

Proč člověku padají vlasy?

Vlasová pokožka tvoří pro člověka svými minerálními látkami a stopovými prvky neutralizační ochranu při látkové výměně. Působením kyselin a toxinů se tyto zásoby minerálních látek spotřebovávají, a to buď pozvolna nebo skokem, např. při chemoterapii. Důsledkem je ztráta vlasů. Můžeme ji zastavit nebo jí vůbec zabránit detoxikací a remineralizací. Vypadané vlasy mohou znovu narůst.

Budeme se teď zabývat mnoha zajímavými otázkami:

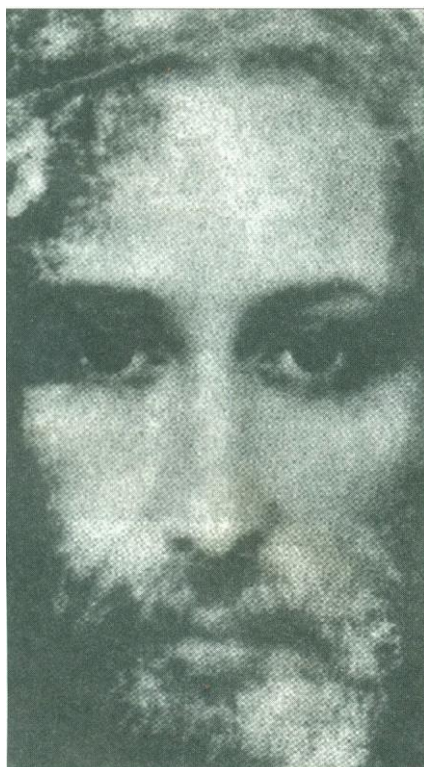
-Proč mužům vypadávají vlasy často již ve velmi mladém věku?

Jak můžeme vypadávání vlasů zastavit?

Jak lze dosáhnout toho, aby vypadané vlasy znovu narostly?

Co znamená ztráta vlasů pro tělo?

Lidské tělo má důležité zásobárny minerálních látek. Jsou to např. kůže, nehty, zuby a kosti a také vlasy a VLASOVÁ POKOŽKA. Ta má zvláštní charakter. **Vlasová pokožka je totiž něco jako „hasiči“, kteří zasahují vždycky, když někde na kyselinové frontě „hoří“.** To



je vždy, když kyseliny nebo jedy musí být neutralizovány, a minerální látky obsažené v krvi nebo v lymfě to samy nezvládají.

Pokud jsou zásobárny minerálních látek plné, člověk jen kvete, je krásný a zdravý. Úbytek těchto minerálních látek, např. vápníku, sodíku, draslíku, hořčíku, zinku, železa a dalších je to, čemu říkáme STÁRNUTÍ. Je to stejné jako u domu, z něhož vypadávají cihly a opadáva omítka. I zde je to vlastně „úbytek minerálů“. Vlasová pokožka je u člověka bohužel tímto úbytkem zpravidla postižena jako první.

Podívejte se na jakékoliv vyobrazení Ježíše Krista. Uvidíte oduševnělý obličej s hustými vousy a bohatými kadeřemi. Nikdo si nedokáže představit Krista jinak! A už vůbec ne s lesknoucí se pleší.

Nad významem tohoto bohatství vlasů a vousů na každém zobrazení Ježíše Krista se sotva někdo zamyslí. Znamená to však, že byl naprosto zdrav! Na jeho obličej nechybí žádný charakteristický znak dokonalého zdraví. Kristus s prořídlymi vlasy,

Kristus s „kouty“ a „vysokým čelem“ - nemyslitelné! Nemožné! Takový obraz by znamenal zdravotní nedostatky a za nimi se skrývající možné chybné chování.

A jak by někdo, kdo nedokáže vzorně udržovat v pořádku své vlastní zdraví a své vlastní tělo, mohl chtít poučovat lidi, jak se mají chovat?!

