



Inleiding

- Een wereldwijd initiatief om hart- en vaatziekten effectief te bestrijden
- Doe uw voordeel met dit boek
- In 10 stappen naar een optimale cardiovasculaire gezondheid
- Vitale celstoffen voor uw gezondheid
- Vitale celstoffen als biologische brandstof voor miljoenen cardiovasculaire cellen
- Cellulaire geneeskunde maakt hart- en vaatziekten beheersbaar

Een wereldwijd initiatief om hart- en vaatziekten effectief te bestrijden

Slechts een keer in de loop der menselijke gebeurtenissen komt er een moment waarop hartinfarcten, beroertes en andere cardiovasculaire aandoeningen effectief kunnen worden bestreden. Dat moment is nu gekomen. De ontdekking dat micro-organismen de oorzaak van infectieziekten zijn, heeft ooit geleid tot het beheersen van infectieuze epidemieën. Ik denk dat het inzicht dat hartinfarcten en beroertes het gevolg zijn van langdurige vitaminetekorten, uiteindelijk zullen leiden tot het beheersen van de cardiovasculaire epidemie. De mensheid heeft de mogelijkheid in de 21ste eeuw een einde te maken aan hartaandoeningen als belangrijkste oorzaak van dood en invaliditeit.

Dieren krijgen geen hartinfarct, omdat zij in hun lichaam vitamine C produceren, waardoor hun bloedvatwanden beschermd worden. Bij mensen, die niet in staat zijn vitamine C te produceren, kunnen vitaminetekort in het dieet een verzwakking van deze bloedvatwanden veroorzaken. Cardiovasculaire aandoeningen zijn een voorstadium van de ziekte scheurbuik. Klinische onderzoeken, zie hiervoor ook het onderzoek achterin dit boek, tonen aan dat een dagelijkse optimale inname van vitaminen en andere vitale celstoffen, kransslagaderaandoeningen op een natuurlijke manier, dat wil zeggen met behulp van natuuridentieke stoffen, kan stoppen en verminderen. Deze vitale celstoffen leveren onmisbare bio-energie aan miljoenen hart- en bloedvatcellen, zodat deze optimaal kunnen functioneren. Optimaal toedienen van vitaminen en andere vitale celstoffen kan cardiovasculaire aandoeningen voorkomen en helpen verbeteren. Volgens mijn inzichten kunnen hartinfarcten, beroertes, hoge bloeddruk, onregelmatige hartslag, hartzwakte, bloedsomloopproblemen bij diabetes en andere cardiovasculaire problemen bij toekomstige generaties nagenoeg onbekend zijn.

Het effectief bestrijden van hartaandoeningen zou de volgende grote stap kunnen zijn die de mensheid kan verenigen. Vitaminen en andere vitale celstoffen, als middel tegen hart- en vaatziekten, zijn onbeperkt voorradig. Het effectief bestrijden van hartaandoeningen is slechts afhankelijk van één factor. Het gaat erom hoe snel wij in staat zijn de kennis over vitamines en andere vitale celstoffen te verspreiden.

De grootste hindernissen die we moeten nemen, worden gevormd door de belangen van de farmaceutische industrie en van andere belangengroeperingen die, naar mijn volle overtuiging, het verspreiden van deze levensreddende informatie trachten te belemmeren om de markt voor op recept verkrijgbare medicijnen wereldwijd te beschermen. De gezondheid van miljoenen mensen is echter veel belangrijker dan de aandelenwaarde van een farmaceutisch bedrijf. Wij, als wereldbevolking, zien in dat we onze gezondheidsbelangen moeten beschermen en dat het effectief bestrijden van hartziekten afhankelijk is van onze gezamenlijke inspanningen.

