

vitae

2014/7-8

www.energy.sk

Az egészséges bőr titkai
Legyen nyáron még szebb!

Legyőzte a méhnyakrákot
Egy klubtag tapasztalatai

Szabadítsd fel a benned élő Nőt
Mezei Tünde cikke



NÁLUNK BEVÁLT

Rovarcsípések megelőzése, kezelése

Sokat utaztam a világban, és gyakran kellett azon gondolkoznom, mely ENERGY készítményeket vigyem magammal. Mivel sokszor a minimálisra kellett mérsékelnem a csomagom súlyát, igyekeztem olyan készítményeket kiválasztani, amelyek felhasználhatósági köre a lehető legszélesebb.

Elsősorban ezért esett a választásom rendszerint a DRAGS IMUN-ra, amely már rengeteget bizonyított emésztési problémák vagy megfázás esetén, illetve meglepő módon rovarűzőként is. A többi, DRAGS IMUN-t nem használó utastársamtól eltérően nekem nem volt problémám a különböző maró, csípő rovarokkal. És ha olykor mégiscsak belém kóstolt valamelyikük, a DRAGS IMUN lokális

alkalmazása azonnal megnyugtatta a bőrt, és irritáció nem fejlődött ki. A megfelelő hatás elérése céljából azonban nagyon fontos, hogy a DRAGS IMUN-t már az elutazás előtt egy héttel kezdjük el szedni, és az utazás ideje alatt végig vegyük magunkhoz.

Tavaly egy barátom tanácsára még egy hatékony rovarűzőt felvettem a listámra: a DERMATON OIL-t. Eredetileg én adtam neki

ezt a készítményt ajándékba, ő pedig azonnal kivitte magával Ázsiába. Korábban sokat szenvedett a különböző rovaroktól. Vétlenül jött rá, hogy a DERMATON OIL-nak köszönhetően ez a problémája szinte teljesen megszűnt. Ám a készítményt folyamatosan kellett használnia, azaz állandóan kenegette vele a fedetlen testrészeit.

Így a DRAGS IMUN és a DERMATON OIL most már minden felfedező túra és kirándulás alkalmával velem van.

(bovi)
Prága



Első számú kedvencem

Az ENERGY készítmények mindegyikét nagyon szeretem, de tény, hogy elsőnek rendszerint a kedvencemet veszem elő. Ez pedig a DRAGS IMUN. Talán a kivételes ereje, gyors hatékonysága miatt, és azért, mert általában azonnali segítségre van szükségem.

Legutóbb akkor használtam a „sárkányvért”, amikor megcsípett egy rovar. Nem tudom, pontosan mikor történt, mert már csak arra lettem figyelmes, hogy van a lábamon valami fájó... Sajnos két nap múlva a bokámnál megjelent egy bevörösödött, forró és fájó duzzanat. Annyira fáj, hogy még gyengéden sem tudtam megérinteni, és nem tudtam járni, állni, feküdni.

A gyógyszerárban azt mondták, hogy ezen csakis az antibiotikum segít, ezért azonnal forduljak orvoshoz. Így gyorsan elővettem a *Füvesanyó tanácsai A-tól Z-ig* című kiadványt, *Vlasta Husárovától*, abban a reményben, hogy ráakadok valamilyen segítségre. Nem csalódtam. Az akut kezeléssel már lekéstem ugyan, de azonnal elkezdtem fél óránként szedni a DRAGS IMUN-t (a javasoltnál nagyobb adagban), a REGALEN-t, a FYTOMINERAL-t, a bokámat pedig CYTOVITAL-lal kenegtettem. A krémek közül többet is alkalmaztam, mindig a megérzéseim szerint. Emellett esténként bevettem 1 kapszula CYTOSAN-t.

A javulás már néhány órán belül megmutatkozott, és két nap múlva a fájdalom és a duzzanat is eltűnt. Visszagondolva a történetekre: hihetetlen, de tény, hogy ez a kis rovarcsípés mennyire korlátozott a mindennapi tevékenységemben. Hálás vagyok az egészségemnek, a tökéletes és bölcs testemnek – és persze az ENERGY munkatársainak. Köszönöm, ENERGY!