Mnoho terapeutů se proto řídí humornou průpovědkou: “Dělejte, co vám říkám, a ne to, co dělám!”

Tělo ztrácí minerální látky tehdy, když je potřebuje k neutralizaci kyselin. Neutralizací vznikají soli, které se v těle usazují. Jsou to např. močnan (urát) vápenatý, síran vápenatý, mléčnan hořečnatý atd. atd. Normálně si tělo minerální látky schopné neutralizovat kyseliny a bohaté na energii bere ze stravy, jestliže je však ve stravě nedostává v dostatečném množství, musí je odebrat ze svých zásob.

Jak už jsme viděli, je prvním postiženým a velmi rychle zcela vyprázdňeným zásobníkem minerálních látek vlasová pokožka. Je to právě roky a desítky let trvající odnímání minerálních látek potřebných k neutralizaci kyselin a toxických látek z vlasové pokožky, které u mnoha mužů vede k vypadávání vlasů. Ženy tento jev nepostihuje vůbec nebo až v pozdějším věku. Důvodem jsou rozdíly v látkové výměně u žen a mužů. Po přechodu však tyto rozdíly zmizí. Proto se vypadávání vlasů objevuje asi od šedesáti do sedmdesáti let i u žen.

Na rozdíl od ženy, která ve svém plodném období může jednou za měsíc škodlivé kyseliny vylučovat, musí muž po celý svůj život všechny kyseliny ve svém těle zpracovávat pouze pomocí výměny látkové.

Jsou to tyto kyseliny: kyselina močová z požitého masa, kyselina octová ze sladkostí a tuků, tanin a kyselina solná z kávy a černého čaje.

Dále jsou to kyselina mléčná vznikající přehnanou svalovou námahou a kyselina solná vznikající při stresu, strachu a nepříjemnostech, kyselina sírová z požitého vepřového

Pamatuj: vlasová pokožka je orgánem látkové výměny



Obvyklý obrázek ze současnosti - ženy dvou generací s hustými vlasy, u mladého muže vypadávání vlasů začalo, u staršího je už dokončeno.

masa nebo z nadýmání, kdy se neuvolněné plyny dostávají do tělesných tekutin a ze sirovodíku vzniká kyselina sírová.

Látková výměna musí zpracovat i velké množství kyseliny uhličitě z perlivých nápojů, kyselinu acetylsalicylovou z analgetik a u kuřáků také nikotin.

Dnešní konzervy, jídlo z fast foodů atd. už bohužel nejsou tak bohaté na minerální látky a energii jako dřívější strava z vlastní zahrádky nebo od babičky. Proto je tělo stále více nuceno využívat vlastní zásoby minerálních látek uložené v zubech, kostech a především ve **VLASOVÉ POKOŽCE. Jsou-li však minerální látky využívány k neutralizaci kyselin, chybí při výživě vlasů. Nevyhnutelným důsledkem je pak jejich vypadávání.** Stav vlasového porostu tedy zpravidla signalizuje, jak to vypadá s neutralizačním potenciálem dané osoby. U žen jsou tyto neutralizační potenciály díky odlišné látkové výměně během jejího plodného období využívány šetrněji, takže slouží asi o deset let déle než u mužů a přispívají též k tomu, že ženy žijí déle než muži.

Existuje jeden naprosto neklamný signál, kterým dává tělo najevo, že má moc kyselin. Jsou to bolesti hlavy. Ty se dají vysvětlit tak, že tělo přesouvá kyseliny a toxické látky do vlasové pokožky, aby tam byly neutralizovány minerálními látkami, kterých je tu za normálních okolností značné množství. Předtím se však tělo pokusilo provést tuto neutralizaci pomocí minerálních látek v krvi. Pokud se to nepodařilo, ať už kvůli velkému množství kyselin nebo naopak nedostatku

neutralizujících minerálních látek, teprve pak je neutralizace přesunuta na vlasovou pokožku.

Množství lidí si tak logicky stěžuje na bolesti hlavy, ale nikdo např. na bolesti zadnice.

