

## **TOXIC Top 10 - Primele 10 TOXINE evitati-le sau inlocuiti-le din: Casa, Mancare, Coesmetice, Apa, Corp, Carne, Spalati bine Fructele, Vegetale, etc.**



### **Toxic Top 10 - Top Ten Toxins to Avoid and Replace at Home, Food, Coesmetics, Water, Body, Meet, Wash the Fruits, Vegetables, Greens**

{youtube}ytyZqbbWuL0{/youtube}

**Extrase din inregistrarea video de mai sus despre viata care o ducem in aceasta lumea toxica, lume toxica care se pare ca e mai toxica chiar in casa noastra.**

Primele 5 (substante) toxice din casa (de sub acoperisul casei dvs.):

#### **#1 - Nr. 1 in top: Produsele, substantele de curatat casa**

Produsele si substantele de curatat din casa sunt o problema deoarece contin substante cancerigene despre care producatorii nu spun nimic, si nu exista o reglementare in acest domeniu in care producatorii sa fie obligati sa scrie pe produse ingredientele toxice care produc mai ales cancer (si alte boli grave).

Avantajul in ziua de azi este ca majoritatea magazinelor au produse alternative sigure pentru sanatatea dvs.

Primele 5 produse toxice din aceasta categorie de toxine:

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

## 1.1. Toxinele care apar de la detergentii pentru spalat vase cu masina de spalat.

Acest lucru e critic deoarece toxinele din detergenti iau contactul cu vesela, farfuriile, tacamurile pe de-o parte.

Partea 2-a este ca toxinele din detergenti, din aerul din masina de spalat sunt pulverizati in procesul de spalare in toata casa dvs. Dar si sapunul de spalat vase poate contine in ingrediente substante toxice.

## 1.2. Detergentii pentru spalat rufe

Detergentii pentru spalat rufele sunt alte toxine. De ce?

Deoarece hainele intra in contact cu pielea, pe de alta parte respiram toxinele emanate din detergentul cu care au fost spalate hainele (detergentul fiind facut din substante toxice, cititi ingredientele de pe detergent pentru a vedea substantele toxice)

## 1.3. Balsamurile de rufe

Balsamurile pentru rufe (pentru a crea o "moliciune" a rufelor) contin multe neurotoxine, aceste produse trebuie inlocuite cu produse alternative sanatoase (produse care se gasesc in majoritatea magazinelor alimentare, magazine de bacanie)

1.4. Aparatele de improspatat aerul - alt tip de produse toxice, care contin toxine in ingrediente. Alternativele pentru aceste produse sunt produse pe baza de plante, uleiuri esentiale.

## #2 - Nr. 2 in top: Covoarele si mobila

Multe persoane s-au plas ca s-au imbolnavit din cauza miilor de substante toxice din covoare.

Ganditi-va la un experiment (pe care nu vi-l recomand): daca puneti un soarece intr-un tub (teava) cu o bucata de covor nou si in alt tub doar un alt soarece, dimineata o sa aveti un soarece mort (o sa va dati seama din ce tub este soarecele mort).

Alternativele la covoare sunt parchetul din lemn dur, lemn natural (nelaminat - neprocesat).

Si inca ceva daca aveti covoare de peste 2 ani de zile, majoritatea toxinelor au iesit din acele covoare.

Ca si alternative: Gasiti magazine, inclusiv magazinele de pe internet care vand covoare si produse din mobila fara substante toxice, sigure pentru sanatatea dvs.

## #3 - Nr. 3 in top: Sursa de apa

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

La sursele de apa e bine sa ne uitam la 2 lucruri. Sursele de apa din oras nu contin bacteriile, parazitii de ne ingrijoram in trecut, dar suntem ingrijorati de clorarea si/sau fluorurarea apei 2 substante toxice.

Astfel puteti lua in considerare filtrarea apei din casa dvs. De ce ?

Deoarece un dus de 10 minute este echivalentul a 10 pahare de apa clorurata baute!

## **Professional Perspectives: Fluoride in Tap Water**

{youtube}\_Ys9q1cvKGk{/youtube}

**Daca nu puteti filtra apa di casa dvs. macar sa aveti acces la un post unde se filtreaza apa. Orice tip de filtrare este buna ca sa scoatem aceste toxine din sursele de apa.**

### **#4 - Nr. 4 in top: Vasele in care gatim**

Despre vasele de gatit s-a vorbit mult in presa, ultimile stiri despre **TEFLON**.