Wij, inwoners van alle landen, van elk ras en geloof, lokale, regionale en nationale bestuurders en andere openbare en privé-organisaties, ziektekostenverzekeraars, zorginstellingen, ziekenhuizen, medische praktijken en andere aanbieders van gezondheidszorg, kerken, scholen, bedrijven en andere gemeenschappen, erkennen deze historische kans en de verantwoordelijkheid om nu tot actie over te gaan, voor onze generatie en voor alle generaties na ons.

- **Wij verklaren de 21ste eeuw tot de "eeuw waarin hart- en vaatziekten effectief worden bestreden".**
- **Wij zullen de informatie over het mogelijk levensreddende belang van vitamines verspreiden.**
- **Wij nodigen iedereen uit samen met ons één van de grootste overwinningen in de geschiedenis van de mensheid te behalen.**

Deze beide bladzijden vormen een beknopte samenvatting van dit boek. U kunt deze bladzijden kopiëren en samen met een exemplaar van dit boek aan vrienden, bekenden en politici sturen.

Honderd jaar geleden: het uitbannen van epidemieën

Millennia lang waren infectieziekten de grootste doodsoorzaak. Miljarden mensen stierven hieraan.

Millennia lang geloofden de mensen dat deze epidemieën het gevolg waren van een vloek uit de hemel.



150 jaar geleden ontdekte Louis Pasteur echter dat de epidemieën werden veroorzaakt door bacteriën en andere micro-organismen.

Enkele jaren geleden verklaarde de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) dat pokken, de eerste infectieziekte, was uitgebannen.



Vandaag: het effectief bestrijden van hartziekten

Tijdens de 20ste eeuw zijn cardiovasculaire ziekten uitgegroeid tot de grootste doodsoorzaak in de geïndustrialiseerde wereld. Wereldwijd zijn deze eeuw al ruim een miljard mensen overleden aan hartinfarcten en beroertes.



Omdat de hoofdoorzaak van cardiovasculaire ziekten tot nu toe onbekend is gebleven, kon de cardiovasculaire epidemie zich op wereldwijde schaal verspreiden.

Dit boek documenteert dr. Rath's visie op de cardiovasculaire epidemie: Dieren krijgen geen hartinfarcten, omdat ze, in tegenstelling tot de mens, in hun eigen lichaam vitamine C kunnen aanmaken. Hartinfarcten en beroertes zijn niet zozeer ziekten, maar meer het gevolg van een chronisch vitaminegebrek en daarom te voorkomen.



Doe uw voordeel met dit boek

Dit boek kan het begin zijn van het effectief bestrijden van hart- en vaatziekten. Hoeveel van uw familieleden en vrienden zijn overleden aan een hartinfarct of een beroerte? Uw vader, moeder, uw zus of uw oom? Statistisch gezien treft het één op de twee mannen en één op de twee vrouwen. Als dit boek vijftig jaar geleden was verschenen, dan zouden deze mensen wellicht nog leven! Nu is het effectief bestrijden van hart- en vaatziekten mogelijk. Dit boek kan hiervoor de basis vormen.

Dit boek is een leidraad voor u en uw gezin

Eén op de twee mensen lijdt, zonder dit te weten, op dertigjarige leeftijd al aan beginnende atherosclerose van de kransslagaderen (coronaire atherosclerose). Als hier niets aan gedaan wordt, dan leidt deze aandoening vroeg of laat tot een hartinfarct. In dit boek wordt uitgelegd hoe u hier op natuurlijke wijze effectief iets tegen kunt doen. De beschreven vitale celstoffen zijn werkzame, natuurlijke en betaalbare gezondheidsoplossingen voor iedere man en vrouw, van tiener tot bejaarde. Niet voor niets vormen zij de meest succesvolle preventie in de wereld tegen cardiovasculaire aandoeningen.