Bolesti hlavy trvají tak dlouho, dokud nejsou kyseliny neutralizovány. Pak bolesti sice zmizí, ale vlasová pokožka zase ztratila určité množství minerálních látek, a může tak vyživovat méně vlasů než předtím.

A tak den za dnem, týden za týdnem, rok za rokem mizí kštice mnohého muže a mnohé starší ženy.



Mnoho špičkových sportovců září nejen svými výkony, nýbrž i svým „vysokým čelem“. Zanedbávají zásobování minerálními látkami. Vypadávání vlasů je u nich zaviněno tím, že kyselina mléčná, vznikající u nich v nadměrném množství, je neutralizována minerálními látkami „ukradenými“ z vlasové pokožky.

Co je třeba dělat, aby se vypadávání vlasů zastavilo a vlasy začaly znovu růst?

Musí se snížit obsah nejhorsích kyselin a toxinů. To znamená jednak omezit kouření a dále pak konzumaci masa a pokud možno i nadměrnou tělesnou námahu, která vede ke zvýšené tvorbě kyseliny mléčné. Proto je mnoho špičkových sportovců postiženo předčasným vypadáváním vlasů. Také sladkosti, nápoje light, prášky proti bolestem a stres způsobují vznik kyselin. Základem úspěchu jakékoliv regenerační vlasové kúry je drastické omezení uvedených kyselin a odstranění škodlivin usazených ve vlasové pokožce.

Potom je třeba drasticky zvýšit přísun vhodných minerálních látek použitelných k neutralizaci a bohatých na energii! A čím víc, tím líp! Jinak se nic nepohne. V nejlepším případě se vypadávání vlasů zastaví.

Zkušenosti ukazují, že k nezbytné remineralizaci vlasové pokožky se hodí jak převážně vegetariánská výživa bohatá na životně důležité látky, tak i potravinové doplňky získávané z rostlin bohatých na minerální látky. Ty nejlépe odpovídají energetickým a chemickým požadavkům lidského organismu.

Ztráta vlasů u muže není zpravidla nic jiného než projev zvýšené spotřeby minerálních látek při neutralizaci kyselin a tím vzniklého silného usazování nestravitelných škodlivých látek ve vlasové pokožce. Jestliže se tato zvýšená spotřeba zastaví a jestliže se dokonce doplní zásoby minerálních látek ve VLASOVÉ POKOŽCE, mohou vlasy začít znovu růst. Často se toho dá dosáhnout během šesti až dvanácti měsíců. Rozhodující je důsledný a maximální přísun vhodných minerálních látek!

Proces může být samozřejmě pozitivně ovlivňován snížením obsahu kyselin vznikajících nadměrnou svalovou činností, z různých pochutin, stresu atd. a jejich vylučování pokožkou. Vhodné jsou mimo jiné důsledně zásaditá péče o tělo s celkovými koupelemi a koupelemi nohou, zásadité zábaly hlavy a krku, zásadité nápoje, výplachy atd., denně je třeba vypít 1 až 1,5 litru energeticky bohaté vody bez kyseliny uhličitě a s nízkým obsahem minerálních látek. Koupel nohou každý večer (45 minut i déle), každý týden jednou až dvakrát celková koupel v délce 45 až 150 minut se při odkyselování rovněž osvědčily.

Hlavní je však strava obsahující nadbytek minerálních látek. Co myslíme „nadbytkem minerálních látek“? Znamená to, že každý den musí být přijato víc energeticky bohatých

CEMU SE MUSÍME VYHÝBAT PŘI VYPADÁVÁNÍ VLASŮ

- zrnková káva
- sladkosti
- maso a masné výrobky
- nápoje cola a light
- stres
- jedy
- přepracování
- nadměrná tělesná námaha
- fast food
- odtučňovací kúry
- diuretika
- drastické odstraňování nestravitelných zbytků (detoxikace)
- zánětlivá ložiska zubů
- zemské záření
- jaderné záření a rentgenové paprsky

