

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 intoxicati cu toxine, E-uri, noxe, etc. ?

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

Cura de detoxifiere a organismului.

{flvremote}http://www.sanataresiviata.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-provoaca-dureri-articulare-si-alte-probleme-aparent-inexplicabile-Cura-de-sanatate-TVR1-Tele-Jurnal-20-Martie-2010-13-min.flv{/flvremote}

[Descarca fisierul](#) (68 MB)

Pentru a salva pe calculatorul dumneavoastra 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 frumuseti**
- **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 reuseste sa detoxifice alimentele pe care noi le ingeram, uneori**

prea mute, uneori prea industrializate. Pot apare practic in orice alta zona a copului manifestari patologice, uneori inexplicabile tocmai datorita intoxicarii lente dar sigure." spune Prof. Dr. Gheorghe Mencinicopschi.

- care sunt plantele alimentare, legume, fructe, suplimentele alimentare care ne ajuta la detoxifiere ?

- detoxifierea organismului este esentiala pentru sanatate, specialistii spun ca postul periodic este benefic, legumele si fructele nu trebuie sa lipseasca, fibrele alimentare absolut necesare pentru eliminarea toxinelor lipsesc din alimentele rafinate, industrializate se gasesc in schimb in (...)

- "Cu recomandarea medicului se pot folosi suplimentele alimentare pe baza de fibre alimentare, pe baza de vitamine naturale. Variantele naturale sunt intodeauna superioare celor de sinteza." spune Prof. Dr. Gheorghe Mencinicopschi

- (...) banala apa este un aliat puternic in detoxifierea organismului, bauta in cantitati mari, peste 2 litri pe zi, obliga rinichii sa lucreze si sa elimine astfel toxinele. Detoxifierea corpului are efecte incredibile ! Pofta de viata este doar unul dintre rezultate, mai ales ca scapi si de cateva kilograme nedorite.

- "Un colon fara toxine un organism deci fara toxine va duce la o piele sanatoasa, stralucitoare, la u par sanatos la unghii necesante care nu se rup." spune Dana Sota consultant in frumuseti.

- (...) o cura de detoxifiere cere insa multa aperseverenta "De multe ori pot sa intervina prietenii care sa aibe o influenta de gen presiunea care o pun pe noi: << Nu-ti trebuie cura, si asa esto bine si asa arati 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 medicinei naturiste " (medicinii naturale) " sunt adesea cea mai buna solutie de detoxifiere."

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

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

- " (...) apar in general simptome nespecifice, de aceea este si greu de diagnosticat cu precizie un organism intoxicat, 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 intoxicatie ale organismului datorita unei alimentatii gresite (...) " spune Prof. Dr. Pavel Chirila.

- care sunt cauzele intoxicarii cum sa prevenim intoxicarea 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 noastra:

"(...) 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 retine apa in organism si de aceea apar si edemele la unii bolnavi). Si as spune sa puna 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 eliminările 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 intodeauna cand omul reduce aportul alimentar sau chiar il suprima pentru cateva ore, ca un post negru, intodeauna organismul in mod reflex incepe o actiune de eliminare a toxinelor

(...) organismul

nu trebuie fortat dar eliminările continua si chiar mobilizeaza eliberarea de toxine e demonstrat stiintific

(...) "

spune Prof. Dr. Pavel Chirila.

- despre pasteurizarea lapteului 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 industriale) ?

"(...) Nu, trebuie sa avem grija toata viata sa nu ne intoxicam. Pentru ca aceste substante straine introduse in alimentatie, produc un fel de otravire lenta a corpului omenesc o intoxicatie cronica, a carei efecte deabia dupa 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 intoxicat, 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.