Puteti gasi in multe stiri curente in mass-media deoarece sunt multe procese cu firmele care fac produse, vase de gatit pe baza de teflon, deoarece aceste firme au fost date in judecata din cauza ca se imbolnaveau duap ce foloseau aceste vase de gatit care erau construite pe tehnologia teflonului.

De cate ori gatiti in vase de teflon, din aceste vase ies gaze, chimicale toxice in toata casa dvs.

O solutie simpla folositi vase din inox (stainless steel - material inoxidabil), intoarceti-va la vremurile din trecut la vasele din fonta.

### **#5 - Nr. 5 in top: Mucegaiul si biotoxinele**

Mucegaiul a devenit o epidemie a lumii moderne, deoarece casele noastre sunt in cladiri foarte stramte. Poate ati auzit de: "sindromul bolnavilor din cladiri", majoritatea se datoreaza mucegaiului.

Exista 2 solutii simple prin care se poate preveni aparitia mucegaiului:

5.1 Trebuie sa tineti umiditatea din casa sub 15% - peste 15% umiditatea duce la aparitia mucegaiului.

5.2 Ventilator de scimb aer, care recircula aerul din interiorul casei in exterior si aduce aer proaspat din afara casei.

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

Apropo o alta solutie ar fi si prin substante chimice.

Urmatoarele 5 toxine chiar "sub nasul nostru":

## **#6 - Nr. 6 in top: Produsele de ingrijire personala, cosmeticele, etc.**

Domnisoarelor, doamnelor mai ales aveti mare grija la aceasta categorie de produse. Machiajul produsele pentru machiaj folosite zilnic.

Punand aceste produse direct pe piele, ghiciti ce se va intampla?

Acele ingrediente din produse intra direct in sange (in sistemul circulator al sangelui) si in timp o sa va intoxifice.

Nu este timp acum sa va spun despre toate chimicalele pe care le cititi de pe etichetele produselor de ingrijire personala, cosmeticele deoarece nici eu nu le mai stiu (din cate au aparut), dar sa va spun de primele 3 la care la care e bine sa fiti atente (atenti) si sa va feriti de ele:

6.1 [Sodium Lauryl Sulfate \(SLS\)](#) : Substanta care este practic inclusa in orice produs, substanta care produce efectul de bule, balonase. Da o senzatie de mangaiere, o senzatie de moale, de ceva matasos cand va dati pe corp cu aceste produse care contin SLS.

Cititi ingredientele de pe eticheta si cautati aceste substante.

6.2. [Propylene glycol](#) : Este la baza o substanta folosita impotriva inghetului (antigel, antifreeze) deci va introduceti in corp antige, substanta care este toxica.

6.3. [Diethanolamine \(DEA\)](#) : Substanta demonstrata carcinogena (produce cancerul) se absoarbe direct in piele.

Majoritatea produselor de ingrijire personala, cosmeticele au cele trei substante toxice de mai sus.

Ca sfat in general: Cititi ingredientele de pe eticheta, daca sunt multe ingrediente care "nu se pot citi" (cu nume stiintific), inseamna ca este un produs prost.

Organic, natural. Da. Poate mai bine, dar nu mereu tot trebuie sa va uitati la ingredientele de pe eticheta.

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

Inca o data daca nu se pot citi ingredientele de pe eticheta produsului categoric sa nu-l mancati (gustati), si mai ales sa nu va dati pe piele cu acel produs.

Pacientii mei cauta in toata casa toate produsele care ar trebui sa le evite (...) si au inceput sa inlocuiasca substantele de curatare prin casa, produsele de machiare, produsele care le pun in par, tot contine parfum, etc. in ingrediente toate acestea sunt TOXICE o sa va doriti sa le inlocuiti cu alte produse naturale.

Va recomand sa faceti si dvs. la fel.

## **Toxinele din Cosmetice - Toxins In Cosmetics / Educational Video**

{youtube}JAvnbOX8QX4{/youtube}

**Efectele secundare in ce priveste cosmeticele: infertilitate, cancer de san, cancer de testicole la barbati, alte forme de cancer, etc.**

## **MACHIAJUL, COSMETICELE: Cancer de san si legatura cu estrogenul - □ MAKE-UP: Breast Cancer & The Estrogen Connection**

{youtube}kl2V3jHuiQs{/youtube}

## **#7 - Nr. □ 7 in top: Produsele din □ plastic □ si sticlele din plastic**

Produsele din plastic ex. sticlele din plastic sunt TOXICE de ce ?

