

10



Medicina celulară

**Baza științifică a recomandărilor Dr.Rath
pentru sănătate celulară**

- **Sănătatea celulară depinde de bioenergia celulară**
- **Principiile medicinei celulare**
- **Date științifice despre nutrienții celulari**
- **Medicina convențională vs Medicina celulară**
- **Întrebări și răspunsuri**

Sănătatea celulară depinde de bioenergia celulară

Viața depinde de furnizarea constantă a patru elemente principale: aer (oxigen), apă, macronutrienți (proteine, grăsimi și carbohidrați) și micronutrienți (vitamine, minerale, anumiți aminoacizi și oligoelemente).

Există o caracteristică distinctă care separă micronutrienții de aer, apă și hrană; lipsa micronutrienților nu dă în prealabil un "semnal de alarmă". De exemplu, lipsa oxigenului declanșează în câteva minute alarma de sufocare. Primul semnal de alarmă al lipsei de apă este setea, iar lipsa hranei cauzează foamea.

Spre deosebire de acestea, deficitul de vitamine și alți nutrienți esențiali, transportatorii bioenergiei celulare, nu dau corpului semnale de alarmă. Primul semn al deficitului de micronutrienți este declanșarea unei boli. O epuizare totală a vitaminelor, cum este cazul scorbutului, duce la deces în decurs de doar câteva luni. Întrucât noi primim totuși prin alimentație mici cantități de vitamine și alți nutrienți esențiali, nu ajungem să experimentăm o epuizare totală a acestora.

Totuși, cei mai mulți dintre noi suferim de deficit cronic de vitamine și alți nutrienți esențiali pe perioade lungi, de ani și chiar decenii. Acest deficit de bioenergie celulară pe termen lung este condiția preliminară pentru dezvoltarea bolilor cronice cum ar fi ateroscleroza, insuficiența cardiacă, problemele circulatorii ale diabeticii și alte probleme de sănătate descrise în această carte. Primul semn al deficitului cronic de micronutrienți poate fi un infarct miocardic, un accident vascular cerebral sau declanșarea unei boli.

Deoarece organismul nostru nu ne dă nici un semnal de alarmă, cel mai bun mod în care putem evita deficitul de energie celulară – prevenind astfel instalarea multor boli – este suplimentarea zilnică optimă cu micronutrienții cuprinși în recomandările mele pentru sănătate celulară.

Oxigen**Apă****Macronutrienți**

- Zaharuri
- Grăsimi
- Proteine

Micronutrienți

- Vitamine
- Aminoacizi
- Minerale
- Oligoelemente

**Lipsa elemen-
telor esențiale
pentru viață****Semnale****Moartea
survine în**

Lipsa de oxigen	→ Sufocare	→ Minute
Lipsa de apă	→ Sete	→ Zile
Lipsa de hrană	→ Foame	→ Săptămâni
Zero Vitamine	→ Nici unul!	→ Luni (de exemplu scorbut)
Deficitul de vitamine	→ Nici unul!	→ Mulți ani (de exemplu infarct miocardic)

Sursele de bioenergie ale corpului și consecințele deficiențelor acestora

Medicina celulară

Această carte prezintă conceptul științific de Medicină Celulară care marchează o nouă epocă în asistența medicală. Medicina celulară se bazează pe o nouă înțelegere: starea de sănătate sau boală a corpului nostru și a organelor noastre sunt determinate de funcționarea milioanei de celule din care acestea sunt alcătuite. Funcționarea optimă a celulelor este o condiție preliminară a sănătății. În schimb, funcționarea defectuoasă a celulelor provoacă boli.

Prima și cea mai frecventă cauză a funcționării defectuoase a celulelor este deficitul cronic de nutrienți celulari esențiali în special vitamine, aminoacizi, minerale și oligoelemente. Acești nutrienți celulari sunt necesari pentru o multitudine de reacții biochimice și alte funcții celulare care au loc în fiecare celulă a organismului nostru. De aceea, deficitul cronic al unuia sau mai multor astfel de nutrienți duce la disfuncții celulare și boli.

Medicina celulară poate explica și de ce bolile cardiovasculare sunt cauza numărului unu a deceselor în multe țări. Sistemul circulator este cea mai activă componentă a organismului nostru, din punct de vedere mecanic, datorită funcției continue de pompare a inimii și a fluxului de sânge care pulsează prin artere. Din cauza acestui stres mecanic pronunțat, celulele sistemului cardiovascular consumă vitamine și alți nutrienți esențiali cu viteză sporită.

Medicina celulară definește un aport zilnic optim de micronutrienți specifici ca măsură preventivă și terapeutică de bază pentru bolile cardiovasculare, ca și pentru alte probleme de sănătate.

