

# PODOBNO NIC NIE POMAGA NA WSZYSTKO



## A JEDNAK...

czytaj więcej na stronie 22

# Organizm bez toksyn

**Z**yje w wielkim mieście trudno zachować dobrą formę. Codziennie wdychamy zanieczyszczone spalinami powietrze, przebywamy w pomieszczeniach pełnych dymu tytoniowego lub, co gorsza, sami palimy papierosy. Do tego dochodzi niewłaściwa dieta. Ciągły pośpiech sprawia, że zapychamy zaledek byle czym, żywnością typu fast food, frytkami, chipsami zawierającymi wiele szkodliwych substancji. W domu często nie mamy czasu na przygotowywanie zdrowych posiłków. Ratujemy się gotowymi potrawami w słoikach lub puszkach – pełnymi konserwantów, sztucznych barwników oraz substancji wzmacniających smak i zapach. Pijemy zbyt mało płynów, zwłaszcza wody, którą wolimy zastępować gazowanymi i słodzonymi napojami. Wszystko to sprawia, że w naszym organizmie gromadzą się

toksyny i inne szkodliwe substancje. Szczególnie groźny jest akrylamid – związek o silnym działaniu rakotwórczym, który powstaje w czasie obróbki termicznej żywności, na przykład smażenia. Specjaliści z Instytutu Żywności i Żywienia pod kierunkiem prof. Małki Naruszewicza dowiedli, że regularne spożywanie chipsów zawierających akrylamid zwiększa ryzyko chorób serca.

## GDY CIAŁO MÓWI „DOŚĆ”

Przy zdrowym trybie życia toksyny są usuwane z organizmu przez narządy układu wydalniczego. Jednak gdy ich poziom jest zbyt wysoki, przestają sobie z tym radzić. W efekcie u wielu z nas występują typowe objawy zatrucia toksynami, jak na przykład brak energii,

bóle głowy i podatność na infekcje. Co ciekawe, wielu lekarzy nie potrafi prawidłowo zdiagnozować przyczyny naszego złego samopoczucia i przepisuje nam leki, które szkodzą zamiast pomagać. Dlatego właśnie zarówno wśród lekarzy, jak i pacjentów, modne stało się słowo „detoksykacja”. To nic innego jak oczyszczanie organizmu z nadmiaru szkodliwych substancji.

Zdaniem niektórych specjalistów powinno się je powtarzać dwa razy w roku: wiosną i jesienią. Jest kilka metod odtruwania. Należą do nich odpowiednio skomponowane diety, głodówki i zabiegi płukania jelit. Ten ostatni sposób ma wprawdzie wielu zwolenników, ale lekarze medycyny konwencjonalnej są mu zdecydowanie przeciwni. Jak więc oczyścić organizm, a jednocześnie

wzmocnić jego odporność? Z pomocą może przyjść glutation. Jest to substancja organiczna, należąca do grupy trójpeptydów, składająca się z kwasu glutaminowego, cysteiny i glicyny. Glutation to najważniejszy przeciwutleniacz, który występuje w komórkach naszego organizmu. Ma właściwości pozwalające na usuwanie z nich toksyn oraz związków azotowych. Jest nieoceniony w przypadku długotrwałego zażywania przez człowieka leków zawierających substancje działające toksycznie na komórki wątroby (na przykład popularny paracetamol). Cząsteczki glutationu przylgają do siebie cząsteczki szkodliwych dla wątroby składników i w ten sposób wspomagają ich przemianę w niegroźne i rozpuszczalne. Są one później usuwane z organizmu w naturalny sposób – z moczem i żółcią.

Detoksykacji sprzyja podwyższenie poziomu glutationu. Niestety, nie można dostarczyć go sobie wraz z pożywieniem, ponieważ nasz organizm musi wyprodukować go sam. Nie jest to, na szczęście, sytuacja bez wyjścia. Po pierwsze, możemy stosować dietę bogatą w składniki potrzebne do wytworzenia glutationu, a więc we wspomniane już kwas glutaminowy, glicynę i cysteinę. Tę ostatnią zawierają świeże warzywa, surowe mięso i jaja.

## PORZĄDKI Z GLUTATIONEM

Dobrym pomysłem jest suplementacja diety. Od ubiegłego roku na polskim rynku dostępny jest Immunocal – w 100 procentach naturalny izolat serwatki mleka krowiego. Preparat zawiera cysteinę związaną. Oznacza to,

że jej cząsteczki są połączone w pary, dzięki czemu mogą przetrwać „podróż” przez układ pokarmowy człowieka. Są więc najlepszym budulcem, umożliwiającym produkcję glutationu. Immunocal ulega wchłonięciu do krwi w jelicie grubym. Później krąży w niej w postaci tzw. titoli, które są związkami siarkowodorowymi. Każda komórka ze zwiększonym zapotrzebowaniem na glutation otrzyma je do jego produkcji.

W ten sposób nie tylko pomożemy naszemu organizmowi pozbyć się szkodliwych substancji, ale także sprawimy, że stanie się mniej podatny na infekcje. Osoby, które stosują kurację Immunocalem mają więcej energii i sił witalnych.



- Odczuwasz chroniczne zmęczenie?
- Cierpisz na bezsenność i bóle głowy?
- Jesteś podatny na infekcje?



FOTO: ISTOCKPHOTO

Zamów Immunocal® w swojej aptece. Więcej informacji uzyskaj:  
 ● Biuro Obsługi Aptek Mody na Zdrowie  
 – tel. 022 35 68 514/517  
 ● Firma GSH Polska, Importer preparatu  
 – tel. 022 40 50 642, 071 35 32 183



Cena 30-dniowej kuracji (30 saszetek) około 285 zł