Deoarece sunt Xeno-estrogenice (estrogenii proveniti din afara corpului, din mediul extern corpului, sunt hormoni estrogeni nenaturali asemanatori cu cei umani, dar proveniti din plasticele incalzite, pesticide, produse de sinteza, o mare parte din cosmetice, etc.).

Xeno-Estrogenics este un cuvânt greu de inteles dar pe scurt inseamna ca se gasesc substante asemanatoare cu hormonii estrogen din corpul tau (hormonii sexuali feminini), substante care imita hormonii estrogenii naturali din corp.

Si de ce aceasta ar fi o problema? Deoarece declanseaza cancerul.

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

Deci ca si sfat: cand va uitati la o sticle (de apa plata, minerala, etc.) evitati sticlele din plastic cat de mult puteti.

Asemenea NU puneti lucruri incinse in plastic si mai ales NU depozitati in sticlele de plastic mancare calda si grasa (sau nu le depozitati in zona cu caldura, incalzire, la soare etc.) o idee proasta.

Altceva ce merita a fi stiut daca chiar doriti sa folositi sticle din plastic uitati-va pe fundul sticlei, sunt cateva numere la care e bine sa va uitati:

- **Feriti-va de numerele: 3, 6, 7 !**

- **Este mai bine sa fie scrise numerele: 1, 2, 4, 5 (aceste numere indica sticle din plastic mai bun)**

Eu prefer numarul 1, va uitati la numarul din triunghiul de reciclare, sau pe partile laterale din partea de jos a sticlei aceste numere reprezinta numarul de reciclare, deci sa fiti atenti la acest aspect.

Toxinele din mancare, am ajuns si la acestea.

**#8 - Nr. 8 in top: Erbicide, Pesticide, Steroizi (factori de crestere) si Excitotoxine, Hormoni, Antibiotice, Aditivii alimentari (E-urile), etc.**

Care ar fi solutia? Sa mancam organic. Pretul este mai ridicat la mancarea organica, dar daca nu puteti manca totul organic macar spalati bine fructele, vegetalele si legumele, alimentarele vand apa de spalat vegetale, posibil si in Romania (sau puneti in chiuveta pe langa apa si putina apa oxigenata si lamaie apoi spalati-le pentru a indeparta erbicidele, pesticidele, etc. - pentru a afla care este cantitatea de apa oxigenata a se vedea [Dr. Robert Morse](#) ) cumparate de la orice magazin alimentar, supermarket deoarece acestea mai sunt stropite cu anumite substante.

Pentru cei care mancati carne e bine sa cumparati carnea de la un taran (fermier) care are produse organice, naturale deoarece pentru a produce 1 kg de carne e nevoie de 1-2 hectare de pasune, iarba. Si ghiciti ce se afla in acea iarba daca e un teren contaminat?

Aceasta inseamna ca sunt multe chimicale in acea carne.

Deci carnea este problema principala in ce priveste toxinele. Sunt cele mai multe TOXINE in carne ! Carnea este pe primul loc la TOXINE (fie ca este de la fermier, taran, naturala,

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

traditionala, organica, eco, bio)

Daca o luati de la un fermier local nu trebuie sa fie mai scumpa decat cea de la magazin, gostat etc.

**Fructele si alimentele de origine vegetala, plantele alimentare, nu contin grasime animala si nici colesterol**

**Grasimea animala, care se vede sau nu cu ochiul liber, din alimentele de origine animala (lapte si lactate, carne, oua) contine cantitati intre 10 si peste 90 ori mai multe erbicide, pesticide, factori de crestere (dar si toxine, metale grele etc.) decat cantitatile ce se gasesc in alimente de origine vegetala (care nu sunt bio, organice, ecologice, adica cele crescute cu erbicide, pesticide, etc.) : fructe, verdeturi - zarzavaturi, vegetale, plante medicinale - ierburi medicinale, oleaginoase - seminte si samburi (includ si nucile), legume - leguminoase, etc.**

Puteti gasi alternative mult mai sanatoase la produsele de origine animala care contin grasime animala (carne, lapte - lactate, oua) alternativele fiind: fructe, vegetale, verdeturi, zarzavaturi, etc. pentru detalii despre mancarea sanatoasa vedeti emisiunile TV din sectiunea, categoria [Alimentatie sanatoasa](#)

, mai ales cu

[Dr. Virgiliu Stroescu](#)

, doctor in medicina - Endocrinolog si Nutritionist si

[Dr. Robert Morse](#)

- dr. Naturopat specializat in Medicina Naturala si regenerare la nivel celular (vindecare completa pentru orice afectiune, "boala").

