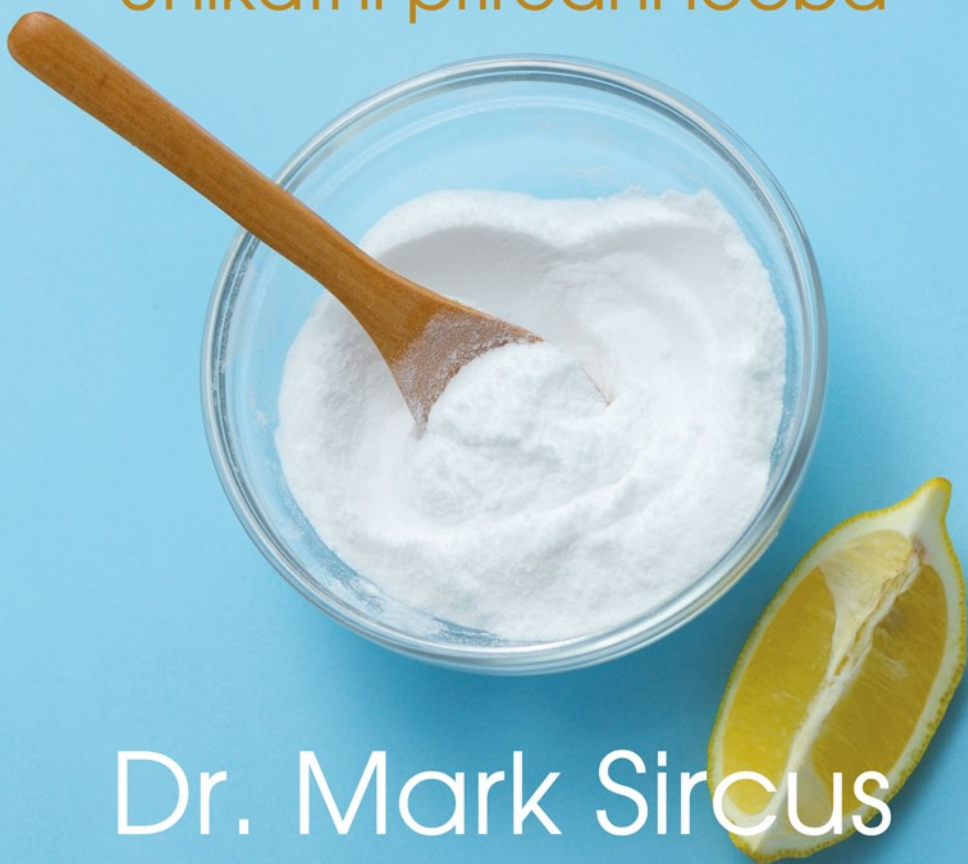


JOTA®

populárně naučná

JEDLÁ SODA

Unikátní přírodní léčba



Dr. Mark Sircus

Informace a rady obsažené v této knize vycházejí z autorova výzkumu i jeho osobních a profesních zkušeností. Nemají sloužit jako náhrada konzultace s odborníkem z oboru zdravotní péče. Vydavatel ani autor nepřebírají zodpovědnost za jakékoli z nepříznivých vedlejších účinků či následků uplatnění kteréhokoli z návrhů, přípravků nebo procedur popsaných v této knize. Všechny záležitosti týkající se vašeho zdraví byste měli řešit pod dohledem příslušného lékaře. Vyhledání druhého nebo třetího názoru není známkou zbabělosti, nýbrž moudrosti.

Vydáno se souhlasem nakladatelství Square One Publishers,
Garden City Park, New York, U.S.A.