Principiile medicinei celulare

- I. Sănătatea și boala sunt determinate la nivelul milioanei de celule care alcătuiesc corpul nostru și organele acestuia.**

- II. Miile de reacții biochimice care au loc în fiecare celulă au nevoie de vitamine și de alți nutrienți esențiali. Deficitul cronic al acestora este cea mai frecventă cauză a funcționării defectuoase a milioanei de celule ale organismului și prima cauză a bolilor cardiovasculare și altor boli cronice.**

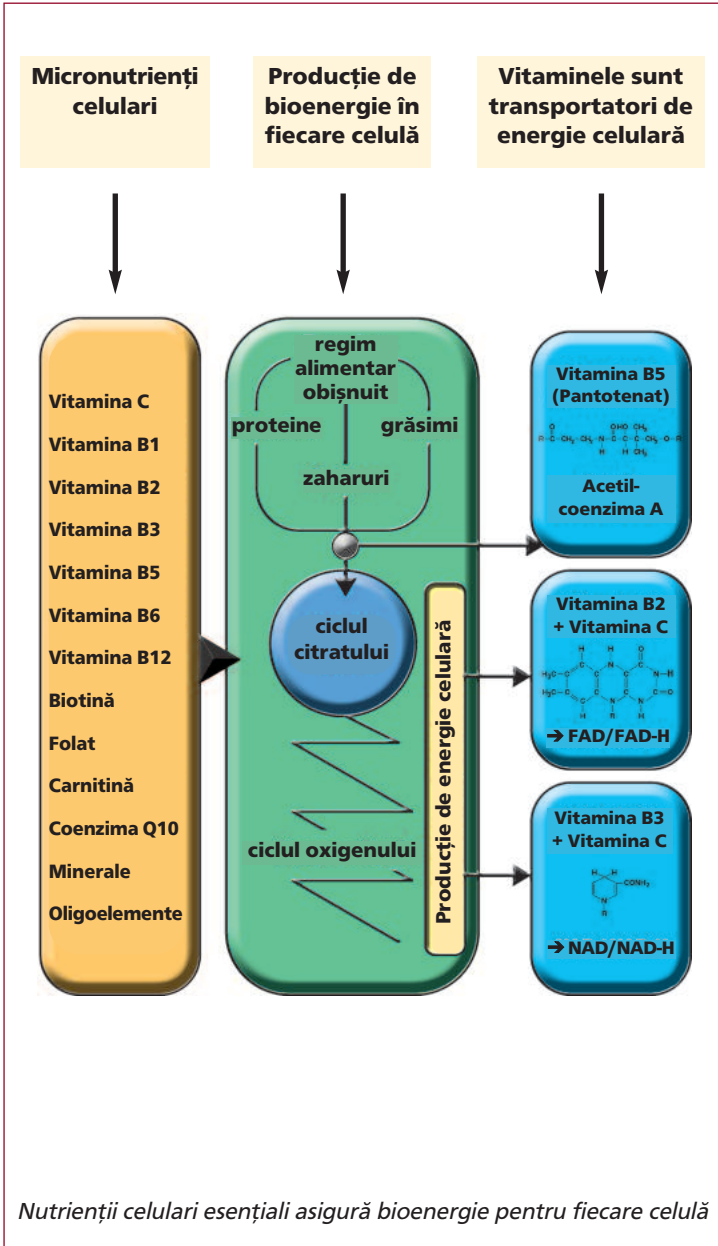
- III. Bolile cardiovasculare sunt cele mai frecvente, deoarece celulele sistemului cardiovascular consumă vitamine și alți nutrienți esențiali cu o viteză sporită. Acest lucru se datorează stresului mecanic exercitat asupra inimii și pereților vasculari de către bătăile inimii și unda pulsului.**

- IV. Suplimentarea zilnică a regimului alimentar cu vitamine și alți nutrienți esențiali este cheia prevenirii și tratării eficiente a bolilor cardiovasculare, ca și a altor boli cronice.**

Nutrienții celulari livrează bioenergie celulară "centrelor energetice" celulare

Cei mai mulți nutrienți celulari ținesc "centrala energetică" a fiecărei celule. Acolo ei ajută la "aprindere" pentru "arderea" biologică a energiei derivate din zaharuri, proteine și grăsimi. Prin comparație cu o centrală energetică convențională, macronutrienții sunt cărbunile iar micronutrienții sunt substanțele de aprindere pentru procesul de generare a energiei. Graficul alăturat rezumă aceste date importante:

- **Acetil-Coenzima A (Acetyl-CoA)**, molecula centrală a metabolismului celular este indispensabilă pentru procesarea tuturor componentelor alimentației (carbohidrați, proteine, grăsimi) și conversia acestora în bioenergie. Vitamina B (acid pantotenic) este o componentă structurală a acestei molecule cheie. Un deficit de vitamina B duce la scăderea nivelului de acetil-coenzimă A și la "congestie" metabolică. Aceasta poate determina niveluri ridicate ale colesterolului și ale altor grăsimi în sânge. Suplimentarea optimă cu vitamina B corectează această "congestie" și ameliorează producția de energie celulară.
- **Vitamina B3 (acid nicotinic)** este molecula transportatoare de energie a unuia dintre cele mai importante vehicule energetice celulare, nicotinamida-adenin-dinucleotida (NAD). Vitamina C asigură bioenergie moleculelor transportatoare NAD prin adăugarea de atomi de hidrogen (-H) deci de energie biologică. Moleculele-vehicul bogate în energie NAD-H asigură energie pentru milioane de reacții celulare. Un aport suficient de vitamina B3 și vitamina C este indispensabil pentru o energie celulară optimă.
- **Vitamina B2 (riboflavină)** și vitamina C cooperează în mod similar în interiorul fiecărei celule ca un vehicul de energie. Vitamina B2 este o componentă structurală a moleculei transportatoare de energie flavin-adenin-dinucleotidă (FAD) iar vitamina C asigură energie pentru activarea milioane de molecule FAD bogate în bioenergie.