**Mancarea (neorganica sau mancare procesata) si Toxinele: Te tin ingrasat - Food & Toxins: Keeping You Fat**

{youtube}Pen1isLmIPo{/youtube}

**#9 - Nr. 9 in top: Mercurul**

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

Aceasta este categoria mea preferata. De ce mercurul este o problema asa de mare in zilele acestea ? Aceasta stire este de curand, in toata mass-media.

9.1. Mercurul se foloseste in [vaccinuri \(la conservarea vaccinurilor, etc.\)](#)

9.2. O alta problema mare este la adulti in ce priveste plombele de amalgam.

Plombele de amalgam contin 15% mercur !

Ce putem face in acest caz, sa scoatem plombele de amalgam dar trebuie sa avem grija si de mercurul care a intrat si este in noi, sa ne detoxificam.

Adevarata detoxifiere trebuie sa fie la nivel celular.

Evitati mercurul. In ce priveste pestele va dau un sfat numancati pesti rapitori (pestii mari) mancati din cei mici (cei din Pacific).

In ce priveste pestele cat de sanatos sau de nesanos este vedeti emisiunile TV cu [dr. Virgiliu Stroescu](#),

doctor in medicina - Endocrinolog si Nutritionist si

[Dr. Robert Morse](#)

- dr. Naturopat specializat in Medicina Naturala si regenerare la nivel celular (vindecare completa pentru orice afectiune, "boala").

## **#10 - Nr. 10 in top: Medicamentele**

Poate unii dintre dvs. sunt mirati dar nu multi deoarece multe persoane in ziua de azi sunt trecute pe medicamente, tratamente cu medicamente, iar aceste medicamente ne duc la o povara toxica.

Nu va pot spune sa renuntati la tratamentul medicamentos, dar va spun ca medicamentatia ne impune in cele din urma sa trecem pe o dezintoxicare de aceste medicamente, este un lucru important in ziua de azi.

In general ce le spun pacientilor mei:

Scris de Administrator  
Marți, 09 Noiembrie 2010

---

Daca doresti sa ramai sanatos, sa devi sanatos intr-o lume toxica ca cea de azi, trebuie sa renuntam la sursele de toxine (si cele din acest top 10 al toxinelor), mai ales sa renunti la toxinele din corpul nostru si ce te face sa te imbolnavesti, sa fi bolnav.

Sunt multe produse (naturale) pe piata care detoxifica: de grasimi, ficatul, colonul etc.

Sa stiti ca adevarata dezintoxicare trebuie sa se faca la nivel celular. Eliminati sursa toxinelor si faceti adevarata detoxificare care se intampla numai la nivelul celular.

## **Doctor Pompa Wellness, Autism, Diabetes, Fibromyalgia, Chronic Fatigue, Weight Loss Pittsburgh**

{youtube}GKHOS\_hlRWo{/youtube}

Sursa si alte informatii utile:

- <http://movingspaceproductions.com/index.php?key=Toxins>
- Pompa Health Solutions [www.youtube.com/watch?v=ytyZqbbWuL0](http://www.youtube.com/watch?v=ytyZqbbWuL0)
- [www.DrPompa.com](http://www.DrPompa.com)
- [PRODUSELE COSMETICE UZUALE contin substante EXTREM DE TOXICE! - Vezi INGREDIENTELE NESANATOASE din aceste cosmetice si produse de ingrijire, si BOLILE DECLANSATE DE ACESTEA. - Alternativele la cosmeticele uzuale sunt produsele Bio sau Organice, Ecologice](#)
- a se vedea si sectiunea, categoria [Alimentatie sanatoasa](#) , mai ales cu [Dr. Virgiliu Stroescu](#) , doctor in medicina - Endocrinolog si Nutritionist si [Dr. Robert Morse](#)
- dr. Naturopat specializat in Medicina Naturala si regenerare la nivel celular (vindecare completa pentru orice afectiune, "boala").