Copyright © Mark Sircus, 2014
Translation © Jan Kozák, 2017
© Nakladatelství JOTA, s. r. o., 2017

ISBN 978-80-7565-095-5

Dr. Mark Sircus

JEDLÁ SODA

Unikátní přírodní léčba

JOTA / 2017

KAPITOLA 1

Základní fakta o jedlé sodě

Když se člověk vznáší mezi životem a smrtí, koná bikarbona práci, která je jejím úkolem. Soda bikarbona, neboli hydrogenuhličitan sodný, je standardní pohotovostní lék, ideální pro využití na jednotkách intenzivní péče. Je to rychle účinkující, bezpečná, koncentrovaná nutriční medicína, kterou lze vpravit do těla injekcí. Když vše ostatní selže, situaci může ještě zachránit jedlá soda. Kdyby nebylo sody bikarbonské, pohotovostní a intenzivní medicína by měla vážné nedostatky, a kdyby se bikarbonát nepoužíval jako tlumivá látka (pufr) při „chemu“, kdy vám pumpují do žil chemické jedy, byla by již tak dost nebezpečná chemoterapie ještě vražednější.

Soda bikarbona přináší spásnou léčivou sílu. Můžete ji užívat ústně, transdermálně, pomocí rozprašování nebo v naléhavějších situacích vám ji vpíchne do žil doktor nebo sestřička.

Chcete-li opravdu vidět, jak rychle se člověk při chemoterapii zřítí na dno, zapomeňte do roztoku přimíchat sodu a vytáhněte si stopky. Většina lékařů si ani neuvědomuje, že soda bikarbona se běžně využívá proto, aby toxicita chemoterapeutických látek a záření pacienty nezabila nebo jim nepoškodila ledviny.

Soda bikarbona účinkuje jako přirozená a bezpečná protiplísňová látka, která po smísení s jódem pokrývá celé spektrum mikroorganismů. Účinnost jedlé sody v boji proti určitým bakteriím a plísním je dobře zdokumentována, avšak o její roli dezinfekčního prostředku proti virům se obecně neví. Vědci zjistili, že soda bikarbona v koncentracích 5 a více procent likviduje s účinností 99,99 procenta virové titry na kontaktních plochách potravin v rámci 1 minuty kontaktního času.¹

Užití sody bikarbony orálně nebo formou nasycené koupele vede ke změně tělesného pH směrem k méně kyselému a více zásaditému prostředí. Je to proto, že jedlá soda je dárce elektronů. Souběžně se zvyšováním pH stoupá i buněčné napětí a hladiny kyslíku v buňkách.

Buněčné napětí, energii a stupeň buněčné aktivity zvýšíme, jestliže jako doplněk bereme jedlou sodu, o níž lékaři dávno ví, že je skvělým lékem na ledviny. Na odděleních dialýzy ostatně bikarbonu pravidelně využívají, jen se s tím nechťejí, tak jako všichni jejich další kolegové, příliš vynášet. Odborníci si nepřejí, aby je přistihli se spuštěnými kalhotami, tedy při práci s něčím tak obyčejným, levným a nefarmaceutickým, jako je jedlá soda.

Příběh sody bikarbony je dlouhý, protože jako lék se běžně používá už déle než 150 let. Každý Američan zná značku Arm & Hammer (vyrábí zubní pasty, potravinové produkty a čisticí výrobky na bázi jedlé sody – pozn. překl.), ale jen málo doktorů nebo lidí chápe, proč je to tak skvělá medicína. Tajemstvím sody bikarbony je hydrogenuhličitanový (bikarbonátový) iont. Není to sodík!

Soda bikarbona je jeden z neúčinnějších léků, jaké lékaři v oboru pohotovostní a intenzivní medicíny využívají, protože tento hydrogenuhličitanový iont je schopen takřka okamžitě vpadnout na scénu buněčné fyziologie. Nadbytečný sodík tělo většinou nepotřebuje, ale vždycky bude lačnit po bikarbonátu, ledaže byste snad žili v nějakém panenském údolí, jedli dokonalé jídlo a pili křišťálově čistou vodu.