Nem a pók volt a bűnös

A férjemmel, mint minden pénteken, most is elindultunk a telkünkre, ahol mindig új energiákkal töltődöm fel. Amikor megérkeztünk, az előszobában levettem a cipőmet és belebújtam a crocs papucsomba. (Eszembe sem jutott, csak utólag jöttem rá, hogy az efféle lábbeli a sok lyuknak köszönhetően valóságos luxus otthon lehet a legkülönbözőbb rovaroknak.) Hirtelen felkiáltottam az ijedtségtől és a fájdalomtól, mert valami megszurta a kislábujjamat, és a fájdalom végigszaladt az egész talpamon.

Azonnal kiestek a táskák a kezemből, és elkezdtem szidni a pókot, amely úgy járkált a lábamnál, mintha semmi sem történt volna. Félbevágtam egy hagymát, és rátettem a csípésre. Közben folyamatosan szidtam a pókot. Annyira szégyellte magát, hogy bemászott a heverő alá...

Az egész talpam bepirosodott és forróvá vált, a sebem bedagadt és nagyon fáj. DRAGS IMUN nem volt kéznél, így miután lehűtöttem a lábamat hideg vízzel, bekentem ARTRIN-nal. Gyorsan telefonos segítséget kértem, felhívtam

a brnói ENERGY klub vezetőjét, *Hanka Husovát*. Azt javasolta, hogy hagyjam a krémet a lábamon legalább 20 percig, majd mossam le és kenjem be újra (az ARTRIN ugyanis szinte „kiszívja” a sebből a mérgeket). A fájdalomtól nem tudtam elaludni, a férjem már el akart vinni az ügyeletre. Megmostam a lábamat hideg vízzel, még egyszer bekentem ARTRIN-nal, és végre elaludtam.

Reggel újra megmostam és bekentem a lábamat, majd ezt az egész folyamatot még háromszor megismételttem. Kezdtől lehadni a duzzanat, illetve a színe is mindinkább közelített a normálhoz. Sok tiszta vizet ittam, hogy a toxinok távozását ily módon is elősegítsem.

Az ARTRIN minden „rosszaságot” a felszínre húzott. Nekem pedig elnézést kellett kérnem a póktól, miután a férjem reggel talált az előszobában egy döglött darazsát.

Egy szó, mint száz: nálunk minden él, mindig történik valami!



Táňa-Souchopová-Nezvalová
Brno

Petra Kapláňková
Otaslavice

Nyári ajánlatunk

Az idén valóban igazi nyár várható. A trópusi idő nemcsak Egyiptomban, hanem akár a Velencei-tónál is utolérhet minket. A július kivételesen száraznak és szelesnek ígérkezik, bár a szél valószínűleg kisebb intenzitású lesz, mint júniusban. A hónap második és harmadik dekádjában várhatóan igencsak meleg lesz, de július vége inkább hűvösebb időjárásba hajlik majd.

Az igazi nyarat valóban megérdemeljük, főleg akkor, amikor a *Fa Ló* energiája egyre aktívabb tevékenységre ösztönöz bennünket.

Júliusban érdemes szervezetünk működését megtámogatni egy kis **CYTOSAN**-nal, és nem csak azért, mert segít testünknek leküzdeni a nyári kerti partik grillezett tarjái és füstölt kolbászaik okozta kellemetlenségeket. A **CYTOSAN** abban is a segítségünkre lesz, hogy önmagunk maradjunk, hogy ne sodorjanak el minket a Szél energiájának érzelmi kilengései, ne döntsön le a lábunkról a fáradtság, és ne heverjük végig a nyarat sörrel a kezünkben egy napágyon.

A *Ló* idén aktív pihenésre sarkall, ezért az edzetlen test szeretettel fogadja a **KING KONG** támogatását. Ha mellé még a **BALNEOL**-t is becsomagoljuk, akkor a telken töltött legolcsóbb nyaralás is igazi wellnessnek tűnik majd.