Date științifice despre nutriții din recomandările Dr. Rath pentru sănătate celulară

Succesul la scară mondială al recomandărilor mele pentru sănătate celulară se datorează faptului că acest program natural are o bază științifică. Compoziția biochimică și funcțiile biologice ale ingredientelor acestor recomandări sunt bine cunoscute. Astfel, beneficiile acestui program asupra sănătății sunt reproductibile. Milioane de oameni din întreaga lume, atât cei care trăiesc astăzi, cât și generațiile viitoare, pot beneficia de ele.

Există numeroase studii științifice care susțin importanța fiecărui element component al recomandărilor mele pentru sănătate celulară. Următoarele pagini rezumă înțelegerea cuprinzătoare asupra importanței fiecăruia dintre ingredientele acestui program de nutriții esențiali.

Interesant este că multe din aceste funcții biochimice sunt deja descrise în lucrări remarcabile în domeniul biologiei și biochimiei. Printr-un contrast izbitor însă, aceste informații salvatoare de vieți lipsesc din cele mai multe cărți de medicină. Cartea de căpătâi a cardiologilor, Heart Disease – A Textbook of Cardiovascular Medicine (Boala de inimă – o carte despre medicina cardiovasculară), a lui Eugene Braunwald nu menționează vitamina C nici măcar o dată în cele 2000 de pagini de material de studiu pentru viitorii cardiologi, în pofida faptului că această vitamină este singura cauză deosebit de importantă pentru care animalele nu fac infarct miocardic, în timp ce oamenii, da.

Omisiunea acestei informații salvatoare din cărțile de medicină nu este o coincidență. Cauza o constituie interesele de investiții de multe trilioane de dolari ale industriei farmaceutice și ale "afacerii sale cu boala". Această industrie se bazează pe medicamente științifice patentate care tratează în principal simptomele. Perpetuarea și expansiunea globală a acestei

industrii depinde de eliminarea oricărei competiții din partea abordărilor naturale, nepatentabile, ale sănătății. Iar obstrucționarea medicilor și a altor profesioniști din domeniul sănătății, pentru a nu recunoaște rolul micronutrienților ca bază a funcționării celulelor și a unei sănătăți optime, servește acestui scop.

Bazele științifice ale medicinei celulare pot aduce atât de necesara și mult așteptata modernizare a medicinei. Cu fiecare zi cu care implementarea medicinei celulare este amânată, mii de pacienți din întreaga lume vor continua să moară de boli ce ar putea fi prevenite. Următoarele pagini conțin cele mai importante date științifice despre componentele recomandărilor mele pentru sănătate celulară. De asemenea, această informație va ajuta un număr din ce în ce mai mare de medici să accepte și să implementeze principiile medicinei celulare în practica lor zilnică.

Vitamine, minerale, oligoelemente, aminoacizi și alți nutrienți celulari

Vitamina C

Vitamina C este nutrientul cheie pentru stabilitatea vaselor de sânge, a inimii și a celorlalte organe din corpul nostru. Fără vitamina C, corpurile noastre ar ceda și s-ar dizolva efectiv, ca în cazul scorbutului. Vitamina C este responsabilă de producția și funcționarea optimă a colagenului, elastinei și altor molecule ale țesutului conjunctiv care conferă stabilitate vaselor de sânge și întregului nostru corp.

Vitamina C este importantă pentru vindecarea rapidă a rănilor din întregul nostru corp, inclusiv a milioane de leziuni și fisuri microscopice ale pereților vaselor de sânge.

Vitamina C este cel mai important antioxidant al corpului. Cantitățile optime de vitamina C protejează în mod eficient sistemul cardiovascular și organismul împotriva ruginirii biologice. Vitamina C este și un cofactor al unei serii de catalizatori biolo-

gici (enzime) cu rol important în îmbunătățirea metabolismului colesterolului, trigliceridelor și al altor factori de risc. Aceasta contribuie la scăderea riscului de boli cardiovasculare.

Vitamina C este o moleculă importantă de energie, necesară pentru a reîncărca transportatorii energetici din interiorul celulelor.

Vitamina E

Vitamina E este cea mai importantă vitamină antioxidantă solubilă în apă. Ea protejează în special membranele celulelor sistemului cardiovascular. Vitamina E previne de asemenea atacurile din partea radicalilor liberi și deteriorarea oxidativă.

Vitamina E este transportată de proteinele cu mică densitate (LDL) și de alte particule transportatoare de colesterol și grăsimi. Luată în cantități optime, vitamina E poate împiedica aceste particule grase să se oxideze (ruginire biologică) și să deterioreze interiorul pereților arteriali.

S-a demonstrat că vitamina E face trombocitele din circulația sângelui mai puțin adezive și astfel păstrează sângele subțire reducând riscul de formare a cheagurilor.

Beta-caroten

Beta-carotenu mai este numit și pro-vitamina A și este o altă importantă vitamină oxidantă solubilă în grăsimi. Ca și vitamina E, este transportat către milioane de celule de către particulele de lipoproteine din fluxul sanguin. De asemenea, la fel ca vitamina E, beta-carotenu împiedică aceste particule de grăsime să ruginească și să deterioreze sistemul cardiovascular. Beta-carotenu este menționat într-un număr din ce în ce mai mare de studii clinice ca agent protector împotriva bolilor cardiovasculare. S-a demonstrat că beta-carotenu, la fel ca vitamina E, scade riscul formării cheagurilor de sânge.

Vitamina B1 (Tiamină)

Tiamina funcționează ca un cofactor al unui important biocatalizator numit pirofosfat. Catalizatorul este implicat în metaboli-

mul fosforului din celulele noastre, o altă importantă sursă de energie care optimizează milioanele de reacții din celulele sistemului cardiovascular și nu numai.