Severoameričané každoročně spotřebují na pět set milionů kilogramů jedlé sody, jak tvrdí Bryan Thomlison, ředitel PR oddělení firmy Church a Dwight, předního světového výrobce sody bikarbony se sídlem v Princetonu ve státě New Jersey. „Nárůst spotřeby je až 3 procenta za rok. To je dvakrát víc než populační růst.“

Veřejnost si konečně začíná uvědomovat, jak užitečná soda bikarbona je. Pečící soda opouští prostor lednice a dává vzniknout ohromné škále komerčních výrobků od šamponů až po průmyslové čisticí prostředky a zubní pasty, a nyní také vstupuje do léčby rakoviny a dalších chronických nemocí, kde panuje zoufalá potřeba po její téměř magické chemii nastolující rovnováhu.

Jasně poselství této knihy zní, že v případě rakoviny jako i většiny klinických potíží není žádný důvod neléčit se sami pomocí bikarbony.

Jak soda bikarbona ovlivňuje tělo?

Je prokázáno, že jedlá soda na rozdíl od běžné stolní soli nezvyšuje krevní tlak. Když člověk konzumuje běžnou komerční sůl, nezůstane mu v těle žádné minerály a v tom je právě ten rozdíl, co se týče regulace krevního tlaku. Konzumuje-li takzvané zdravé nebo nezpracované soli, nárůst krevního tlaku, který pozorujeme u solí zpracovaných, opět jako u sody nezaznamenáme, protože jsou v nich přítomné všechny minerály potřebné pro život.

Bikarbonát má rozhodující moc nad centrální biologickou osou života – nárazníkovým pH systémem (tzv. tlumič nebo pufr), a tím i nad relativní zásaditostí tělesných tkání. Každá biochemická reakce je na pH citlivá a obzvláště senzitivní jsou enzymy. Vaše hladina pH ovlivňuje činnost každé metabolické funkce, která ve vašem těle probíhá. Hladina pH je za elektrickým systémem těla a jeho mezibuněčnou aktivitou a zároveň určuje, v jaké míře tělo využívá enzymy, minerály a vitamíny.

Všichni, kteří mají rakovinu, a vlastně každý pacient trpící chronickou nemocí, by si měli jasně uvědomovat, že pH je regulační orgán, který řídí většinu buněčných procesů. Učebnice fyziologie na lékařských fakultách pokládají rovnováhu pH lidského krevního řečiště za jednu z nejdůležitějších biochemických rovnováh.

Před pár týdny jsem si koupila vaši knihu o sodě bikarboně. *A změnila můj život.* Věřím, že skrze vás a váš kolektiv působí sám Bůh, aby se mezi lidmi šířilo poselství o přirozené schopnosti těla uzdravit se, jestliže má k dispozici ty správné prvky. Děkuji vám! Občas si čtu váš informační bulletin a náhodou jsem onedý narazila na vaši knihu o jedlé sodě. Peněz nemáme nazbyt, ale cítila jsem, že by mi váš výzkum mohl pomoci. A teď vám mohu popravdě říct, že když jsem vaši knihu dočetla – a začala dodržovat to, co hlásáte –, do týdne jsem se prakticky zbavila své vyrážky – kopřivky.

Začala jsem rovnou s jedlou sodou a vodou. Ble! Skoro jsem to nemohla pozřít. Prospívalo to však pH rovnováze, o níž jste

hovořil. Pak jsem si přečetla o různých orálních kombinacích a rozhodla se vyzkoušet javorový sirup s jedlou sodou v poměru 3:1. Fungovalo to báječně a taky skvěle chutnalo. Nemohla jsem pochopit, jak jsem se mohla tak cpát cukrem!

Teď žiju s úsměvem na tváři a cítím se parádně. Mám výbornou náladu, pořád srším energií, a co je nejdůležitější, otoky a svědění jsou pryč. Znovu mi začaly houstnout vlasy. Má pleť vypadá báječně. Už nejsem v jednom kuse unavená. Stále nemohu uvěřit, jaká změna se udála s mým zdravím. Velebím Boha za jeho dobrotu, s níž vás inspiruje ve vaší práci.