A szél egész évben a nyomunkban lesz, ezért soha ne felejtjük otthon az **AUDIRON**-t, mert a füllel kapcsolatos panaszok igazán nehéz napokat okozhatnak. A nyári estéinket különlegessé tehetjük egy kis **TRIBULUS TERRESTRIS** (királydinnye) teával. A növény jótékony hatásai főleg a férfiaknál, valamint a 40 évesnél idősebb hölgyeknél bizonyítottak, hiszen szervezetük hormontermelése folyamatosan csökken. A hormonszint harmonizálása, a belső feszültség enyhítése, az életerő megújítása és a test zsírrétegeinek csökkentése csakis jót tehet. **(Joa)**



Augusztus: aktív nyaralás

A hónap elején kifejezetten forró energiák várnak ránk, ám augusztus 5. környékén már eléggé lehül az idő. Újabb felmelegedés a hónap közepe felé várható, és a meleg idő rövidebb szünetekkel kitart kb. augusztus 28-áig, de tropikus melegre már ne számítsunk. A hónap vége felé inkább őszi időjárás lesz. Egész augusztusban rendkívül erős esőzésekre kell felkészülnünk.

Ha szeretnénk valóban élvezni a nyarat, ne feledjük megkérdezni olykor a szervezetünket, hogyan érzi magát, nincs-e szüksége valamire. A hegyekbe, más szóval az aktív nyaraláshoz, túrázáshoz vigyük magunkkal a **REVITAE**-t. Felráz bennünket, ha már szinte összeesünk a fáradtságtól, emellett támogatja a máj működését, amely így képessé válik arra, gyorsabban bontsa le az alkoholt.

Igencsak hasznos lehet nyáron a **BETAFIT**. A cékla feltölti a kimerülőben levő energiakészleteket, a csalán pedig eltávolítja a szervezetből a fölösleges anyagokat. Ezek nemcsak a hosszú nyári éjszakák rendszertelen életmódja, kicsapongásai miatt alakulhatnak ki a testünkben, hanem az időjárás rettenetes szélsőségeinek, kilengéseinek következtében is.

A nyári hónapokban a hosszú és teljes értékű élet „idegenvezetője” számunkra a kínai ördögcérna (**LYCIUM CHINENSE**). A belőle készült tea – a vese és a máj regenerálásával – igazán a segítségünkre lesz.

Persze a **fogkrémekről** sem szabad megfeledkezni. Használjuk őket nyugodtan felváltva, éppen az aktuális kedvünk vagy szükségletünk szerint. Úgyhogy kedves Nyár, légy üdvözlöve! **(Joa)**



Az egészséges bőr titkai

A száraz és a normál bőr mindennapi ápolásához kiváló a **DERMATON OLAJ**. Nyugtatója és regenerálja a káros hatásoknak kitett bőrt, csillapítja a fájdalmat bőrpír esetén, megszünteti a sebgyógyulással járó viszketést, elősegíti a napozás utáni barnulást, felgyorsítja a bőr mélyebb rétegeinek regenerálódását, megakadályozza kiszáradását, javítja rugalmasságát, gátolja korai öregedését.

A **DERMATON GÉL** elsősorban az irritált, érzékeny bőr kezelésére szolgál. Regenerálja a bőrt napozás után, lassítja öregedését és ráncosodását. Jótékonyan hat a narancsbőrre, felgyorsítja

a különböző bőrsérülések és az 1. fokú égési sérülések gyógyulását, támogatja a bőr allergiás tüneteinek kezelését.

Szerves UV szűrőt tartalmaz a **DERMATON SPF 6**. Ez a rendkívül korszerű készítmény óvja a bőrt a napsugárzás káros hatásaitól, csillapítja a napfény hatására jelentkező, nem kívánatos reakciókat. Segít megelőzni a bőr korai öregedését, hypoallergén, nem irritál, és nem jut be a bőr mélyebb szerkezeti rétegeibe.

(Bővebben foglalkozunk a bőrápolás tippjeivel és tapasztalataival klubmagazinunk 4-5. és 7. oldalán.)