Regenerace vlasového porostu

- zásaditá péče o tělo
- plnohodnotná vegetariánská strava
- rostlinné, energeticky bohaté doplňky stravy
- světlo a vzduch
- svalová pumpa - cvičení na trampolíně, gymnastika, veslování, pěší turistika apod.

látek schopných neutralizovat kyseliny, než je pro zmetabolizování za den vzniklých kyselin zapotřebí. Energeticky bohaté látky jsou látky, k jejichž získání z rostlin nejsou třeba chemické nebo tepelné metody a které nebyly chemicky nebo tepelně zpracovány.

Odbourávání minerálních látek ze zásobáren, které má tělo k dispozici, především z vlasové pokožky, později však i z kostí, je tak zbytečné. Nedochozí už k další ztrátě vlasů. **Pokud však člo-**

věk přijme velké množství vhodných minerálních látek, mohou se spotřebované zásoby minerálních látek dokonce opět doplnit a vlasy začnou znovu růst.

Pro takovouto kúru redukce kyselin a současného doplňování minerálních látek bychom měli počítat minimálně s dvanácti až osmnácti měsíci. Platí to hlavně pro mladé ženy, které přišly o vlasy během těhotenství nebo po něm. K tomu je možno s absolutní jistotou říct, že mají značný deficit minerálních látek ve stravě. Proto si jejich organismus vzal minerální látky pro budoucí dítě ze zásob v matčině těle. Ztráta vlasů nebo zubů je pak logickým a politováníhodným důsledkem.

Při ztrátě vlasů se jako účinná pomoc prokázalo ještě něco - pravidelné masáže hlavy. Provádějí se oběma rukama, ukazováčky se spojí uprostřed čela a ostatními prsty se krev a kyseliny vytlačují zepředu dozadu. Krev můžeme stejným způsobem zepředu dozadu odvádět i ze spánků.

Co se velmi pravděpodobně stane, když muž s prořidlými vlasy nebo pleší pravidelnou masáží přesouvá kyselé šťávy z vlasové pokožky a spánků do týla? S pravděpodobností, která hraničí s jistotou, začne mít bolesti právě tam, kam kyseliny masáží přesouvá, v zátylku, v horní části zad nebo v ramenních kloubech. Nebo se mu tam objeví akné!

Co dělat, když dojde k něčemu takovému. Nejdřív se člověk samozřejmě raduje, že se tak prokázalo, že ve vlasové pokožce skutečně byly kyseliny a že odtud byly vypuzeny. Pak se musí zvýšit přísun minerálních látek. Zároveň se provádějí kartáčem masáže zátylku a zad v silně zásadité lázni, aby se tam usazené kyseliny a škodlivé látky vyloučily pokožkou, rovněž opakovaně zásadité obklady hlavy, čela a krku, příp. šije.

A můžeme samozřejmě dostat ještě další nápad. Původce zahlcení kyselinami bychom mohli jednoduše vynechat! Pak už by se do vlasové pokožky nedostávaly vůbec žádné kyseliny.

Co mají pít lidé, kteří mají potíže se svými vlasy? Na tuto otázku existují rozdílné odpovědi.

I. Vlasy vypadávají následkem působení toxinů. Nejznámějším příkladem je ztráta vlasů po chemoterapii. Téměř jisté je, že i vypadávání vlasů jen na jedné straně nebo ve tvaru kruhu je důsledkem působení toxinů. Tělo tyto jedovaté látky neutralizovalo a zředilo. Tím došlo

bud' ke ztrátě vlasů nebo k otokům, tj. tělo zadržuje vodu, aby mohlo kyseliny a jedovaté látky zředit, když už vyčerpalo možnosti, jak je neutralizovat.