Dit boek vertelt u hoe u uw levensverwachting met jaren zou kunnen verlengen

De mens is zo oud als zijn bloedvaten! Alles wat u in uw jeugd doet om uw vaatwanden te beschermen, is een investering in een lang en gezond leven. In de VS, waar een op de twee inwoners als aanvulling op de voeding dagelijks vitaminen en andere vitale celstoffen slikt, neemt onder alle bevolkingsgroepen het aantal honderdjarigen het snelst toe. Dit boek biedt het perspectief dat ook in Europa de gemiddelde levensverwachting duidelijk kan worden verhoogd en dat een leeftijd van honderd jaar spoedig voor veel mensen geen uitzondering meer hoeft te zijn.

Dit boek is een leidraad voor de bevrijding van de menselijke gezondheid

Honderd jaar lang werd onze gezondheidszorg in hoofdzaak bepaald door de economische belangen van de farmaceuti-

sche industrie. Hart- en vaatziekten en andere volksziekten worden door deze belangengroepen kunstmatig in stand gehouden, hoewel vaststaat dat deze ziekten in verregaande mate kunnen worden voorkomen. Deze instandhouding kan plaatsvinden, doordat nieuwe visies, zoals de cellulaire geneeskunde, simpelweg genegeerd worden. Dit geschiedt in het belang van een wereldwijde geneesmiddelenomzet van honderden miljarden euro's per jaar. Met dit boek heeft u een gezondheids-zelfhulpprogramma in handen, dat miljoenen mensen de mogelijkheid biedt zich te bevrijden van deze allang ten dode opgeschreven gewetenloze 'handel in ziekten'. Daarmee is gezondheid haalbaar, voor deze en toekomstige generaties.

Dit boek geeft aan wat u zou kunnen doen

De hartinfarct-epidemie gaat niet vanzelf voorbij. Als reactie op het nieuws dat hartinfarcten en beroertes het directe gevolg zijn van een chronisch vitaminetekort, hebben de farmaceutische multinationals een internationaal kartel gevormd met het doel, alle gezondheidsuitspraken over vitaminen en andere natuurlijke stoffen waarop geen octrooi verkregen kan worden, wereldwijd te verbieden, om zo hun farmaceutische markt veilig te stellen. Deze intriges bedreigen de gezondheid en het leven van miljarden mensen en komen in het tweede deel van dit boek uitgebreid aan de orde.

Miljoenen mensen beseffen nu,

dat hun gezondheid en hun leven veel belangrijker is dan de winstbelangen van de farmaceutische industrie en dat ze hiervoor moeten vechten. Om deze confrontatie snel in het voordeel van de mensheid te beslissen, is wereldwijde samenwerking noodzakelijk. Hiertoe heb ik ook onze gezondheids-alliantie in het leven geroepen, om u, beste lezer, de kans te bieden mee te werken aan de opbouw van een nieuwe gezondheidszorg. Ook de "oproep tot vitaminevrijheid" aan het eind van dit boek staat in het teken van dit doel. Dit boek geeft u allerlei suggesties en ideeën om daadwerkelijk iets te doen. Doe het voor uzelf en voor toekomstige generaties! Het hangt ook van u af!

In tien stappen naar een optimale cardiovasculaire gezondheid

De geneeskundige doorbraak en de in dit boek gedocumenteerde inzichten laten zich in een praktisch 10-puntenprogramma samenvatten:

1. Wees u bewust van de omvang en functie van uw hart- en vaatstelsel

Wist u dat uw bloedvatstelsel in totaal ongeveer 100.000 kilometer lang is en daarmee het grootste orgaan van uw lichaam? Wist u dat uw hart iedere dag ongeveer 100.000 keer pompt en zo het meeste werk verricht van al uw organen? Uw hele lichaam en lichamelijk welzijn zijn gebaat bij het optimaliseren van uw cardiovasculaire gezondheid. En u leeft er jaren langer door, want uw lichaam is eigenlijk zo oud als uw hart- en vaatstelsel.