A TARTALOMBÓL

Bőrápolás felsőfokon	4-5
Az allergia és a probiotikumok	6-7
Debreceni segítőink	8-9
Méhnyakrák	10
Klublista, további munkatársak	11-14
Klubelőadások, egyéb programok	15
Az ENERGY és a sport	16
A nő felszabadtítása	17
Értegségek, tüdőembólia	18-19
ENERGY úti patika	20
Vége a fehér folyásnak	22
Nyári receptek	23
Gyógynövény-sorozatunk: vidrafű	24

Bőrápolás felsőfokon a Dermaton termékcsaláddal

Az idei nyáron várható (részben meg is tapasztalt) melegrekordok előre figyelmeztetnek bennünket a bőrvédelem és a bőrápolás kiemelt fontosságára. A klimatológusok azt ígérik, hogy az utóbbi évekre jellemző szélsőséges időjárás folytatódik. Lassan megszokottá válik a hideg és tropikus időjárás váltakozása, a mindent elmosó felhőszakadásokat továbbra is olyan hihetetlenül száraz hetek követik, amelyek még a növények gyökereit is képesek teljesen kiszáradni...

Mindez állítólag megváltoztathatatlanul így van. És ez részben vagy elsősorban a mi hibánk is. Hiszen szabályozzuk a patakokat, a partvonalakat nem újítjuk meg, a gátakra nincs pénz, bár a szakemberek szerint a legolcsóbb és leghatékonyabb megoldást az kínálná, ha ott építenénk föl őket, ahol ennek a legtöbb értelme lenne: az erdőben. A lakótelepek hatalmas, lebetonozott terei, a bevásárlóközpontok előtti óriási parkolók, beton- és aszfaltutak szintén nem teszik lehetővé, hogy a víz felszívódjon a talajban. Nagy mennyiségben folyik el a csatornahálózatán keresztül a folyókba, és szélsébeben eltűnik az adott területről. Csökken a párolgás mértéke, a levegő egyre szárazabbá válik, és nincs, ami megvédené minket a nap égető sugaraitól.

Tavaly, közvetlenül a nyári szezon előtt, megjelent az ENERGY kínálatában két új DERMATON készítmény: a gél és az SPF 6. Mindkettőt kipróbáltam, és meg kell mondanom, az eredmény szenzációs.

TITÁNFEHÉRSÉG

A DERMATON SPF 6 védőfaktora nekem túlságosan alacsonynak tűnt, és úgy véltem, hogy nem képes megvédeni a leégéstől a nyári hegyi túrák közben. Ám a készítmény hatékonysága minden képzeletemet felülmúlta. A benne levő titán-dioxid, a többi összetevővel együtt, úgy védte bőrömet a nyári nap sugaraitól, ahogyan a lelepleződéstől védte a titánokat, akik meg akarták ölni a Nap archetípusát megszemélyesítő kis Dionüszoszt. A titánok titánfehér festékekkel

kenték be arcukat, hogy senki se lássa, ki követte el a szégyenletes tettet. Egyes színészek vagy utcai mutatóványosok mindmáig őket utánozzák, ha úgy akarnak a színpadra lépni, hogy a közönség ne ismerje fel őket.

Minden évben felmegyek nyaranta a hegyekbe, és most történt meg először, hogy nem éreztem az ultraibolya (UV) sugarak káros hatását az arcomon és a karomon.

Az ENERGY cég által alkalmazott legmodernebb technológiai eljárások, vagyis a kapszulázott kémiai szűrő – a titán-dioxiddal karöltve – a legmagasabb szinten teljesítették feladatukat. Csak amikor a készítménnyel bekenestestreszeim, a vállam és a nyakam izzadni kezdett, akkor vettem észre, hogy a bőr mélyedéseiben megjelent egy kis fehér termékcsík. Ez meggyőzött arról, hogy az SPF 6 a bőröm felszínén maradt, és nem hatolt mélyebbre. Viszont nem jelent meg a bőrömon a korábban megszokott olajos lélegzáró filmréteg, amely a legtöbb kémiai bőrvédő készítmény használatakor látható, egyfajta üvegházhatást létrehozva és túlfűtve a bőr felszín alatti rétegeit.

A túráról hazatérve (természetesen zuhanyozás után) a DERMATON GÉL-t alkalmaztam. Gondoltam: ha már lúd, legyen kövér! Az újdonságokat saját magunkon tudjuk leginkább tesztelni. Már a gél felvitelekor érezhettem a selymesen lágy bőr kellemes tapintását, és mindez csak felerősítette a később jelentkező hűsítő, regeneráló hatást. Bőröm puha, sima és friss maradt.