V tomto prvním případě se doporučuje přísun velkého množství minerálních látek, jak už jsme o něm mluvili, a k tomu ještě zásaditý nápoj ráno, případně i večer. Přes den zeleninové šťávy a např. vodu Volvic nebo energeticky bohatou vodu z vodovodu. Vhodné jsou kromě toho šťávy z rostlin, např. kopřiv, pampelišek, artyčoků atd. Jednu lžici šťávy doplníme ve sklenici nebo šálku vodou a vypijeme. S pitím bylinkových čajů určených k rozpouštění škodlivých usazenin můžeme začít asi po osmi až dvanácti týdnech, nejprve dva šálky denně a v průběhu tří až šesti měsíců zvýšíme až na šest šálků za den. Prísun minerálních látek zůstává stále velmi vysoký. Pokračujeme i v pití jednoho až dvou litrů vody za den.

Zásaditá péče o tělo při ztrátě vlasů

- čelo a nos často důkladně omývat mýdlem
- zásadité zábaly čela, hlavy a šíje
- několikrát za den nanést zásaditý roztok navlhčeným tamponem
- zásadité koupele nohou
- celkové zásadité koupele
- zásadité dlouhodobé koupele (3-6 hodin)
- zásadité výplachy nosu a kloktání
- zásaditá péče o chrup

Vypadávání vlasů ve tvaru kruhu připisujeme působení toxinů, plísním ve střevech nebo nadměrnému stresu. V tomto případě vždy pomůže přísun velkého množství minerálních látek. Vypadávání vlasů ve tvaru kruhu velmi často zmizí.

Tím se však nezbavíme nutnosti pátrat po jeho příčinách. Prísun velkého množství minerálních látek by měl probíhat zároveň s drastickým odstraňováním škodlivých usazenin a jedovatých látek! Protože tato procedura nutně vede k velké spotřebě minerálních látek, musí jejich přísun být extrémně vysoký!

2. U mužů i žen, kteří mají potíže s vlasovým porostem, zjišťujeme, mají-li pouze vyčerpané zásoby minerálních látek, nebo mají-li navíc ještě také v těle škodlivé usazeniny.

V praxi se osvědčilo začít několika týdny neutralizace minerálními látkami a po tuto dobu podporovat organismus zásaditou péčí o tělo, ale zcela upustit od rozpouštění škodlivých usazenin.

S rozpouštěním škodlivých usazenin se začne pozvolna po jednom nebo dvou přípravných týdnech, nejprve jeden až dva šálky denně a pak zvyšujeme počet šálků tak, jak je uvedeno v bodě 1. Trvale pak to může být 1 litr čaje denně a k tomu až dvojnásobné množství vody.

Je možné, že se uvolní velké množství škodlivých usazenin. Pak se může stát, že tělo nemá k dispozici dostatečné množství minerálních látek k neutralizaci kyselin, které vznikly při rozpouštění usazenin. Tyto nezneutralizované kyseliny vedou ke známým POSTNÍM KRIZÍM". Těm je třeba se bezpodmínečně vyhnout! Pokud by vyvolávaly bolesti hlavy, nebylo by to pro obnovený růst vlasů zcela jistě dobré znamení!

Zůstaneme tedy při naší vlasové kúře u osvědčeného pořadí: **Jeden až dva týdny neutralizace minerálními látkami a zásadité odstraňování kyselin, aniž by se uvolňovaly usazeniny, pak po několika týdnech pozvolné uvolňování usazenin začínající jedním až dvěma šálky bylinkového čaje, další neutralizace, přísun velkého množství minerálních látek a odstraňování usazenin jedním až dvěma litry vody, pak po šest měsíců stejný postup se čtyřmi až šesti šálky (nebo i více) bylinkového čaje a důsledným zásaditým odstraňováním kyselin pokožkou. Obzvláště účinné jsou vydatné dlouhodobé zásadité koupele (louhování) s hodnotami pH kolem 8,5. Takové koupele mohou nebo mají trvat čtyři až šest hodin.**

