

---

# RUROCIĄGI ŻYCIA I ICH WPŁYW NA ZDROWIE

STANISŁAW WIĄCKOWSKI

Dla czytelników tego czasopisma temat tego artykułu może być zaskoczeniem. Pomimo zbieżności z terminem rurociągi, naczyń krwionośnych – rurociągów przez które płynie krew, temat wiąże się zupełnie inną dyscypliną naukową niż poruszane zwykle tematy w tym czasopiśmie. ale bardzo ważną da każdego z nas.

Ponad połowa zgonów w Polsce i innych krajach rozwiniętych wiąże się z chorobami serca u podstaw, których jest miażdżycą. Wciąż się nas straszy cholesterol pokarmowy, który uważa się za liczący się czynnik powodujący miażdżycę. Coraz liczniejsze piśmiennictwo jednak dowodzi, że tłuszcze nasycone nie stanowią zagrożenia dla naszego zdrowia a ilość cholesterolu w żywności nie ma wpływu na jego poziom we krwi. Niestety tzw „renomowane” czasopisma medyczne odmawiają publikacji tych danych. W ten sposób redaktorzy czasopism zaczynają nadawać kierunek medycynie manipulując poglądami świata lekarskiego. Wprawdzie „uczeni” zauważyli, że Grenlandzcy Eskimosi nie chorują na miażdżycę i wyciągnęli z tego wniosek, że jest to wynik działania wielu nienasyconych kwasów tłuszczowych omega 3 ale nie zauważyli, że nie jest to jedyna rzecz, którą tam spożywają ignorując pokarm podstawowy: mięso i tłuszcze nasycone oraz minimalną w tamtych warunkach ilość węglowodanów. W licznym piśmiennictwie biochemicznym coraz więcej się pisze o cholesterolu wytwarzanym endogennie w wątrobie ale nie próbuje się podważać dotychczasowych przekonań o destruktywnym działaniu cholesterolu pokarmowego czy jego rzeczywistej roli. Pomimo wielkich oporów ze strony przemysłu farmaceutycznego jest wielka szansa, że wiek XXI będzie wiekiem zwycięstwa nad chorobami serca. W organizmie każdego z nas tętnice, żyły i naczynia włosowate tworzą „rurociąg” o długości około 100 000 km i o powierzchni porównywalnej z wielkością boiska do piłki nożnej. Stan tych naczyń stanowi kluczowy problem, którego rozwiązanie zapobiegłoby zagrożeniom. Jednak w 90% przypadków „rurociąg” ten zawodzi w jednym określonym miejscu w tętnicach wieńcowych, których długość stanowi zaledwie jedną miliardową całkowitej długości naczyń krwionośnych a powierzchnia odpowiada punktowi na boisku piłkarskim, wyznaczającemu „rzut karny”. Jeśli wysoki poziom cholesterolu lub inne czynniki ryzyka obecne we krwi mogłyby wywołać uszkodzenia naczyń, złogi i zawały tworzyłyby się na całej jego długości a nie w jednym tylko miejscu.

A zatem wysoki poziom cholesterolu nigdy nie stanowi głównej przyczyny choroby wieńcowej.