Nedávno jsem po přečtení několika vašich tipů přidala přípravek Nascent Iodine. Jód jsem měla skutečně nedostatek a zdá se, že teď přispívá k celkově dobrým účinkům. Také mé děti mají z vašeho výzkumu užitek. Jsem opravdu moc ráda, že nacházím alternativy ke konvenční medicíně.

L. C., Delaware, Spojené státy

Naše tělesné pH je velmi důležité, protože pH řídí rychlost biochemických reakcí v našem organismu. Činí tak regulací rychlosti enzymové aktivity a také rychlosti proudění elektriny tělem – čím vyšší (zásaditější) je pH látky nebo roztoku, tím větší elektrický odpor tato látka nebo roztok vykazuje.

Změny tělesného pH jsou intenzivní v tom, jak hluboké mají biologické účinky. Dokonce i geny přímo pociťují zevní pH. Důležité změny pH nemusí ovlivnit jen podobu enzymu, nýbrž mohou také změnit podobu nebo náboj substrátu.² Je-li pH příliš nízké, znamená to, že je tělo nadměrně kyselé a substrát se buď nemůže vázat na aktivní místo, nebo nemůže prodělat katalýzu. Zvýšený oxidační stres, který koreluje takřka exponenciálně s pH změnami do kysela, je zvláště nebezpečný pro mitochondrie, které pod oxidačním tlakem trpí nejvíc. Epigenetika, vědní obor, který dnes možná začíná zastiňovat tradiční genetiku, popisuje, že spíše než dědičnost chování genů ovlivňují jiné faktory, například strava a kouření.

Každý enzym pracuje v poměrně úzkém pásmu pH. Existuje hodnota, kdy je činnost enzymu největší (optimální pH). Je to proto, že změny

pH mohou vytvářet a rušit intramolekulární a intermolekulární vazby, měnit podobu enzymu a tím i jeho účinnost.

Aby se pacienti cítili lépe

„Intravenózní léčbu sodou bikarbonou využívám hlavně jako naturopatickou terapii pro pacienty, kteří neustále reagují na alergeny nebo vykazují chemickou senzitivitu. Během alergických sezón, jaké máte na jaře a na podzim ve Vancouveru, je to opravdu skvělá terapie. Alkalizující nitrožilně podaná soda bikarbona zastaví alergickou reakci nebo astmatický záchvat někdy i okamžitě, protože v zásaditém prostředí nemůže taková reakce přetrvávat. Někteří z mých pacientů těží také z toho, že každý večer pijí alkalizující nápoj, aby zmírnili příznaky chemické senzitivity,“ píše dr. Eric Chan. „Všichni mí pacienti z Vancouveru a Richmondu tolerují tuto terapii pozoruhodně dobře.“

„Díky posílení alkalického tlumiče v tkáních se nemocní pacienti pokaždé cítí lépe. Jak už jsem se zmínil, platí to zejména pro chemicky citlivé pacienty a můžeme to dokonce pokládat za ‚léčbu‘ v tom smyslu, že posilujeme schopnost organismu reagovat zdravě na škodlivé podněty. Když u takových pacientů použiju nitrožilně sodu bikarbonu, činím tak obvykle dvakrát týdně po dobu 4 až 5 týdnů. Soda bikarbona představuje nanejvýš účinný způsob, jak přímo zlepšit buněčné zdraví zvýšením alkalizace tkání,“ uzavírá dr. Chan.

Přerušovaná a průběžná infuze sody bikarbony je spojována s nižším výskytem akutní renální dysfunkce u osob se srdeční chorobou, které se podrobily chirurgickému zavedení kardiopulmonálního bypassu.³

Soda bikarbona je časem ověřená metoda, jak „uspíšit“ obnovení hladiny bikarbonátu čili hydrogenuhličitanu v těle na normální hodnotu. Hydrogenuhličitan je anorganický a velmi zásaditý a podobně jako ostatní minerální látky podporuje rozsáhlý seznam biologických funkcí. Soda bikarbona je shodou okolností jeden z našich nejúčinnějších léků, protože fyziologie hydrogenuhličitanu je pro život a zdraví zcela nezbytná. Tak nezbytná, že dokonce pomáhá spermii doplatit k děložnímu hrdlu a vstoupit dovnitř.⁴