Jedno však musí být jasné: Při opětovném získávání vlasového porostu by uvolňování škodlivých usazenin mělo být v prvních týdnech zcela vynecháno a teprve pak by se s ním mělo velmi opatrně začít. Překotné a přehnané uvolňování starých, neutralizovaných kyselin ze škodlivin usazených v těle by celému našemu snažení o obnovení vlasového porostu dokonce mohlo být na škodu. A tak s ním začneme až po jednom či dvou týdnech. Tak dlouho můžeme s uvolňováním usazenin a čajovou kúrou počkat. Do té doby se pijí neperlivé minerální vody, pokud možno žádné tzv. kyselky, hlavně však šťávy ze zeleniny, sem tam pivo nebo jednu režnu, aby to pány nepřestalo bavit.

Snažili jsme se zjistit příčiny padání vlasů v procentech a došli jsme k tomuto výsledku:

- Asi 85 % případů padání vlasů v oblasti naší civilizace je způsobeno využíváním minerálních látek k neutralizaci kyselin.
- Asi 5 % případů padání vlasů je důsledkem vlivu různých jedovatých látek ze zubů, životního prostředí, léků, různých látek používaných v bytovém zařízení, přísad do potravin atd.
- U dalších 5 % je příčinou těhotenství. Nastávající matka nepřizpůsobí svou stravu, tj. nepřijímá víc minerálních látek, kterými zásobuje i rostoucí plod, takže u ní dochází k deficitu těchto látek.
- Přibližně 3 % je třeba připsat působení stresu a negativních zážitků,
- po 1 % mají hormonální a genetické důvody. Výživa těhotných a zvláště kojících žen, která má nedostatečný obsah minerálních látek, jim většinou způsobuje padání vlasů, ztrátu zubů, křečové žíly a změny pokožky. Využívání minerálních látek z vlasové pokožky vede k padání vlasů, využívání těchto látek z chrupu způsobuje vypadávání zubů, využívání minerálních látek z pokožky má za následek vznik těhotenských strií. Odnímání minerálních látek z cévního systému vede ke vzniku křečových žil. Tomu všemu lze zabránit dostatečným přísunem energeticky bohatých minerálních látek.

Stejně tak je možno během těhotenství nebo na jeho konci zabránit akné a hemeroidům, jestliže nastávající matka jí plnohodnotnou vegetariánskou stravu a zároveň dbá na uvolňování škodlivých usazenin a mineralizaci. Jak akné tak hemeroidy jsou pouze důsledkem devítiměsíční pauzy ve vylučování jedovatých látek.

Kromě mužů i žen, kteří si stěžují na padání vlasů, existuje však mnoho lidí, kteří si vlasy a chlupy, které se jim zdají zbytečné, nechávají odstranit. Tato depilace se provádí různými metodami. Jednou z nich je nanášení horkého vosku na pokožku. Když vosk zchladne, odtrhne se celá vrstva i s vlasy nebo chlupy. Ovšem, není to bezbolestné.

Hlavní příkaz při padání vlasů

- po jeden celý rok zvýšený přísun minerálních látek

Často pak záda nebo jiná část těla vypadají, jako by je někdo sešlehal kopřivami. Mnohem jednodušeji a šetrněji, téměř bez bolesti, se to dá provést, když před depilací přiložíme na příslušné místo asi na 15 minut zásaditý obklad. Pak vytřeme froté ručníkem dosucha, necháme pokožku několik minut doschnout a teprve potom nanášíme teplý vosk. Po depilaci můžeme ještě na chvíli přiložit další zásaditý obklad. Při tomto postupu kůže nezrudne a odstranění vlasů nebo chlupů proběhne relativně rychle a bezbolestně.

V dokumentu jsou použity materiály z úžasné knihy P. Jantschury a J. Lohkampera “Zdraví díky odkyselení a vyloučení škodlivin”. Navštivte jeho stránky www.regenerujte.cz

Navštivte také stránky o alternativní medicíně www.lekarenskypetrolej.cz a e-shop s alternativní medicínou www.foxylife.cz