Aby znaleźć właściwą odpowiedź na pytanie, dlaczego właśnie tylko w tętnicach wieńcowych serca dochodzi do zamknięcia układu krążenia trzeba skupić się na rozstrzygającym czynniku: stabilności ścian tętnic. Wieloletnie badania lekarzy zajmujących się przyczynami chorób a nie zarabianiem na chorobach jak Dr M Rath czy dwukrotny noblista Dr Linus Pauling wykazali, że główną przyczyną choroby sercowo naczyniowej jest niestabilność i dysfunkcja ściany naczyń krwionośnych, spowodowana chronicznym brakiem witamin a zwłaszcza witaminy C. Prowadzi to do powstania milionów małych uszkodzeń i pęknięć w ścianach naczyń, zwłaszcza w tętnicach wieńcowych. Powstaje wtedy pilna konieczność naprawy ścian. Organizm produkuje wtedy w wątrobie we wzmożonym tempie cholesterol i inne czynniki naprawcze. W miejscach, które najbardziej tego potrzebują powstają płytki miażdżycowe jak gdyby „gipsowy opatrunek”. Nie jest to jednak choroba ale jedynie jej objawem. Niedawno Dr Rath (2007) w książce „Dlaczego zwierzęta nie dostają zawałów serca tylko my ludzie” udowodnił, że na pozór tak różne choroby jak szkorbut i miażdżycą mają to samo podłoże, którym jest zaburzenie w produkcji kolagenu pod wpływem braku witaminy C. W przypadku szkorbutu jest to niemal całkowity jej brak, natomiast w przypadku miażdżycy jest to przewlekły długotrwały niedobór tej witaminy. W tym ostatnim przypadku dochodzi do naruszenia struktury kolagenowej ścian naczyń krwionośnych na co organizm reaguje wzmożoną produkcją substancji cholesterolowych i procesem miażdżycowym. Te zwierzęta, które potrafią wytworzyć witaminę C jak np. psy nie mają miażdżycy i zawałów. Ssaki naczelnne, do których należymy, nie potrafią w organizmie tak jak wiele zwierząt wytwarzać tej witaminy i dlatego muszą ją dostarczać w pokarmach lub suplementach pokarmowych. Proces pełnego powrotu do zdrowia wymaga czasu i większych dawek. Obecnie wielu z nas przyjmuje z pokarmem pewne dawki witaminy C i pełno objawowy szkorbut jest rzadkością. Jednak niemal wszyscy cierpimy na chroniczny niedobór witamin. W ciągu lat w naczyniach tworzą się uszkodzenia, zwłaszcza w miejscach występowania dużego stresu mechanicznego, głównie w tętnicach wieńcowych serca. To wyjaśnia dlaczego, właśnie w tych miejscach dochodzi do odkładania się blaszek miażdżycowych, które są przyczyną zawału serca. Witaminy głównie C.

E i beta karoten, prolina, lizyna, arginina i inne składniki odżywcze należą do najsilniejszych przeciwutleniaczy, które chronią układ sercowo naczyniowy przed uszkodzeniem (Rath, 2007). Witamina C bezpośrednio hamuje syntezę cholesterolu, chroni komórki przed zniszczeniem, jest najważniejszym antyoksydantem we krwi, chroni przed oksydacyjną modyfikacją cholesterolu i w związku z tym przeciwdziała jego szkodliwemu działaniu na naczynia krwionośne (Niedzwiecki, Ivanow, 2008). Niedobory witaminy C prowadzą: osłabionej stabilności naczyń wywołanej spadkiem syntezy kolagenu i do załamania się komórkowej bariery między strumieniami krwi i ścianą naczynia, spowodowanej uszkodzeniem komórek śródbłonna. Witaminy i naturalne metody terapeutyczne zagrażają egzystencji przemysłu „profitu z chorób” bo są skuteczne w eliminacji chorób i nie podlegają patentom przez co są nierentowne. Nic więc dziwnego, że przemysł próbuje wszelkimi sposobami wyeliminować konkurenta. Rynkiem zbytu dla przemysłu farmaceutycznego są wyłącznie chorzy a nie zdrowi. Zapobieganie, leczenie przyczyn a przede wszystkim eliminacja chorób ograniczają lub niszczą rynki zbytu i przez to nie leżą w interesie przemysłu. Aby ukryć profity z chorób, branża ta wydaje znacznie więcej pieniędzy na reklamę niż na badania. Ogromna większość farmaceutyków nie eliminuje chorób a jedynie maskuje ich symptomy. Podstawą ogromnych profitów są opłaty patentowe dla nowo stworzonych substancji, obcych dla organizmu człowieka. Większość tzw leków to związki syntetyczne, które muszą wprawdzie być zneutralizowane i wydalone przez organizm. Jeżeli proces odtruwania nie zostaje skutecznie przeprowadzony to występują niekorzystne działania uboczne niekiedy nawet śmiertelne. Medycyna akademicka, odrzuca naturalne terapie oparte na przyczynach a nie objawach, leczę poszczególne narządy a nie całego człowieka. Faszkuje go coraz to większą ilością specyfików mających szkodliwe działania uboczne i coraz bardziej brnie w ślepią uliczkę. Szczegółową analizę praktyk lekarskich aprobowanych przez rząd federalny, przedstawił raport Amerykańskiego Instytutu Żywienia, który ukazał się niedawno w USA (Null, Dean, 2003). Dokument ten powstał w odpowiedzi na notoryczną i nie uzasadnioną krytykę medycyny naturalnej (przyczynowej) i nie pozostawił suchej nitki na konwencjonalnych metodach leczenia. Uznano, że tradycyjne sposoby kuracji są zabójca nr 1 w USA. Raport napisało kilku uznanych naukowców na podstawie wyników uzyskanych w minionych 10 latach. Fakty są naprawdę szokujące: 2,2 miliona pacjentów przebywających w szpitalach wykazało negatywne reakcje na przepisane im leki. Ilość błędnie przypisanych antybiotyków sięgnęła zawrotnej liczby