2. Versterk de wanden van uw bloedvaten

Zwakke bloedvaten en beschadigingen van de bloedvatwanden vormen de voornaamste oorzaken van cardiovasculaire aandoeningen. Vitamine C is het 'cement' voor de bloedvatwanden en maakt ze sterker. Dieren krijgen geen hartinfarct, omdat zij zelf in hun lever genoeg vitamine C produceren om hun bloedvaten te beschermen. Wij mensen daarentegen, produceren neerslag in onze bloedvaten, omdat ons lichaam geen vitamine C kan aanmaken. Bovendien bevat ons voedsel over het algemeen te weinig vitamines. Die neerslag in onze bloedvaten kan leiden tot hartinfarcten en beroertes.

3. Verminder de aanwezige neerslag in uw slagaderen, zonder de noodzaak tot chirurgisch ingrijpen

Cholesterol en andere vetdeeltjes hechten zich aan de binnenzijde van de bloedvatwanden door middel van een soort biologisch plakband. Dit kan voorkomen worden door 'teflon'-achtige middelen, zoals de natuurlijke aminozuren lysine en proline. Samen met vitamine C helpen ze

op een natuurlijke manier de aanwezige neerslag in de bloedvaten te verminderen.

4. Verminder de druk op de wanden van uw bloedvaten

Hoge bloeddruk kan veroorzaakt worden door neerslag in en verkramping van de wanden van de bloedvaten. Het toevoegen van magnesium (de natuurlijke calciumantagonist) en vitamine C ontspant de bloedvatwand en kan helpen de verhoogde bloeddruk te normaliseren. Het natuurlijke aminozuur arginine kan hier ook aan bijdragen.

5. Optimaliseer de prestaties van uw hart

Het hart is de motor van het hart- en vaatstelsel. Net als de motor van een auto hebben de miljoenen cellen in de spieren brandstof nodig om optimaal te kunnen presteren. Natuurlijke brandstoffen zijn onder meer carnitine, co-enzym Q10, B-vitaminen en vele andere vitale celstoffen. Het aanvoeren van deze stoffen kan de pompfunctie van het hart optimaliseren en een regelmatige hartslag bevorderen.

6. Voorkom het oxideren van uw bloedvaten

Biologisch roesten, of oxidatie, beschadigt uw hart- en vaatstelsel en versnelt het verouderingsproces. Vitamine C, vitamine E, bètacaroteen en seleen zijn de belangrijkste natuurlijke antioxidanten, naast bijvoorbeeld pycnogenol. Het toevoegen van deze antioxidanten aan de voeding levert een bijdrage in de bescherming van uw cardiovasculaire stelsel tegen roestvorming. Daarnaast is het belangrijk dat u niet rookt, want sigarettenrook bevat schadelijke stoffen die het "roesten" van uw vaatwanden enorm versnellen.

7. Beweeg regelmatig

Regelmatige fysieke inspanning is een andere belangrijke stap op weg naar een optimale cardiovasculaire gezondheid. Daarbij is bewegen belangrijker dan het leveren van topprestaties. Wandelen, fietsen en zwemmen zijn bijvoorbeeld een prima manier om te bewegen.

8. Eet verstandig

Het dieet van onze voorouders, duizenden generaties geleden, was rijk aan plantaardige voedingsmiddelen en bevatte veel vezels en vitaminen. Deze voedingskeuze heeft het metabolisme (de stofwisseling) van het menselijk lichaam gevormd. Ik adviseer u een dieet rijk aan groenten en fruit, om de gezondheid van uw hart en bloedvaten te verbeteren.

9. Zorg voor regelmatige ontspanning

Fysieke en emotionele stress zijn risicofactoren voor het hart- en vaatstelsel. Plan uren en dagen om te ontspannen, net zoals u uw afspraken zou plannen. Wist u trouwens dat bij de productie van het stresshormoon adrenaline vitamine C verbruikt wordt? Langdurige fysieke of emotionele stress put op die manier de vitaminevoorraad van uw lichaam uit.