Vitamina B2 (Riboflavină)

Riboflavina este cofactorul pentru flavin-adenin-dinucleotidă (FAD) una din cele mai importante molecule transportatoare de energie celulară din interiorul micilor centre de energie (centrale energetice) ale tuturor celulelor.

Vitamina B3 (Niacină, Niacinamidă)

Niacina este un nutrient important, esențial ca și cofactor al nicotinamida-adenin-dinucleotidei (NAD) și al moleculelor transportatoare de energie asociate. Această moleculă transportatoare de energie este unul din cele mai importante sisteme de transport energetic din întregul organism. Milioane de astfel de transportatori sunt generați și reîncărcați (cu ajutorul vitaminei C) în centrele de energie celulară ale sistemului cardiovascular și ale întregului corp. Viața celulei și viața în general nu ar fi posibile fără acest transportator de energie.

Vitamina B5 (Pantotenat)

Pantotenatul este cofactorul coenzimei A, molecula centrală de combustibil în metabolismul celulelor inimii noastre, ale vaselor de sânge și ale tuturor celorlalte celule. Metabolismul carbohidraților, proteinelor și grăsimilor din interiorul fiecărei celule generează o singură moleculă, acetyl-coenzima A. Aceasta este molecula cheie care ajută la convertirea hranei în energie celulară. Această moleculă importantă este compusă, de fapt, parțial din vitamina B5, deci importanța suplimentării cu această vitamină este evidentă. Viața celulei nu ar fi posibilă fără această vitamină.

Vitamina B6 (Piridoxină)

Vitamina B6 este cofactorul fosfatului piridoxal, un element important pentru metabolismul aminoacizilor și proteinelor în celulele sistemului cardiovascular și nu numai. Vitamina B6 este necesară pentru producția de celule roșii ale sângelui, care sunt transportatorii de oxigen spre celulele sistemului car-

diovascular și spre alte celule ale organismului. Vitamina B6 este esențială și pentru structura și funcționarea optimă a fibrelor de colagen.

Vitamina B12

Vitamina B12 este necesară pentru metabolismul corect al acizilor grași și al anumitor aminoacizi în celulele corpului nostru, ca și pentru producerea celulelor roșii ale sângelui. Deficitul sever de vitamina B12 poate cauza o boală numită anemie pernicioasă, care se caracterizează prin producția insuficientă de celule roșii ale sângelui.

Folatul

Folatul este un nutrient foarte important pentru producția de celule roșii ale sângelui și pentru alimentarea cu oxigen.

Ultimele 3 vitamine sunt exemple bune pentru modul în care aceste molecule de bioenergie lucrează sinergic, la fel ca o orchestră. Fără transport corespunzător de oxigen spre toate celulele, funcționarea lor ar fi deteriorată, indiferent câte vitamine ați lua. De aceea este important să vă suplimentați regimul alimentar cât mai mult posibil cu nutrienții esențiali potriviți și în dozele corecte.

Biotină

Biotina este necesară pentru metabolismul carbohidraților, grăsimilor și proteinelor.

Vitamina D

Vitamina D este esențială pentru metabolismul optim al calciului și fosforului în organism, ca și pentru creșterea și stabilitatea oaselor și dinților. Timp de secole, deficitul de vitamina D a fost cauza unei boli frecvente la copii, care ducea la creștere întârziată și malformații. Din acest motiv, în multe țări laptele este îmbogățit cu vitamina D.

Vitamina D este esențială și pentru metabolismul optim al calciului în pereții arterelor, inclusiv înlăturarea acestuia din depozitele aterosclerotice.

Mineralele

Mineralele sunt nutrienți esențiali importanți, în rândul cărora pe primele locuri se situează calciul, magneziul și potasiul. Mineralele sunt utilizate în cadrul unei multitudini de reacții catalitice care au loc în toate celulele organismului.

Calciul

Calciul are un rol important în contracția corectă a celulelor musculare, inclusiv a mioanelor de celule ale mușchiului cardiac. Este necesar și în procesul de conducere a impulsului nervos, ceea ce determină bătăi corecte ale inimii. Calciul are un rol esențial în întărirea și stabilizarea oaselor și dinților, în procesul de comunicare biologică între celulele sistemului cardiovascular și majoritatea celorlalte celule, ca și în multe alte funcții biologice.

Magneziu

Magneziul este un antagonist natural de calciu, de aceea acțiunea sa benefică asupra sistemului cardiovascular este similară celei a antagoniștilor de calciu din medicamentele pe bază de rețetă, cu excepția faptului că magneziul este produs de natură.

Studiile clinice au arătat că magneziul este deosebit de important pentru normalizarea hipertensiunii arteriale, ba mai mult, el poate normaliza și bătăile neregulate ale inimii.

Oligoelemente

Oligoelementele zinc, mangan, cupru, seleniu, crom și molibden sunt alți nutrienți esențiali importanți. Majoritatea oligoelementelor sunt folosite pe post de catalizatori pentru mii de reacții biochimice ale metabolismului celular. Totuși, ele sunt necesare în foarte mici cantități – mai puțin de o zecime de miligram.

Aminoacizi

Aminoacizii sunt cărămizile de construcție ale proteinelor. Majoritatea aminoacizilor din corpul nostru sunt derivați din alimente obișnuite și din digerarea proteinelor. Mulți aminoacizi pot fi sintetizați în corpul nostru la nevoie; aceștia se numesc aminoacizi "neesențiali". Aminoacizii pe care organismul nu îi poate sintetiza se numesc aminoacizi "esențiali".