20 milionów. Były one przepisane głównie na infekcje wirusowe, na które antybiotyki nie działają. Liczba zbędnych zabiegów chirurgicznych oceniona została na 7,5 miliona. Ilość osób poddanych zbytecznej hospitalizacji była bliska 9 milionom. Powodem tego jak twierdzą agenci firm ubezpieczeniowych, jest fakt, że na 25 000 leków dostępnych na rynku, około 24 000 są z terapeutycznego punktu widzenia zupełnie bezwartościowe. W Niemczech co roku ponad 50 000 pacjentów cierpi i umiera na ciężkie powikłania po zastosowaniu leków farmaceutycznych. Liczbę jatrogennych zgonów w USA w roku 2001 oszacowano na 783 936. Doszło do nich w rezultacie zabójczych reakcji na leki, błędów medycznych i zbędnych zabiegów. Dla porównania w roku 2001 liczba zgonów z powodu zawału serca wyniosła 699 697 a z powodu chorób nowotworowych 553 251 (Last, 2008). Liczba zgonów z powodu chorób nazywanych jatrogennymi jest naprawdę porażająca. W ciągu 10 lat wojny we Wietnamie zginęło 56 tysięcy osób. W skali rocznej te przypisywane lekarzom są wielokrotnie większe. Dane te są niepełne gdyż nie zawierają jatrogennych chorób wynikających z długotrwałych uszkodzeń powstałych w następstwie medycznych kuracji, które udało się pacjentom przeżyć. Z tego też powodu strajk lekarzy (zwłaszcza tych, którzy głównie przypisują leki wskazane przez wielką farmację), jest bardzo korzystny dla pacjentów. Niektóre statystyki dowodzą, że kiedy dochodzi do strajku, liczba zgonów dotkniętej tym strajkiem społeczności gwałtownie spada. W 1976 roku liczba zgonów w Bogocie w Kolumbii spadła o 35%. W tym samym roku w okręgu Los Angeles w Kalifornii śmiertelność w czasie strajku spadła o 18%, natomiast w Izraelu w czasie strajku w 1973 roku spadła aż o 50%. Po zakończeniu każdego strajku śmiertelność ponownie wzrasta do normalnego poziomu. Reasumując wydaje się słuszne powiedzenie, że najlepszy lekarz to taki, który skutecznie zapobiega chorobom, dobry to taki który skutecznie leczy przyczyny a najgorszy, który tylko mówi, że leczy.

#### **Piśmiennictwo:**

- Last W., 2008, *Czy większość chorób powoduje system medyczny* Nexus 5-6 s: 21 – 30
- Niedzwiecki, Ivanow, 2008, *Witamina C pomaga obniżyć cholesterol*. Optymalnik s: 8 - 10.
- Null G, Dean i inni 2003, *Death by Medicine* Nutrition Institute of America [www.NutritionInstituteofAmerica.org](http://www.NutritionInstituteofAmerica.org)
- Rath M., 2008, *Dlaczego zwierzęta nie dostają zawału serca tylko my ludzie*. Fundacja Zdrowia Dra Ratha str 352