10. Begin nu!

Atherosclerotische afzettingen in de bloedvatwanden vormen niet een specifiek probleem van ouderen. Het begint namelijk al op jonge leeftijd. Wetenschappelijke onderzoeken tonen aan dat de eerste afzettingen in de aderen al vóór het 25ste levensjaar ontstaan. Begin nu met het beschermen van uw hart- en vaatstelsel. Hoe eerder u daarmee begint, des te beter.

Vitale celstoffen voor uw gezondheid

De vitale celstoffen op de volgende pagina's kan ik iedereen, jong en oud, van harte aanbevelen. Het betreft hier bepaalde vitaminen, mineralen, spoorelementen, aminozuren en andere natuurlijke vitale celstoffen, die op wetenschappelijke basis werden uitgekozen. Deze zijn in staat gebleken om coronaire hartziekte, als oorzaak van een hartinfarct, al in een vroeg stadium tegen te gaan en zelfs om te keren. De resultaten van deze onderzoeken worden in de volgende hoofdstukken uitgebreid beschreven.

De betekenis van deze vitale celstoffen voor een optimale celfunctie en gezondheid wordt in hoofdstuk 10 uitvoerig weergegeven.

Vitale celstoffen in bepaalde situaties: met name bij aandoeningen als hoge bloeddruk, diabetes en hartzwakte adviseer ik extra vitale celstoffen. Deze worden aan het einde van ieder hoofdstuk over een bepaald ziektebeeld opgesomd.

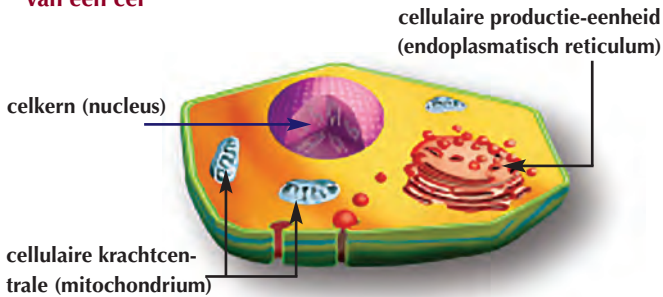
Vitale celstoffen als biologische brandstof voor miljoenen cardiovasculaire cellen

De betekenis van vitamines en andere vitale celstoffen voor miljoenen lichaamscellen vormen de basis voor cellulaire geneeskunde. Dit verklaart ook de indrukwekkende en veelzijdige gezondheidsverbeteringen, waarover u in dit boek kunt lezen. De wetenschappelijke basis van cellulaire geneeskunde is op de volgende bladzijden samengevat. Verdere details worden in hoofdstuk 10 toegelicht.

Onze lichaamscellen hebben zeer veel verschillende functies. Kliercellen produceren hormonen, witte bloedcellen produceren antistoffen en hartspiercellen genereren en regelen biologische elektriciteit voor de hartslag. De specifieke functie van een cel wordt bepaald door een genetisch softwareprogramma, de genen in elke celkern. Het is belangrijk om te weten dat, ondanks al deze verschillende functies, alle cellen gebruik maken van dezelfde bio-energiedragers en van dezelfde biokatalysatoren voor een veelvoud van biochemische reacties binnen deze cellen. Vele van deze essentiële biokatalysatoren en bio-energiemoleculen kunnen niet door het lichaam zelf aangemaakt worden. Ze moeten regelmatig aangevoerd worden via de voeding. Vitamines, bepaalde aminozuren, mineralen en spoorelementen behoren tot de meest belangrijke, essentiële voedingsstoffen om de cel optimaal te laten functioneren. Een niet optimale inname van deze noodzakelijke stoffen zal het goed functioneren van miljoenen cellen schaden, waardoor ziekten de kans kunnen krijgen zich te ontwikkelen.

Helaas erkent de conventionele geneeskunde nog steeds niet de doorslaggevende rol van vitamines en andere vitale celstoffen voor een optimale celfunctie en gezondheid. Het vernieuwende concept van de cellulaire geneeskunde zal dit ingrijpend kunnen veranderen. Over enkele jaren zal dagelijkse voedingssuppletie met vitale celstoffen net zo vanzelfsprekend zijn als eten en drinken.