A készítmény regeneráló ereje az előállítás során felhasznált összetevőkben rejlik. A karitévaj (shea vaj), a barbadosi cseresznye (acerola), az Aloe vera, a jojoba, a zöldtea-kivonat általánosan használatos összetevők a kozmetikai iparban.

A GRÁNÁTALMA TERMÉKENY MAGJAI

Valamennyi összetevő közül azonban leginkább a gránátalma-kivonatban található karotinoidok regeneráló hatása nyűgözött le. Valószínűleg azért, mert ehhez a gyümölcsöshöz érdekes mítosz kapcsolódik.

Hádész (latinul: Pluto), az alvilág istene egyszer a következőképpen panaszkodott testvéreinek, Zeuszoknak: „Nektek, a fenti világ isteneinek, mindnyájatoknak van felesége, szeretője, esetleg a te kusza életviteledet ismerve mind a kettő egyszerre, csak én maradtam a sötét alvilágban egyes-egyedül. Segíts nekem is megtalálnom életem párját, hogy ne érezzem magam ennyire elszakítva a világtól, és hogy az alvilágnak is

meglegyen a maga uralkodónője.” Zeusz eleget tett testvére kérésének, és felhívta figyelmét Déméternek, a földművelés és a termékenység istennőjének fiatal lányára, Perszeponéra.

Zeusz csak azt kérte Hádésztől, hogy Perszeponét diszkrétan vigye magával az alvilágba, ne keltsen túl nagy feltűnést. Hádész hallgatott Zeusz tanácsára, és egy óvatlan pillanatban elragadta a leányt sötét birodalmába. Amikor Perszeponé nem tért haza, Déméterben felébredt a gyanú és lánya keresésére indult.

Amint megtudta, mi történt, olyan szomorú lett, hogy megfenyegette Zeuszt: ha nem kapja vissza a lányát, úgy elhanyagolja a földet, hogy kihal az emberiség. Zeusz ezt nem engedhette, ezért elküldte Hermészt, az istenek leggyorsabb hírnökét az alvilágba, hogy magyarázza el Hádésznek, miért kell Perszeponét elengednie. Hádész végül kénytelen volt elengedni kedvesét, ám távozása előtt csalfa módon még rávette arra, hogy egyen valamit, nehogy éhesen térjen vissza a fenti világba. Néhány gránátalma-szemét kínált fel neki.

Amikor Perszeponé hazaért, édesanyja azonnal megkérdezte tőle, evett-e valamit az alvilágban. Így szembesült a kegyetlen valósággal. Tudta ugyanis, hogy ha lánya az alvilág ételeiből eszik, azzal örök életet a holtak birodalmához köti magát, és vissza kell térnie férjéhez. Zeusz azonban enyhítette ezt a szigorú szabályt, így Perszeponének csak az év egyharmadát kellett az alvilág birodalmában töltenie. Ezért van az, hogy a természet csak háromnegyed évig termékeny, ám az év utolsó egyharmadában regenerálódik. És éppen ez a regeneráló hatás van „beleködölve” a gránátalma-kivonatba.

KÍMÉLETES BŐRVÉDELEM

Nyáron az említett készítmények használata még inkább indokolt. A napsütés, főleg ha a hegyekben vagy a vízparton ér bennünket, sok jót tehet, ám károsíthatja is az egészségünket. A DERMATON SPF 6 – a CYTOVITAL humátjaival együtt – segít megóvni bőrünket a napsugárzás káros hatásaitól. A DERMATON GÉL révén pedig megmenthetjük azokat a területeket, amelyek számára az előbb említett két készítmény esetleg nem adott elegendő védelmet. Végül a DERMATON OIL nemcsak regenerálja bőrünket, hanem használatával hosszú ideig meg is őrizhetjük csodálatos bronz barnaságunkat.

Persze biztosan akadnak olyanok is, akiket nem hoz lázba a napsütötte tengerpart vagy a naptól szikrázó hegyi mező látványa. Ha jobban szeretik a szoláriumot, akkor is biztosan nagyra értékelik a DERMATON termékcsalád készítményei által nyújtott védelmet és regenerációt.