Prospěšná u většiny zdravotních problémů

Soda bikarbona (jedlá soda) tvoří součást složení některých ústních vod. Účinkuje jako mechanický čistič zubů a dásní, neutralizuje tvorbu kyseliny v ústech a používá se i jako antiseptikum zabráňující infekcím. Antiseptika jsou antimikrobiální látky, které se aplikují na živou tkáň/kůži, aby se zabránilo možnosti vzniku infekce, sepse nebo putrefakce (zahnívání). Od antibiotik se antiseptika liší hlavně tím, že jsou transportována lymfatickým systémem a mohou ničit bakterie uvnitř těla, odlišují se i od dezinfekčních prostředků, které ničí mikroorganismy spočívající na neživých objektech. Když se v rámci orální péče užívá jedlá soda, je evidentní statisticky významný ($p < 0,05$) úbytek mutantních streptokoků.

Některá antiseptika jsou nefalšované germicidy, schopné ničit mikroby (označují se jako baktericidní), kdežto jiná jsou bakteriostatická a pouze znemožňují nebo brzdí jejich růst. Antibakteriální jsou antiseptika, u nichž byla prokázána schopnost působit proti bakteriím, zejména když se zaměřují na systémy, které usmrcují pouze bakterie. Mikrobicidy, které zabíjejí virové částice, se nazývají viricidy nebo antivirotika.

V čísle *British Medical Journal* z roku 1947 dr. Hedda Gorzová (Polská nemocnice, Storrington) napsala:

Během varšavského povstání jsme trpěli nedostatkem všech léků, hlavně antiseptik. Při ošetřování ran a operací jsme používali pětiprocentní sodu bikarbonu. Výsledky se jevily jako vynikající. Všichni jsme s nimi byli náramně spokojeni a já jsem pak sodu využívala i ve své další praxi. Dva měsíce byli pacienti léčeni ve sklepích a dalších krajně nevhodných podmínkách bez vody nebo léků. Při práci v těchto strašných podmínkách – polních lazaretech zřízených ve sklepích a podzemních krytech – jsme všechny své pacienty, kteří měli otevřené rány zanesené špinou a prachem z vybombardovaných domů, léčili pouze pětiprocentním roztokem sody bikarbony, jediným prostředkem, který jsme měli. Všechny těžké případy v těch špatně odvětrávaných sklepích se po ošetření tímto roztokem zlepšily na přijatelnou úroveň, dokonce i otevřené rány plic, nechvalně známé svým puchem, jak vám každý chirurg potvrdí.

Hydrogenuhlíčitánové pleťové masti

Můžete si vyrobit i pastu z jedlé sody a vody (3 díly jedlé sody na 1 díl vody) a nanášet ji přímo na konkrétní vyrážky a podráždění. Při použití této metody se voda poměrně rychle odpaří a na kůži zůstane vrstva jedlé sody. Soda bikarbona je terapeutickým lékem také na závrať.⁵ Zajímavý je neurologický příběh o bikarboně. Když například nechťeně pozřu některý z produktů s aspartamem, který se dnes běžně ukrývá v mnoha žvýkačkách a dokonce i doplňcích určených pro děti (jako jsou vitamíny Flintstones), spadne pH mé moči okamžitě do kyselého pásma na hodnotu 5,5 nebo i níž.

Neurologický systém řídí pH těla hodně podobně jako nastavitelný teploměr. Aspartam se v přítomnosti tělních enzymů štěpí na metanol a potom formaldehyd. Když k tomu dojde, prostředí těla se vcelku rychle okyselí a pak se začne spalovat neurologický systém, a následně i imunitní systém a homeostatický mechanismus, který se podílí na údržbě našeho organismu.