Schematische voorstelling van een cel

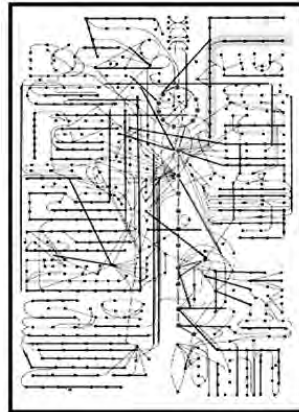


Belangrijke biokatalysatoren:

- Vitamine C
- Vitamine B1
- Vitamine B2
- Vitamine B3
- Vitamine B5
- Vitamine B6
- carnitine
- co-enzym Q10
- mineralen
- sporelementen

Het stofwisselingsprogramma van elke cel is precies bepaald door de genetische informatie in de celkern.

Essentiële bouwstoffen zijn nodig als biokatalysatoren en om bio-energie aan de cellen te leveren. Beide zijn nodig voor een optimale werking van miljoenen cellen.



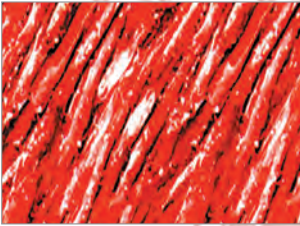
Vitale celstoffen als katalysator van duizenden biochemische reacties in elke cel

Cellulaire geneeskunde kan controle op cardiovasculaire aandoeningen mogelijk maken

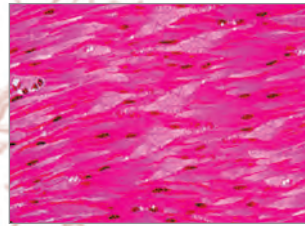
Het meest ingrijpende effect van cellulaire geneeskunde kan verwacht worden op het gebied van cardiovasculaire gezondheid. Ons hart- en vaatstelsel is het meest actieve systeem in het menselijk lichaam, daarom heeft het ook de meeste vitale celstoffen nodig. Hieronder volgt een korte opsomming van de belangrijkste cellen van het hart- en vaatstelsel.

- **De cellen van de bloedvatwanden:** de endotheelcellen vormen een beschermlaag tussen het bloed en de vaatwand van het bloedvat. Bovendien hebben deze cellen een aantal metabolische functies, zoals zorgen voor een goede viscositeit (kleverigheid) van het bloed. De spiercellen van de vaatwand zijn verantwoordelijk voor optimale stabiliteit en elasticiteit van de bloedvatwanden.
- **De hartspiercellen:** de voornaamste taak van de hartspiercellen is ervoor te zorgen dat de pompfunctie van het hart behouden blijft. Bepaalde hartspiercellen hebben bovendien als taak te zorgen voor het opwekken van elektrische impulsen voor de hartslag en het geleiden van deze impulsen naar het hartspierweefsel.
- **De bloedcellen:** ook de miljoenen bloedlichaampjes die zich in ons bloed bevinden zijn niets anders dan cellen. Zij zijn verantwoordelijk voor zuurstoftransport, afweer en afvoer van afvalstoffen, wondgenezing en vele andere taken.

Cellen van de bloedvatwanden



Beschermingscellen (endotheel)