Tegyünk meg mindent azért, hogy az egészségünket támogató sütkezést a napon maximálisan élvezhessük.

Miroslav Kostelnik



NÁLUNK BEVÁLT

A használat során szerzett tapasztalatok

DERMATON OLAJ

Fejfájás, migrén: masszírozzuk a halántékokat, a homlokot, a nyak hátsó részét és a tarkót. Kiválóan alkalmazható idegi kimerültség és ingerlékenység, depresszió, továbbá álmatlanság esetén. Felgyorsítja a bőrsejtek regenerálódását.

Fizikai megerőltetés, sportolás után: megszünteti a fáradtságot, jótékonyan hat izomproblémák és reumatikus panaszok esetén.

Száraz hajra havonta egyszer, hajpakolásként: hajmosás után masszírozzuk bele a DERMATON OIL-t a fejbőrbe, illetve vékony rétegben vigyük fel a haj teljes hosszára. Leöblíthetjük azonnal is vagy hagyhatjuk 15-20 percig hatni (közben tekerjük be a hajunkat törülközőbe).

Száraz, repedezett bőrre: tisztálkodás után masszírozzuk bele a készítményt a sérült területekbe. Ha este talpmasszázsához használtuk, éjszakára vegyünk fel pamut zoknit.

Kézborogatás: táplálja a száraz, igénybevett bőrt. Kerti munka után kenjük be kezünket vastag rétegben az olajjal, és húzzunk pamutkesztyűt. Hagyjuk a készítményt legalább 20 percig hatni. Az olaj a körömágy ápolására is kiváló.

Hatékonyan táplálja a bőrt és rugalmassá teszi: napozás, leégés után táplálja és nyugtatja a bőrt, segít megőrizni a megszerzett barnaságot. Égési



sérülésekre, reumás panaszokra és terhességi csíkokra is alkalmazható. Jótékonyan hat továbbá a pigmentfoltokra, a száraz ekcémára, a pattanásokra, a száraz könyökre és táplálja a szempillákat.

Torokfájás, torokgyulladás: készítsünk belőle borogatást, és hagyjuk 30 percig hatni. Az olajat enyhén melegítsük fel, tegyük rá a nyakra, és fedjük le pamutkendővel.

Tüdőgyulladás esetén: masszírozzuk bele a meleg olajat a hátba, fedjük le nejlonnal vagy csomagolófóliával, majd pamutréteggel.

DERMATON GÉL

Feszíti a bőrt, segítséget nyújt kiütések, horzsolások, vágási sérülések utókezelésében. Minimálisra csökkenti a hegek kialakulásának veszélyét, Aloe vera tartalmának köszönhetően jótékonyan hat kevésbé súlyos égési sérülések és nap okozta leégések kezelésében.

Nyugtatja a rovarcsípés miatt kipirosodott bőrt. Kiváló arcpakolást lehet készíteni belőle: vigyük fel egy vastagabb réteget az arcunkra, majd kb. 15 perc múlva mossuk le.

(A Prága 4. kerületében működő ENERGY KLUB tanácsadóinak tapasztalataiból válogattunk.)

Gyermekáldásra várva és a babának is jót tett

Nem egészen három hónapja született meg második kislányom, Petrus. Amikor hazaérkeztünk a kórházból, elkezdett hámlani a bőre, amely egyébként nagyon érzékeny. Így nem tudtam, mit tegyek: kenegessem vagy ne kenegessem?

Az interneten rengeteg különböző véleményt olvastam, a végére már teljesen összezavarodtam. Áldott állapotban a DERMATON OIL-t használtam, és nincs egyetlen egy terhességi csíkom sem. Ezért arra gondoltam, hogy ha a „varázsolaj” jót tett nekem, miért ne tenne jót Petrusnak is?

Elkezdtem az olajat a fürdővizébe adagolni: az első nap egy nyomásnyit, a másodikon kettőt,

harmadik nap hármat. Magam is meglepődtem a fantasztikus eredménnyen, mert alig egy hét elteltével a hámlásnak vagy irritációnak nyoma sem maradt. Ezért a DERMATON OIL-t nemcsak az anyukáknak, hanem a babáknak is jó szívvel tudom ajánlani.

