów, łącznie z oczami. Jeśli ta dolegliwość się utrzymuje, coraz większa liczba komórek będzie słabnąć, szybciej się starzeć i obumierać.

- Komórki oka i mózgu są szczególnie poszkodowane, ponieważ krew, by do nich dotrzeć, musi płynąć wbrew grawitacji. Większość problemów ze wzrokiem to bezpośredni lub pośredni skutek ograniczonej zdolności oczyszczania krwi przez wątrobę i nerki. Czysta i bogata w substancje odżywcze krew ze zdrowej, wydajnej wątroby, może płynąć swobodnie i lepiej odżywiać tkanki oka, dzięki temu rozwiąże się większość problemów z oczami.

## Język, usta, wargi i zęby

- **Język pokryty jest żółtym lub białym nalotem, szczególnie z tyłu:** wskazuje to na brak równowagi w wydzielaniu żółci, co jest główną przyczyną zaburzeń trawienia. Toksyczne resztki niestrawionego i sfermentowanego lub rozłożonego pokarmu zalegają w jelitach. To blokuje przepływ limfy w przewodzie piersiowym i uniemożliwia rozkład i usunięcie toksyn i drobnoustrojów z gardła i ust. Szczególnie fermentujące bakterie, takie jak bielnik biały, mnożą się i rozprzestrzeniają w pokrytych nalotem warstwach wydalin na powierzchni języka. Może temu towarzyszyć również uczucie pieczenia i nadwrażliwość.
- **Odbicia zębów na bokach języka, często towarzyszy temu wydzielanie białego śluzu:** wskazuje to na słabe trawienie i nieodpowiednie wchłanianie substancji odżywczych z jelita cienkiego.
- **Krosty na języku:** wskazują na upośledzenie flory jelitowej i nadmiar fermentującego i rozkładającego się pokarmu, zarówno w jelicie cienkim, jak i grubym. Pęknięcia na języku są oznakami długotrwałych problemów jelitowych. Gdy jedzenie nie miesza się z odpowiednią ilością żółci, pozostaje częściowo niestrawione. Niestrawione pokarmy ulegają rozkładowi przez bakterie, przez co stają się źródłem toksyczności. Stała ekspozycja ścian jelita na toksyny wytwarzane przez te bakterie drażni i powoduje urazy. Będące tego skutkiem zmiany, blizny i stwardnienia ściany jelita odzwierciedlają się jako pęknięcia na języku. Śluz na języku może wydzielać się w małej ilości lub wcale.

- **Powtarzające się wydzielanie śluzu do gardła i ust:** Zator w jelitach może sprawiać, że żółć, toksyny i bakterie będą cofać się do żołądka, drażnić jego ochronną wyściółkę i uruchamiać wydzielanie zbyt dużych ilości śluzu. Część tego lepkiego materiału może dotrzeć do ust. Tam może on wywołać gorzki smak i powodować częste próby oczyszczania gardła, co czasami obejmuje kaszel. Wydzielanie śluzu bez gorzkiego smaku ma miejsce wtedy, gdy jedzenie nie jest prawidłowo trawione i wytwarzają się toksyny. Śluz pomaga otoczyć i zneutralizować część tych toksyn, ale jako skutek uboczny może wywoływać zator w klatce piersiowej, gardle, zatokach i uszach; i prawdopodobnie infekcje.
- **Nieprzyjemny oddech i częste odbijanie się:** obie te dolegliwości wskazują na obecność niestrawionego, fermentującego lub rozkładającego się pokarmu w przewodzie pokarmowym. Bakterie oddziałujące na produkty przemiany materii produkują gazy, czasami bardzo toksyczne, stąd brzydki zapach oddechu. Pewną rolę mogą tu odgrywać przewlekły zator w górnej części układu oddechowego i zepsute zęby.
- **Strupki w kącikach ust:** to wskazuje na obecność wrzodów dwunastnicy, spowodowanych regurgitacją żółci do żołądka lub innymi wymienionymi wcześniej czynnikami. Wrzody w różnych częściach ust lub na języku są oznaką, że w odpowiadających im częściach układu pokarmowego występuje stan zapalny lub owrzodzenie. Na przykład wrzód na zewnątrz dolnej wargi wskazuje na obecność zmian wrzodowych w jelicie grubym. Opryszczka (zimno) na ustach odpowiada poważniejszemu stanowi zapalnemu i owrzodzeniu ściany jelita.
- **Ciemne punkty lub plamy na ustach:** te znamiona występują wtedy, gdy na skutek niedrożności wątroby, pęcherzyka żółciowego i nerek nastąpiło spowolnienie i zastój krążenia krwi i odprowadzania limfy w organizmie. Być może występuje zaawansowane nietypowe obkurczenie naczyń włosowatych. Jeśli kolor ust jest czerwony (ciemny) lub fioletowy, wskazuje to na osłabienie funkcji serca, płuc lub funkcji oddechowych.
- **Spuchnięte lub powiększone usta:** ta dolegliwość wskazuje na zaburzenia jelitowe. Jeśli spuchnięta jest dolna warga, w okrężnicy nastąpiło zaparcie, biegunka lub obie dolegliwości naprzemiennie. W wyniku nieprawidłowego trawienia pokarmów tworzą się toksyczne gazy, co