Na ochranu před neurologickým poškozením si můžete vzít tak obyčejnou protilátku, jako je jedlá soda. pH mozku je relativně kyselé vzhledem k tomu, že většina kyslíku, vyjádřeno objemem vůči váze, je spotřebovávána právě mozkem, a tudíž je tento orgán na případná poškození velmi citlivý.

Biologická léčba autismu a pervazivních vývojových poruch (PDD)

Jedna matka napsala: „U obou mých dětí to působilo tak dobře, že odeznívání probíhalo bez zvláštních příhod, i když předtím obě měly velmi vysoké hladiny kvasinek.“ Obnovení acidobazické rovnováhy rovněž odpomáhá od četných alergií. „Ty děti měly také vážné poruchy v chemické skladbě elektrolytů a významné tendence k acidóze. Následně získané údaje byly fascinující a jasně hovořily o acidóze a stavu hypoxie (nízká hladina sérového hydrogenuhlíčitanu = nízká hladina O₂). Byl použit hydrogenuhlíčitan draselný, soda bikarbona, hydrogenuhlíčitan hořečnatý a podobné látky. Nyní konečně začínáme chápat, proč tolik dětí zareagovalo na přípravek Buffered C (hydrogenuhlíčitan draselný, hydrogenuhlíčitan vápenatý, hydrogenuhlíčitan hořečnatý) a další

potřebovaly pufr o něco více specifický (některé například měly značně vyčerpanou zásobu niacinu a potřebovaly hydrogenuhličitan niacinu),“ napsala Patricia Kaneová.

Tento obyčejný výrobek pro domácnost, který se používá při pečeni, úklidu, na včelí bodnutí a překyselený žaludek, je natolik účinný, že někdy dokonce zabrání tomu, aby byl pacient napojen na umělou ledvinu. Anebo jakmile už na dialýze je, celý proces bývá pak o něco jednodušší.

Soda bikarbona se často užívá ústně jako antacid na překyselený žaludek a pálení žáhy. Orální formou ji lze brát také při léčbě chronických forem metabolické acidózy, jako je chronické selhání ledvin a ledvinová tubulární acidóza. Nebo se podává na alkalizaci močových cest při předávkování aspirinem a na ledvinové kameny z kyseliny močové.

V případech respirační acidózy hydrogenuhličitanový iont, podaný v infuzi, tlačí pufr tvořený kyselinou uhličitou/hydrogenuhličitanem v plazmě „doleva“ (do zásaditého pásma), a zvedá tak pH. Právě z toho důvodu se soda bikarbona využívá při kardiopulmonální resuscitaci pod lékařským dohledem. Infuze hydrogenuhličitanu je indikována jen tehdy, když je pH krve zjištěno jako nízké ($< 7,1-7,0$).

Existuje tolik medicínských situací, kdy může jedlá soda pomoci. Budeme hovořit o využití hydrogenuhličitanu při léčbě rakoviny, onemocnění ledvin, astmatu i cukrovky, ale ještě předtím se musíme podívat na základní důvod, proč soda bikarbona tak výborně účinkuje a proč je pro naše zdraví důležité mít jí v krvi dostatek.



Jedlá soda – unikátní přírodní léčba nabízí moderní přístup k medicíně, jejíž účinnost je prověřená časem, a vyzdvihuje tak nutnost, abychom na jedlou sodu začali pohlížet ve zcela novém světle. Tato látka, kterou jsme dřív pokládali jen za běžnou součást pečiva a zubních past, disponuje mocnými vlastnostmi, které vám pomohou obnovit rovnováhu organismu, získat zpět své zdraví a pocít pohody a vyvarovat se budoucích zdravotních problémů.

* * *

„Dr. Mark Sircus je jedním z nejlepších žijících autorů a badatelů v oblasti zdraví. Je skutečně úžasný a já bych mu velmi rád pomohl šířit jeho působivé a užitečné lékařské informace do světa.“

Dr. Garry Gordon

WWW.JOTA.CZ

populárné naučná



9 788075 650955

