

Motto: „Zelený nápoj není lékem, a přece léčí“

Názor praktického lékaře

MUDr. Miloslav Lacina, praktický lékař, Hradec Králové

Díky čemu nám zelené nápoje tak prospívají?

Ve všech věkových i sociálních skupinách platí, že pro dobrou funkci imunitního systému potřebujeme dostatečný přísuv základních látek – vitamínů, minerálů, antioxidantů a stopových prvků. Málokdo si uvědomuje, že nezbytně potřebujeme i živé enzymy a fyto látky. Vzhledem k tomu, že většina naší populace tyto podmínky přijímanou potravou nenaplnuje, nezbývá než sáhnout po zelených potravinách a nápojích. Zelené potraviny doplní organismu důležité látky a tím přímo stimulují činnost jednotlivých složek imunitního systému (aktivitu bílých krvinek pohlcujících mikroby i vyrábějících protilátky). Vysokým obsahem antioxidantů chrání především buněčné membrány před poškozením a tak uzavírají cestu infekci do organismu. Tyto příznivé vlastnosti zelených potravin jsou dvojnásob důležité v podzimním období, kdy po předchozím tropickém létě dochází k prudkému poklesu zejména ranních teplot. Organismus je navíc vyčerpáván změnou intenzity slunečního UV záření a prudce se zvyšující stresovou zátěží. Tato rostlinná míza má mohutný antioxidantní účinek, který chrání před působením kyslíkového stresu a zároveň podpůrně léčí celou řadu onemocnění. Aktivní formy kyslíku na nás útočí v každém okamžiku, neustále poškozují buněčné stěny, genetickou informaci buněčného jádra, inaktivují enzymy a působí oxidaci LDL cholesterolu. Při poškození buněčné stěny vážně výměna živin a odpadních látek mezi buňkou a mezibuněčným prostorem. Pokud proto zahyne více buněk najednou – je zle.

Obdobné to je i s poškozením genetické informace – buněčného jádra. Prakticky neustále v nás probíhají opravy jednotlivých systémů a prostředí, stejně tak i nukleových kyselin (DNA a RNA). Pokud je ale těchto poškození moc najednou, dojde k poškození nevratným. Možným důsledkem je zvrhnutí buňky a nastartování nádorového onemocnění. Aktivní formy kyslíku sníží enzymatickou aktivitu a tím naruší i křehkou acidobazickou rovnováhu. Tím sníží obranyschopnost a funkčnost orgánů. Objeví se poruchy trávení, vylučování a krvetvorby. Vzniknou únavové stavy, poškodí se pohybový aparát a v podstatě všechny tělesné soustavy. Útok aktivních forem kyslíku na LDL cholesterol má za následek rozvoj aterosklerózy. LDL cholesterol zoxiduje a stane se pro buňky imunitního systému neznámou látkou, kterou je třeba izolovat a odstranit. A tak dochází k jeho pohlcování makrofágy a posléze k usazování. Oxidovaným LDL cholesterolem naplněné obranné („pěnové“) buňky se usadí na cévní stěny a tím položí základ aterosklerotického plátu. Tak, jak zprvu nevnímáme negativní působení aktivních forem kyslíku v našem organismu, tak zpočátku nevnímáme pozitivní změny těla nastupujícího cestu za zdravím! Jako se poškození projeví až po delším čase závažným nálezem, stejně se pozitivní účinky mízy z ječných listů projeví v dlouhodobém rozměru. Dřívější zdravotní problémy si přestaneme uvědomovat postupně. To je rostlinná míza tím nejlepším vysvědčením. Užívání mladého ječmene je dlouhodobé a zdravotně i filozoficky rozumné. Stresy, škodliviny a aktivní formy kyslíku také nikdy neodpočívají. Pokud jim poskytneme dost času k projevení – spolehlivě toho využijí, ale k našemu neprospěchu.



Jaké jsou vaše osobní zkušenosti?

V praxi se mně a hlavně jeho uživatelům zelený nápoj osvědčuje na každém kroku. Zcela jistě od něj lze očekávat výraznou úlevu v oblasti trávicích obtíží, potlačuje stavy únavy, projevy alergií, pomáhá organismu při regeneraci v poúrazových i pooperačních stavech. Je nesmírně účinný v prevenci infekčních onemocnění a při jejich rozvinutí dokáže podstatně zmírnit jejich průběh. Jeho silné protizánětlivé působení ulevuje i od bolestí pohybového systému, to znamená od bolestí páteře a velkých i drobných kloubů, ať již jsou změny původu degenerativního (artrózy, nárůstky, deformity) či převážně zánětlivého. Mladý ječmen účinně podporuje i redukční programy zaměřené na snížení hmotnosti, celkově zlepšuje náladu a tím i zvyšuje sebevědomí. Vzhledem k tomu, že většina z nás je dlouhodobě silně neurotizována, objevují se druhotně dyspeptické syndromy, vertebrogenní syndromy a depresivní stavy. **Mladý ječmen pak je právě tím rytířem, který umí rozseknout bludný kruh a vyvést nás z mnoha zdravotních problémů.**



„Věda se přírodě pod pokličku dívat může, ale vařit za ni nesmí!“