powoduje wzdęcia i dyskomfort w okolicach brzucha. Spuchnięta lub powiększona górna warga wskazuje na problemy żołądkowe, łącznie z niestrawnością, której często towarzyszy zgaga.

- **Mocno zaciśnięte usta** pokazują, że człowiek cierpi z powodu zaburzeń wątroby, pęcherzyka żółciowego i prawdopodobnie nerek. Jeśli dolna warga jest sucha, łuszczy się i łatwo pęka, być może powodem są przewlekłe zaparcia lub biegunka, z występującą w okężnicy dużą ilością toksycznych kwasów.
- **Spuchnięte, nadwrażliwe lub krwawiące dziąsła:** te symptomy wstępują wtedy, gdy na skutek zastoj limfy w jelitach jej odprowadzanie z okolicy ust jest nieskuteczne. Krew wyrzuca nadmiar kwaśnych produktów przemiany materii, których wątroba nie jest w stanie usunąć, do tkanek, łącznie z dziąsłami.
- **Stan zapalny głęboko w gardle,** z obrzękiem migdałków lub bez niego, również wywoływany jest przez zastój limfy. Zapalenie migdałków, które często występuje u dzieci, jest oznaką stałego zatrzymania toksyn zawartych w limfie i cofania się produktów przemiany materii z przewodu pokarmowego do migdałków. Migdałki są ważnymi filtrami krwi, które chronią mózg i narządy zmysłów. Cukier i śmieciowe jedzenie znacznie zwiększają ryzyko zapalenia migdałków.
- **Problemy z zębami** są generalnie spowodowane przez brak równowagi w odżywianiu. Słabe trawienie i nadmierna konsumpcja przetworzonych, oczyszczanych i zakwaszających pokarmów, takich jak cukier, czekolada, mięso, ser, kawa, napoje gazowane, itd. pozbawiają ciało minerałów i witamin. Dorośli zwykle mają 32 zęby. Każdy ząb odpowiada jednemu kręgowi kręgosłupa, a każdy krąg powiązany jest z dużym organem lub gruczołem. Jeśli psuje się którykolwiek z czterech kłów, wskazuje to na obecność kamieni w wątrobie i pęcherzyku żółciowym. Żółte zabarwienie zębów, a w szczególności kłów, wskazuje na obecność toksyn w narządach położonych w środkowej części brzucha, to jest w wątrobie, woreczku żółciowym, żołądku, trzustce i śledzionie.

Bakterie *nie* powodują próchnicy, one jedynie atakują tkankę zębów, która ma bardzo nie zrównoważony stosunek kwasowo/zasadowy i zawiera duże ilości toksyn. Dużą rolę w ochronie zębów odgrywa również prawidłowe wydzielanie śliny. Naprawdę zdrowe zęby wytrzymują całe życie, przyczynia się do tego zdrowy układ trawienny oraz zrównowa-

zona dieta wegetariańska. Przykładowo, ja w wieku 58 lat wciąż mam wszystkie moje zęby, łącznie zębami mądrości, zdrowe – mam tylko jedno wypełnienie, i to dlatego, że ukruszyłem ząb na kamyku w daniu z fasoli. Nie mam też kamienia nazębnego i nigdy nie oczyszczałem z niego zębów.