Este important să înțelegeți că – deși organismul este capabil să producă anumiți aminoacizi – cantitatea produsă poate să nu fie suficientă pentru o sănătate bună. Un bun exemplu în acest sens este aminoacidul prolină.

Prolină

Aminoacidul prolină este o cărămidă de construcție importantă pentru stabilitatea proteinelor collagen și elastină. Peste 10% din cărămizile de construcție ale moleculelor de collagen constă doar din prolină. Este ușor de înțeles cât de important este, pentru stabilitatea optimă a vaselor de sânge și a organismelor noastre în general, să avem o cantitate optimă de prolină în regimul nostru alimentar.

Prolina este foarte importantă în procesul de regresie a depozitelor aterosclerotice. Așa cum s-a descris în această carte, globulele grase transportatoare de colesterol (lipoproteine) se atașează de interiorul vaselor de sânge cu ajutorul unor benzi adezive biologice. Prolina este un excelent agent tip "teflon" care poate neutraliza aderența acestor globule grase. Efectul terapeutic este dublu. În primul rând prolina ajută la prevenirea formării depozitelor aterosclerotice, iar în al doilea rând ajută la eliberarea în fluxul sanguin a globulelor grase deja depozitate pe pereții vaselor de sânge. Când multe globule grase sunt eliberate din plachetele de pe pereții arteriali, dimensiunea depozitului scade, ceea ce determină regresia bolii cardiovasculare.

Prolina poate fi sintetizată de organism, dar cantitățile rezultate sunt adesea insuficiente mai ales la pacienții cu risc crescut de boli cardiovasculare.

Lizină

Spre deosebire de prolină, lizina este un aminoacid esențial, ceea ce înseamnă că nu poate fi sintetizat de organism. De aceea, suplimentarea zilnică cu acest aminoacid este deosebit de importantă. Lizina, ca și prolina, este o cărămidă importantă de construcție a collagenului și a altor molecule de stabilitate, iar administrarea sa ajută la stabilizarea vaselor de sânge și a altor organe.

Aportul combinat de lizină și prolină cu vitamina C are o deosebită importanță pentru stabilitatea optimă a țesuturilor din corp. Pentru o putere optimă a moleculelor de collagen, cărămizile sale de construcție lizina și prolina trebuie să fie modificate biochimic în hidroxilizină și hidroxiprolină.

Vitamina C este cel mai eficient biocatalizator pentru îndeplinirea acestei reacții de "hidroxilare" și deci pentru asigurarea unei rezistențe optime a țesutului conjunctiv. Lizina este un alt agent tip "teflon" care poate ajuta la eliberarea globulelor grase depozitate pe vasele de sânge. Persoanele cu boală cardiovasculară existentă își pot mări aportul zilnic de lizină și prolină cu câteva grame, suplimentar față de programul de bază recomandat în această carte.

Lizina este și precursorul aminoacidului carnitină. Conversia lizinei în carnitină necesită prezența vitaminei C ca biocatalizator, acesta fiind un alt motiv pentru care combinația de lizină cu vitamina C este esențială.

Arginină

Arginina are multe funcții în organismul uman. Una dintre acestea este deosebit de importantă în ceea ce privește sistemul cardiovascular. Aminoacidul arginină se poate scinda formând o moleculă mică numită oxid nitric. Această mică parte din fosta arginină are un rol puternic în menținerea sănătății cardiovasculare. Oxidul nitric relaxează pereții vaselor de sânge și ajută la normalizarea hipertensiunii arteriale. În plus, el ajută la reducerea aderenței trombocitelor și are un efect anticoagulant.

Carnitină

Carnitina este un nutrient esențial foarte important. Este necesară pentru convertirea grăsimilor în energie. Carnitina funcționează ca un vehicul între uzina celulară și compartimentul de energie din fiecare celulă. Ea transportă moleculele de energie în și din aceste centrale energetice. Acest mecanism este deosebit de important pentru toate celulele mușchilor, inclusiv cele ale inimii. Pentru mușchiul inimii care pompează continuu, carnitina este unul dintre cei mai critici "combustibili celulari". Astfel, nu este deloc surprinzător faptul că multe studii clinice au demonstrat valoarea suplimentării cu carnitină pentru îmbunătățirea funcției de pompă și a performanței inimii.

Carnitina aduce beneficii și celulelor electrice ale inimii și s-a dovedit că suplimentarea cu carnitină ajută la normalizarea diferitelor forme de bătăi neregulate ale inimii.

Cisteină

Cisteina este un alt aminoacid cu multe funcții importante în organism. Sistemul cardiovascular beneficiază în special de suplimentarea cu acest aminoacid, pentru că cisteina este o cărămidă de construcție a glutatonei, unul din cei mai importanți antioxidanți produși de organism. Printre alte funcții, glutatona protejează interiorul vaselor de sânge împotriva radicalilor liberi și a altor tipuri de deteriorări.

Alți nutrienți celulari importanți

Coenzima Q-10

Coenzima Q10 este un alt nutrient esențial important. Este cunoscut și sub denumirea de ubiquinonă. Coenzima Q10 funcționează ca și catalizator extrem de important pentru centrul de energie al fiecărei celule. Din cauza activității lor intense, celulele mușchiului inimii au o nevoie deosebit de mare de coenzima Q10. La pacienții cu pompă insuficientă a inimii acest nutrient esențial este adesea deficitar.

