

Scris de Administrator
Duminică, 28 Noiembrie 2010



Detoxifierea organismului. Detoxificare, E-uri, Toxine...

Toxinele acumulate in exces in organism pot provoca dureri articulare si alte probleme aparent inexplicabile.

Toxine care se cumuleaza in timp in organism si care pot duce in decursul anilor la aparitia bolilor cronice, bolilor grave.

Cura de sanatate. Cum sa avem o viata sanatoasa, sa mancam sanatos, cum sa avem un stil de viata sanatos si sa ne ferim de toxine.

Cum stim daca suntem intoxiciati cu toxine, E-uri, noxe, etc. ?

Ce analize trebuie sa facem, sau metode naturale ar fi bine sa folosim ca sa descoperim din timp toxicarea organismului si astfel sa prevenim aparitia bolilor induse de toxinele acumulate in decursul timpului in corp ?

Cura de detoxifiere a organismului.

{flvremote}[\[Descarca fisierul\]\(#\) \(68 MB\)](http://www.sanatatesiviata.ro/arhiva/alimentatie-sanatoasa/prof-dr-pavel-chirila/Prof.-Dr.-Pavel-Chirila-Detoxifierea-organismului-Detoxificare-E-uri-Toxine-Toxinele-acumulate-in-exces-in-organism-pot-provoca-dureri-articulare-si-alte-probleme-aparent-inexplicabile-Cura-de-sanatate-TV1-Tele-Jurnal-20-Martie-2010-13-min.flv{/flvremote}</p></div><div data-bbox=)

Pentru a salva pe calculatorul dumneavostra fisierul, dati click dreapta pe link si apoi alegeti "Save Target As ..." sau "Save Link As ..."

Emisiunea TV: **Tele Jurnal** la TVR1 - 20 Martie 2010 - 13 minute

Subiectul emisiunii:

Detoxifierea organismului - Detoxificare, E-uri, Toxine - Toxinele acumulate in exces in organism pot provoca dureri articulare si alte probleme aparent inexplicabile - Cura de sanatate - Cura de detoxifiere

Invitati:

- Prof. Dr. Pavel Chirila - doctor, medic primar Medicina Interna**
- Prof. Dr. Gheorghe Mencinicopschi - specialist in nutritie, directorul Institutului de Cercetari Alimentare din Bucuresti - ICA Bucuresti**
- Dana Sota - consultant pentru frumusete**
- Prof. Dr. Ruxandra Rascanu - psiholog**

Cateva extrase din emisiunea TV:

- organismul omului modern este invadat de toxine**
 - aerul pe care il respiram este poluat**
 - alimentele sunt pline de E-uri**
-
- legumele si fructele sunt stropite cu pesticide si contaminate de azotati**
 - carnea provine de la animale tratate cu antibiotice, hranite cu hormoni de crestere si stresate**
 - gatim in vase de aluminiu, iar metalul patrunde in hrana si ne otraveste**
 - corpul insusi produce toxine din cauza stresului si prin degradarea alimentelor**
 - "Poti sa ai dureri articulare si cauza sa vina de la un colon care nu reușește să detoxifice alimentele pe care noi le ingeram, uneori**

prea mute, uneori prea industrializate. Pot apărea practic în orice altă zonă a copilului manifestări patologice, uneori inexplicabile tocmai datorită intoxicării lente dar sigure." spune Prof. Dr. Gheorghe Mencinicopschi.

- care sunt plantele alimentare, legume, fructe, suplimentele alimentare care ne ajuta la detoxifiere ?
- detoxifierea organismului este esențială pentru sănătate, specialistii spun că postul periodic este benefic, legumele și fructele nu trebuie să lipsească, fibrele alimentare absolut necesare pentru eliminarea toxinelor lipsesc din alimentele rafinate, industrializate se gasesc în schimb în (...)
- "Cu recomandarea medicului se pot folosi suplimentele alimentare pe baza de fibre alimentare, pe baza de vitamine naturale. Variantele naturale sunt într-o liniște superioare celor de sinteză." spune Prof. Dr. Gheorghe Mencinicopschi
- (...) banala apă este un aliat puternic în detoxifierea organismului, băută în cantități mari, peste 2 litri pe zi, obligă rinichii să lucreze și să elibereze astfel toxinele. Detoxifierea corpului are efecte incredibile ! Pofta de viață este doar unul dintre rezultate, mai ales că scapi și de câteva kilograme nedorite.
- "Un colon fără toxine un organism deci fără toxine va duce la o piele sănătoasă, stralucitoare, la un par sănatos și la unghii necăsante care nu se rup." spune Dana Sota consultant în frumusețe.
- (...) o cură de detoxifiere cere însă multă perseverență "De multe ori pot să intervina prietenii care să aibă o influență de gen presiunea care o pun pe noi: << Nu-ți trebuie cură, și așa este bine și așa arată bine... >>. Cel mai important factor este: Motivatia."

spune Prof. Dr. Ruxandra Rascanu - psiholog.