## Dłonie, paznokcie i stopy

- **Biała, tłusta skóra na opuszkach** jest oznaką dysfunkcji układu trawiennego i limfatycznego. Dodatkowo wątroba i nerki mogą tworzyć torbiele i guzy. Może występować nadmierne wydzielanie tłuszczu, widoczne jako tłustość skóry, szczególnie na czole.
- **Ciemnoczerwone paznokcie** wskazują na zbyt wysoką zawartość cholesterolu, kwasów tłuszczowych i minerałów we krwi. Wątroba, pęcherzyk żółciowy i śledziona są zatkane i niewydolne, a wszystkie funkcje wydalnicze są nadmiernie obciążone przez produkty uboczne przemiany materii.
- **Białawe paznokcie** wskazują na nagromadzenie tłuszczu i śluzu w sercu, wątrobie, trzustce, prostatie lub jajnikach i wokół tych narządów. Tej dolegliwości towarzyszy słabe krążenie krwi i niski poziom hemoglobiny (anemia).
- **Pionowe linie na paznokciach** ogólnie wskazują na słabe wchłanianie pokarmu i na zakłócenia ważnych funkcji trawiennych oraz funkcji wątroby i nerek. Może występować ogólne zmęczenie. Wyraźne pionowe linie na kciukach, prawdopodobnie z rozwarstwionymi końcówkami, wskazują na to, że jądra i prostata lub jajniki człowieka nie funkcjonują właściwie. Jest to spowodowane niewydolnością układu trawiennego i krążenia.
- **Poziome wgłębienia na paznokciach** wskazują na nietypowe lub drastyczne zmiany w nawykach żywieniowych. Zmiany te mogą oznaczać, że nastąpiła korekcja istniejącego braku równowagi lub że powstał nowy.
- **Białe kropki na paznokciach** pojawiają się wtedy, gdy ciało wydała duże ilości wapnia i/lub cynku w reakcji na nadmierną konsumpcję cukru lub pokarmów i napojów zawierających cukier. Cukier ma właściwości zakwaszające i wypłukuje te minerały z kości i zębów. Spożywanie zbyt dużych ilości owoców i picie soków owocowych może mieć ten sam wpływ.
- **Twarde zgrubienie na kłębie palucha:** ta dolegliwość wskazuje na postępujące zgrubienie narządów znajdujących się na środku ciała, łącznie

z wątrobą, żołądkiem, trzustką i śledzioną. Wskazuje też na nagromadzenie licznych kamieni w wątrobie i pęcherzyku żółciowym.

- **Żółty kolor stóp** wskazuje na nagromadzenie wielu kamieni w wątrobie i pęcherzyku żółciowym. Jeśli kolor którejkolwiek części stopy jest zielony, to funkcje śledziony i limfy są poważnie zakłócone. Może to prowadzić do powstawania torbieli oraz łagodnych i złośliwych nowotworów.
- **Stwardnienie opuszki czwartego palca stopy lub zgrubienie w obszarze pod czwartym palcem** wskazuje, że funkcje pęcherzyka żółciowego są zaburzone. Ogólna sztywność i wygięcie palców wskazują na długą historię kamieni w woreczku żółciowym i wątrobie.
- **Zakrzywienie pierwszego palca:** jeśli duży paluch zakrzywia się do środka, w kierunku drugiego palca, wskazuje to na to, że funkcje wątroby są osłabione z powodu obecności kamieni w przewodach żółciowych wątroby. Jednocześnie śledziony i funkcje limfatyczne są nadaktywne, a to z powodu nagromadzenia toksycznych resztek niedokładnie stawianych pokarmów, produktów ubocznych przemiany materii i resztek komórkowych.
- **Białe zabarwienie i chropowatość czwartego i piątego paznokcia stopy** wskazują na słabą wydolność wątroby i woreczka żółciowego oraz nerek i pęcherza moczowego.

## Skład masy kałowej

- **Stolec lub masa kałowa wydzielają ostry, kwaśny lub przenikliwy zapach:** to wskazuje, że pokarm nie jest trawiony prawidłowo lub że konsumowane pokarmy nie są właściwe dla organizmu. Sfermentowane i rozkładające się jedzenie oraz obecność dużej ilości *nieprzyjaznych* bakterii w kale powodują powstawanie nieprzyjemnego zapachu i lepkiej konsystencji kału.
- Normalny kał pokryty jest cienką warstwą śluzu, który zapobiega zanieczyszczeniu odbytu. Potrzeba używania papieru toaletowego wskazuje na nieskuteczne działanie układu trawiennego. Tak jak zdrowe zwierzęta na wolności, tak i zdrowi ludzie nie mają potrzeby używania papieru po wydalaniu.
- **Suchy i twardy stolec** wskazuje na zaparcie, głównie z powodu niewłaściwego wydzielania żółci przez wątrobę i woreczek żółciowy; podobnie

jest w przypadku lepkiego stolca. Biegunka jest jeszcze jedną oznaką słabej wydolności układu trawiennego, a szczególnie wątroby.