Un număr incontestabil de studii clinice au demonstrat valoarea deosebită a coenzimei Q10 în tratarea insuficienței cardiace și optimizarea performanței inimii.

Inozitol

Inozitolul este o componentă a lecitinei. Este esențial pentru metabolismul zahărului și al grăsimilor în celulele organismului nostru. Inozitolul este important și pentru procesul de comunicare biologică între celulele și organele corpului. Hormonii precum insulina și alte molecule sunt semnale exterioare. Dacă un hormon se ancorează de o celulă, el are nevoie să transmită informație acelei celule. Inozitolul este o parte a mecanismului de citire corectă a acestei informații, prin membrana celulară.

Astfel, inozitolul face parte din procesul de comunicare biologică corectă care, la rândul său, este critic pentru sănătatea cardiovasculară optimă.

Pycnogenolii și alți bioflavonoizi

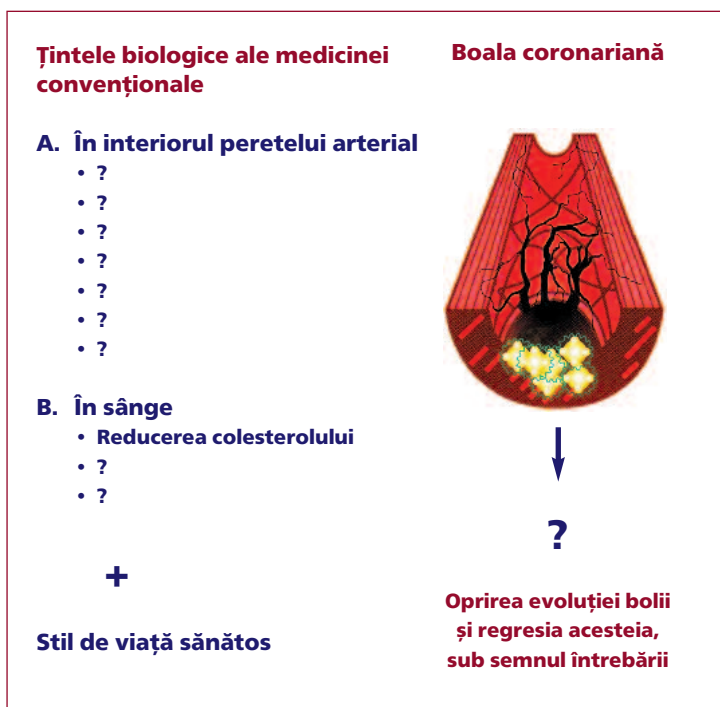
Pycnogenolii sunt un grup de bioflavonoizi (proantocianidine) cu proprietăți remarcabile. În sistemul cardiovascular, pycnogenolii au mai multe funcții importante

- Pycnogenolii sunt antioxidanți puternici care lucrează împreună cu vitamina C și vitamina E pentru prevenirea deteriorărilor sistemului cardiovascular de către radicalii liberi.
- Împreună cu vitamina C, pycnogenolii au o importanță deosebită în stabilizarea pereților vaselor de sânge și ai capilarelor. S-a demonstrat că pycnogenolii se atașează de elastină, cea mai importantă moleculă de elasticitate, și protejează moleculele de elastină împotriva degradării enzimatic.

Medicina convențională vs Medicina celulară

Medicina convențională

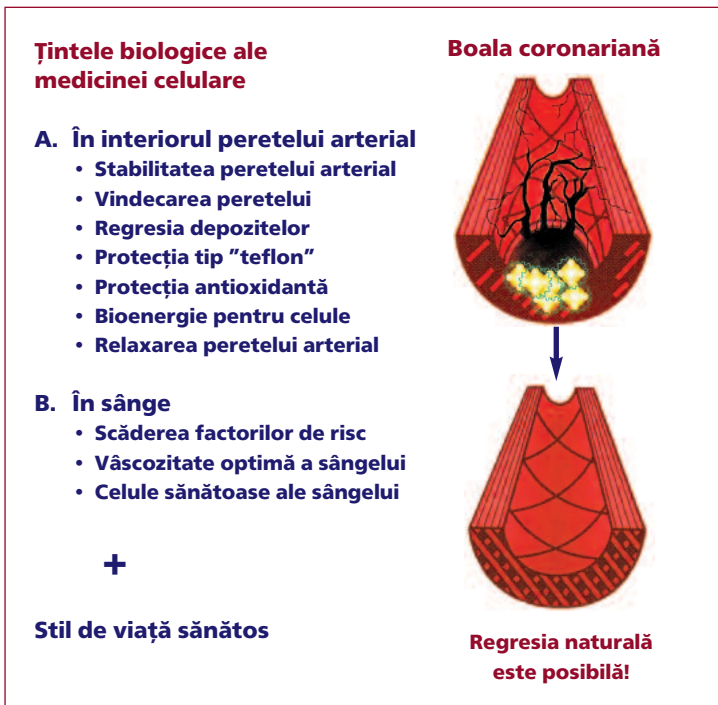
Recomandările mele pentru sănătate celulară fac față oricărei comparații cu alte abordări ale prevenirii bolilor cardiovasculare. Abordările preventive ale medicinei convenționale sunt orientate pe scăderea colesterolului și reducerea altor factori de risc ca și pe schimbarea stilului de viață. Aceste abordări ratează punctele cheie ale sănătății cardiovasculare, și anume stabilitatea și repararea vasculară optimă, protecția antioxidantă și bioenergia celulară.