(...) "Rezultatele nu se vad imediat." spun specialistii pentru a avea efecte spectaculoase curele de detoxifiere trebuie duse pana la capat.

- cateva din ajutoarele detoxifierii organismului: fructele, legumele, cerealele, nucile...

- "Solutiile medicinii naturiste" (medicina naturale) sunt adesea cea mai buna solutie de detoxifiere."

- cum ne dam seama daca suntem toxicati, daca avem toxine in organism, care sunt simptomele toxicarii organismului ?

- "Majoritatea populatiei din ziua de azi este toxicata, atat datorita alimentatiei cat si poluarii mediului inconjurator" spune Prof. Dr. Pavel Chirila.

- " (...) apar in general simptome nespecifice, de aceea este si greu de diagnosticat cu precizie un organism toxicat, dar ar fi bine sa se retina: oboseala, incetinirea tranzitului, edemele, durerile articulare, insomnii, un sindrom dispeptic, tulburari digestive directe si mai cu seama simptome de colon iritabil. Uneori cand se merge mai departe atunci apare: microlitiaza renala, apare si guta, apar si alte complicatii, sau incepe sa creasca glicemia ca la un prediabetic (...)

(...) analizele vin si completeaza tabloul clinic in special putem sa analizam: probele hepatice, transaminazele, colesterolul, lipidele totale, trigliceridele, acidul uric. Adica acele analize care ne arata indirect semne de toxicatie ale organismului datorita unei alimentatii gresite (...) " spune Prof. Dr. Pavel Chirila.

- care sunt cauzele toxicarii cum sa prevenim toxicarea organismului ?

Scris de Administrator
Duminică, 28 Noiembrie 2010

- ce sa mancam sanatos ?
- de ce nu trebuie sa luam suplimente nutritive in exces ?
 - o alta cauza a intoxicarii organismului: "(...) Polipragmazia din ziua de azi adica tratamentele cu substantele chimice de sinteza in mod abuziv. (...)'" spune Prof. Dr. Pavel Chirila.**

- pentru detoxifiere si sanatatea noastră:

"(...) populatia poate sa recurga la alimentatia bio si sa bea apa de cea mai buna calitate (sa fie o apa microbiologic pura si pe cat posibil cat posibil saraca in sodiu pentru ca sodiul, sarea retinne apa in organism si de aceea apar si edemele la unii bolnavi). Si as spune sa pun accent in alimentatia lor pe cereale si fructe, pentru ca cerealele accelereaza tranzitul intestinal prin bogatia mare de fibre, iar fructele prin apa cu adevarat de calitate pe care o contin cresc diureza si eliminarile pe cale urinara (...)

As mai aminti **doua masuri eficiente de dezintoxicare** in aceasta perioada alimentele de sezon care apar acum primavara si care au toate un efect de drenaj pe tubul digestiv si pe aparatul excretor, urinar, si sa nu uitam

postul care este benefic pentru ca intotdeauna cand omul reduce aportul alimentar sau chiar il suprima pentru cateva ore, ca un post negru, intotdeauna organismul in mod reflex incepe o actiune de eliminare a toxinelor

(...) organismul

nu trebuie forcat dar eliminarile continua si chiar mobilizeaza eliberarea de toxine e demonstrat stiintific

(...) "

spune Prof. Dr. Pavel Chirila.

- despre pasteurizarea lapteui de ce declanseaza alergiile acesta metoda de cand a fost inventata ?

- cat timp are efect aceasta cura, dupa cura putem sa incepem sa mancam nesanatos (cu mezeluri si produse preparate industrial) ?

"(...) Nu, trebuie sa avem grija toata viata sa nu ne intoxicam. Pentru ca aceste substante straine introduse alimentatie, produc un fel de otravire lenta a corpului omenesc o intoxicatie cronica, a carei efecte deabia duap cativa ani, nu imediat ca la o intoxicatie acuta. (...)'" spune Prof. Dr. Pavel Chirila.

- faina alba si E-urile care sunt NOCIVE, de ce nu sunt scoase din**

Scris de Administrator
Duminică, 28 Noiembrie 2010

alimentatia noastra ?■ Cat de nocive sunt pentru organismul nostru ?

- de cate ori trebuie sa tinem pe an cura de dezintoxicare ?
- care sunt oamenii care NU au niciodata un organism intoxicate, ce mananca, cum se feresc acesti oameni de toxine ?

Pentru toate subiectele din emisiune, raspunsurile de la intrebarile de mai sus si la alte intrebari dar si sfaturi utile pentru detoxifierea organismului vedeti emisiunea TV.