- **Kał jest bladobiały lub w kolorze gliny:** to jeszcze jedna oznaka, że wątroba słabo funkcjonuje i nie wydziela wystarczającej ilości żółci. (Pigmenty żółci w żółci nadają kałowi jego naturalny brązowy kolor).
- **Kał unoszący się na powierzchni wody** zawiera duże ilości niestrawionych tłuszczów, co czyni go lżejszym niż woda. W przypadku braku żółci, pokarmy zawierające tłuszcz, olej i białka (które normalnie zawierają tłuszcz), stają się niestrawne i są wydalane z kałem. Ta dolegliwość nazywana jest biegunką tłuszczową.
- **Biegunka tłuszczowa**, którą można również rozpoznać po pienistym, cuchnącym stolcu, może prowadzić do złego wchłaniania niezbędnych kwasów tłuszczowych i witamin rozpuszczalnych w tłuszczach. Niestrawione tłuszcze w jelicie grubym jełczeją, co powoduje toksyczność i wywołuje poważne uszkodzenia ściany jelita.

## Wnioski

---

Jest znacznie więcej objawów i oznak wskazujących na obecność kamieni w wątrobie i woreczku żółciowym, niż te przedstawione powyżej. Na przykład ból w prawym barku, łokieć tenisisty, zablokowany bark, drętwienie w nogach i rwa kulszowa mogą nie mieć oczywistego związku z kamieniami w wątrobie. Jednak gdy kamienie zostaną usunięte, te dolegliwości zwykle znikają.

Organizm jest wzajemnie powiązaną siecią informacji i komunikacji, i każda część wpływa i komunikuje się z inną częścią. Pozornie nic nieznamienne na skórze, w oczach lub na palcach mogą być zapowiedziami poważnych problemów zdrowotnych. Gdy je rozpoznasz i oczyścisz wątrobę oraz pęcherzyk żółciowy, a jednocześnie zastosujesz zdrową dietę i styl życia, zobaczysz znaki, że dobre samopoczucie i witalność zaczynają powracać. Aby zapobiec chorobie i cieszyć się trwale dobrym zdrowiem, trzeba przede wszystkim zrozumieć, co tak naprawdę powoduje powstawanie kamieni.



**Andreas Moritz** to jeden z czołowych ekspertów w dziedzinie medycyny naturalnej na świecie i autor międzynarodowych bestsellerów. Przez ponad 30 lat nauczał zasad ajurwedy, jogi, medytacji i zdrowego odżywiania. Zgłębił również metody irydologii, shiatsu i terapii fal. Dzięki holistycznemu podejściu do uzdrawiania pomógł w osiągnięciu zdrowia wielu osobom w końcowych stadiach chorób, w przypadku których

konwencjonalne metody leczenia okazały się nieskuteczne.

Kamienie żółciowe są odpowiedzialne za powstawanie wielu poważnych chorób. Zanim rozwiną się w pełnoobjawowe schorzenie, dają wiele oznak w zmianach wyglądu skóry, nosa, oczu, jamy ustnej, dłoni, paznokci oraz stóp. Tymczasem każdy może nie tylko samodzielnie się zdiagnozować, ale również wyeliminować to zagrożenie z własnego organizmu w domowym zaciszu.

Jak to zrobić? Odpowiedź znajdziesz w tym międzynarodowym bestsellerze. W znacznie rozszerzonej wersji swojego największego dzieła, Autor ujawnia prawdziwe skutki obecności kamieni żółciowych powodujących zatory w wątrobie. Poza zapewnieniem praktycznych procedur oczyszczania wątroby, pęcherzyka żółciowego, nerek i jelit, wyjaśnia genezę chorób oraz sposoby zapobiegania im i cofania skutków.

**Nie ryzykuj – oczyść wątrobę już dziś!**

Patroni:



naturoterapia  
w praktyce



Wellnessday.eu  
kobiety portal zdrowego stylu życia

FOODFORUM

Cena: 69,60 zł

ISBN: 978-83-65846-52-5



9 788365 846525