Compararea scopurilor terapeutice în boala cardiovasculară

Medicina celulară

În schimb, recomandările mele pentru sănătate celulară au ținte biologice bine definite. Baza științifică a medicinei celulare definește ținte terapeutice de o amploare și specificitate fără precedent, pentru prevenirea și tratarea bolilor cardiovasculare. Stabilitatea peretelui vascular este optimizată, se induce procesul de vindecare vasculară și se asigură protecție antioxidantă și de tip "teflon". Cele mai importante ținte biologice ale acestui program cardiovascular natural sunt rezumate în imaginea de mai jos.



Medicina convențională vs Medicina celulară

Eficiență

Terapia convențională se limitează în general la tratarea simptomelor cardiovasculare, unul câte unul. Deoarece majoritatea pacienților care suferă de astfel de afecțiuni au mai multe probleme cardiovasculare în același timp, adesea li se prescriu mai multe medicamente.

În schimb, recomandările mele pentru sănătate celulară remediază cauzele care stau la baza bolii, asigurând "combustibil celular" pentru milioane de celule și permițând corectarea funcțiilor celulare deteriorate, simultan în diferite compartimente ale sistemului cardiovascular.

Medicina convențională tratează în primul rând simptomele

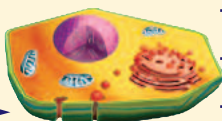
Tip de medicație

Tratarea simptomelor

Grup nitrați	→	Angină pectorală	(Simptome)
Grup antiaritmie	→	Aritmie	(Simptome)
Grup beta-blocante	→	Hipertensiune arterială	(Simptome)
Grup diuretic	→	Insuficiență cardiacă	(Simptome)

Medicina celulară are scopul de a trata cauzele care stau la bază

Nutrienți pentru Sănătate celulară →



- Boala coronariană
 - Insuficiență cardiacă
 - Aritmie
 - Hipertensiune arterială
- "Combustibil celular" pentru toate celulele și organele

Compararea eficienței și siguranței

Siguranță

Un alt avantaj important al recomandărilor mele pentru sănătate celulară, comparativ cu terapiile convenționale cu medicamente, este acela că sunt sigure și nu se cunosc efecte secundare nedorite. Dr. A. Bendich a rezumat aspectele siguranței vitaminelor într-o recenzie la New York Academy of Sciences (Academia de Științe New York). Ea a dezvăluit faptul că toate zvonurile despre efectele secundare ale vitaminelor sunt lipsite de substanță. Aceste minciuni sunt răspândite în interesul industriei farmaceutice care dorește să creeze o falsă dependență de medicamentele pe bază de rețetă. Mai jos puteți vedea comparația dintre recomandările mele pentru sănătate celulară și terapiile cardiovasculare convenționale, cu riscurile aferente.

Medicina convențională

Terapie	Efecte secundare posibile	Referințe
Medicament de reducere a colesterolului	Cancer, Distrugerea ficatului și miopatie (slăbiciune musculară)	Physician's Desk and Myopathy Reference (PDR)
Aspirină	Accidente vasculare, ulcere Distrugerea colagenului și dezvoltarea bolilor cardiovasculare	PDR Brooks
Blocanți ai canalelor de calciu	Cancer	Psaty

Medicina celulară

Terapie	Posibile efecte secundare	Referințe
Nutrienți Esențiali	Nici unul	Bendich, Rath <i>(De ce animalele nu fac infarct... dar oamenii, da! prima ediție)</i>

Cum să trăiți mai mult și să rămâneți sănătoși

Aceleași mecanisme biologice care duc la rigidizarea arterelor și boli cardiovasculare determină și procesele de îmbătrânire din corpul nostru. S-ar putea spune că îmbătrânirea corpului este o formă lentă de boală cardiovasculară. Viteza cu care îmbătrânește este direct dependentă de starea de sănătate a sistemului cardiovascular. Funcționarea sistemului de 96.000 km de artere, vene și capilare este deosebit de importantă. Această rețea de vase de sânge furnizează organelor corpului dumneavoastră și milioanele de celule care le compun, oxigen și nutrienți esențiali.

Corpul dumneavoastră are vârsta sistemului său cardiovascular

Dacă nu vă protejați organismul cu nutrienți esențiali, procesul de îmbătrânire provoacă îngroșarea treptată a pereților vaselor de sânge. Aceasta poate determina malnutriția milioanele de celule ale corpului și îmbătrânirea accelerată a întregului organism și a organelor care îl alcătuiesc.

Recomandările mele pentru sănătate celulară sunt o modalitate demonstrată științific de protecție a sistemului dumneavoastră cardiovascular. Ele sunt și cea mai bună cale de încetinire naturală a procesului de îmbătrânire, ceea ce vă ajută să aveți o viață lungă și sănătoasă.

Întrebări și răspunsuri despre recomandările Dr. Rath pentru sănătate celulară

Vă prezint în continuare unele din cele mai frecvente întrebări despre programul meu de sănătate celulară. Răspunsurile sunt sfaturi generale care nu pot înlocui consultarea medicului dumneavoastră.

Ce sunt recomandările Dr.Rath pentru sănătate celulară?

Sunt un program zilnic de nutrienți esențiali compus din vitamine, aminoacizi, minerale și oligoelemente cu efect demonstrat științific de optimizare a funcției sistemului cardiovascular. Recomandările mele conțin un program în care ingredientele alese lucrează în sinergie. Acesta este completat de schimbări moderate ale stilului de viață așa cum se arată în "Programul în zece pași pentru sănătate cardiovasculară naturală" din primul capitol al acestei cărți.