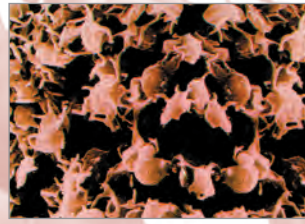


Cellen van de hartspier

Bloedplaatjes

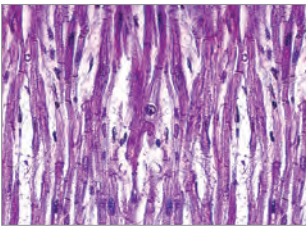


Witte bloedcellen

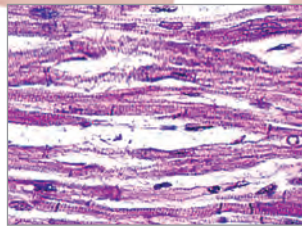


Bloedplaatjes

Cellen van de hartspier



Spiercellen voor het pompen

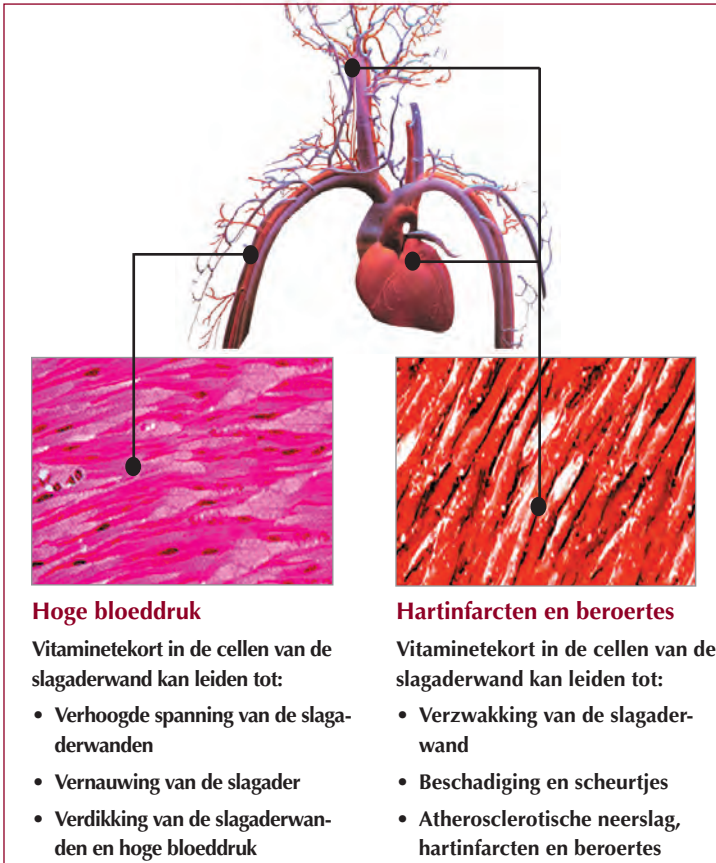


'Elektrische' spiercellen voor de hartslag

Het cardiovasculaire systeem bestaat uit miljoenen cellen

Een vitaminetekort in de cellen van de slagaderwanden hangt nauw samen met hartinfarcten, beroertes en hoge bloeddruk

Een langdurig tekort aan vitaminen en andere vitale celstoffen in miljoenen vaatwandcellen schaadt het functioneren van de slagaderwanden. De meest voorkomende gevolgen daarvan zijn hoge bloeddruk en het ontstaan van aderverkalking (atherosclerotische neerslag). Dit kan uiteindelijk hartinfarcten en beroertes veroorzaken.



Hoge bloeddruk

Vitaminetekort in de cellen van de slagaderwand kan leiden tot:

- Verhoogde spanning van de slagaderwanden
- Vernauwing van de slagader
- Verdikking van de slagaderwanden en hoge bloeddruk

Hartinfarcten en beroertes

Vitaminetekort in de cellen van de slagaderwand kan leiden tot:

- Verzwakking van de slagaderwand
- Beschadiging en scheurtjes
- Atherosclerotische neerslag, hartinfarcten en beroertes

Een vitaminetekort in de hartspiercellen hangt nauw samen met een onregelmatige hartslag en hartzwakte

Een chronisch tekort aan vitaminen en andere vitale cellstoffen in miljoenen hartspiercellen kan bijdragen aan een verstoorde hartspierfunctie. De meest voorkomende gevolgen zijn een onregelmatige hartslag (aritmie) en hartzwakte (ademnood, oedeem en vermoeidheid).