Care este diferența dintre recomandările Dr.Rath pentru sănătate celulară și alte multivitamine?

Programul meu de nutrienți se bazează pe o înțelegere științifică nouă și corectă a cauzelor bolilor cardiovasculare și altor afecțiuni cronice. Eficiența sa a fost demonstrată în studii clinice și asupra sutelor de mii de persoane care au folosit aceste recomandări pentru prevenire naturală și terapie de bază. Nutrienții care îl compun sunt selectați cu grijă pentru a asigura o sinergie maximă a lor în vederea obținerii de beneficii optime de sănătate pentru milioanele de celule ale organismului uman. Aceasta explică și de ce acești nutrienți în doze moderate sunt mai eficienți decât dozele mari de nutrienți individuali recomandați de alte surse.

În decurs de doar câțiva ani, recomandările mele pentru sănătate celulară au devenit cel mai important program de sănătate naturală la nivel mondial. Acest program este urmat de sute de mii de oameni din întreaga lume.

Cine poate beneficia de recomandările Dr.Rath pentru sănătate celulară?

Orice bărbat sau femeie, de la adolescenți până la vârstnici, poate beneficia de aceste recomandări. Recomandările mele de bază pentru sănătate celulară sunt în primul rând un program de sănătate preventiv, în vederea evitării bolilor cardiovasculare și altor probleme de sănătate. Pacienții care suferă de boli cardiovasculare, hipertensiune arterială, insuficiență cardiacă și alte probleme de sănătate trebuie să completeze aceste recomandări de bază cu programele de nutrienți "adiționale" pentru problemele specifice de sănătate descrise în această carte. Oamenii care trăiesc sub stres fizic sau emoțional, cei care locuiesc în orașe mari și poluate și oamenii în vârstă trebuie să-și mărească aportul zilnic de nutrienți.

Există efecte secundare ale recomandărilor Dr.Rath pentru sănătate celulară?

Toate componentele recomandărilor mele sunt nutrienți, adică substanțe naturale pe care organismul uman le recunoaște. Deci corpul dumneavoastră este capabil să decidă cât de mult îi trebuie din fiecare din aceste ingrediente. Efecte secundare ca cele rezultate din supradozarea medicamentelor farmaceutice nu vor apărea nici chiar dacă dublați sau triplați dozele recomandate în această carte.

Trebuie să mai continui cu medicamentele pe bază de rețetă dacă încep recomandările Dr.Rath pentru sănătate celulară?

Da. Dacă sunteți pacient, nu întrerupeți și nu modificați nici o medicație fără să vă consultați în prealabil medicul. Programul meu de nutrienți este adjuvant terapiei convenționale, și nu înlocuiește sfatul medicului dumneavoastră. De asemenea, mai trebuie să știți că din ce în ce mai mulți medici recomandă programul meu de nutrienți pentru că are o bază științifică și este testat clinic.

Un stil de viață sănătos este mai important decât administrarea de vitamine?

Aceasta este o concepție greșită care trebuie clarificată. Componentele bioenergetice ale programului meu pentru sănătate celulară reprezintă baza pentru prevenirea și tratarea cu succes

a afecțiunilor cardiovasculare. Așa cum se explică în detaliu în această carte, bolile cardiovasculare se dezvoltă pentru că celulele sistemului cardiovascular sunt epuizate de vitamine și alți combustibili bioenergetici. De aceea, reîncărcarea cu bioenergie este măsura preventivă și terapeutică de bază pentru sănătate cardiovasculară. Modificările stilului de viață se pot adăuga acestor măsuri biologice, dar nu le pot înlocui.

Ce părere aveți despre programele de sănătate cardiovasculară naturală bazate pe exerciții fizice intense, yoga sau alte filozofii orientale?

Orice recomandare pentru sănătate cardiovasculară care nu include reîncărcarea celulelor cu vitamine esențiale și alți micronutrienți creează false speranțe. Nici un pacient cardiac nu trebuie să devină fachir, triatlet sau maestru yoga pentru a-și optimiza sănătatea cardiovasculară. Mai mult, un regim alimentar strict agravează și mai mult deficitul de nutrienți esențiali. De exemplu aminoacizii de tip "teflon" arterial lizină și prolină se găsesc în principal în produsele din carne. Nu vă lăsați induși în eroare de apostoli ai dietelor și maeștri yoga autoprocamați. Vitaminele și alte surse de bioenergie celulară rămân baza sănătății cardiovasculare.

După cât timp se pot aștepta ameliorări ale sănătății în cazul unui pacient care urmează recomandările dumneavoastră pentru sănătate celulară?

Fiecare ființă umană este diferită, iar timpul necesar până când ameliorările stării de sănătate devin sesizabile nu poate fi generalizat. De exemplu, pacienții cu hipertensiune arterială, aritmie sau respirație scurtă pot simți ameliorări într-un interval scurt de timp, de doar câteva săptămâni. În schimb, procesul de vindecare al pereților arteriali și regresie a depozitelor aterosclerotice este un proces pe termen lung care necesită luni sau ani. De îndată ce sănătatea dumneavoastră s-a îmbunătățit, trebuie să continuați să urmați recomandările mele pentru sănătate celulară în vederea reducerii la minimum a riscului ca problemele de sănătate să recidiveze.

Note