Petra Souralová
Šumperk

65 évesen is ragyog a bőröm

Rendkívül száraz bőrömről az általánosan kapható krémekeket használtam, de nem váltak be. Ezért amikor bekerült a klubokba a DERMATON OIL, siettem, hogy vegyek egyet. A készítmény gyönyörűen felszívódik, selymessé és kellemesen illatosá varázsolja a bőrömet.

Később anyukám sajnos megbetegedett, és már három éve ágyhoz van kötve. Nagyon száraz volt a bőre, főleg a lábán, ott el is kezdett hámlani. Őt is DERMATON OIL-lal kenegtettem, és a „csoda” nem sokáig váratott magára. Az édesanyámat ápoló nővérke azonnal megkért, hogy neki is hozzak egyet, mert az édesapjának szüksége lenne rá.

Amikor túlságosan sok körülöttem a stressz, gondjaim vannak, ez az állapot azonnal megmutatkozik a bőrömön is. Ezért a DERMATON OIL-t felváltva használom a PROTEKTIN krémmel. Ahhoz képest, hogy már 65 éves vagyok, egyszerűen ragyogó a bőröm.

Jiřina Bozděchová
Domázlıcko



Az allergia és a probiotikumok

Az allergiás megbetegedések száma senkiben nem hagy kétséget afelől, hogy ezzel a globális problémával intenzíven kell foglalkozni. Az allergia előfordulásának növekvő irányzata a jelenlegi 40%-on sem állt meg, és a szakemberek feltételezése szerint néhány év múlva minden második ember allergiás lesz. Az allergia napjainkban a 3. helyen áll a legelterjedtebb betegségek sorában – közvetlenül a szív- és érrendszeri, valamint a daganatos megbetegedések után. A szakemberek a különböző típusú allergiás betegségek lehetséges gyógyítási módszereinek kutatása mellett nagy figyelmet fordítanak a megelőzés lehetőségeire is.

Az allergiás megbetegedések száma folyamatosan növekszik, és ennek több oka is van. A szennyezett környezet, a mezőgazdasági vegyszerek alkalmazása, az élelmiszerek minőségének romlása, genetikai hajlam stb. Az utóbbi években elsősorban a fejlett országokban dolgoznak az ún. higiéniai hipotézissel. Ez abból a tényből indul ki, hogy a túlzott higiénia, az egyre sterilebb háztartások, a mikrobák elleni szüntelen küzdelem, az oltások, a túl sok antibiotikum használata és az egyre kisebb létszámot számláló családi modellek következtében a gyermekek és a felnőttek életéből hiányzik a mikrobiális antigénnel való találkozás.

TANYÁN KELLENE ÉLNIÜNK?

Ha valaki tanyán, farmon, istállók, szénabálák, természetes szalmazsákok, hagyományos dunnák közelében nő fel, és sterilizálatlan ételeket fogyaszt, továbbá frissen fejt tehéntejet iszik, mindezzel célzottan támogatja természetes és specifikus immunitását egyaránt, beleértve az élelmiszerekkel szembeni tűrőképességét is. Ám napjainkban már nem igazán reális, hogy bárkitől ilyen életmódot várjunk el, vagy állítsuk be követendő példaként.

Másrésztől be kell ismernünk, hogy a légátészto ágyneműhuzatok és a 60 °C-on vagy annál magasabb hőmérsékleten átmossott ágyneműk használatának, valamint átszellőztetésüknek is bizonyítottan megelőző hatása van. Az allergológusok és immunológusok véleménye megegyezik abban, hogy a szoptatás rendkívül jelentős szerepet tölt be a megelőzésben, hasonlóan ahhoz, ahogy a dohányzásnak viszont negatív hatása van az allergia későbbi megjelenése szempontjából.

Az állatokkal való kapcsolat megítélése nem egységes. Szakemberek egyrésztől úgy vélik, hogy segíthet az állati allergénnel szembeni tolerancia kialakításában, másrésztől viszont akár

ki is provokálhatja az allergiát. A házi kedvencekkel kapcsolatosan szóba kerülhet még az atkák és a penészgombák jelenlétének kockázata is.

HISZTÉRIKUS REAKCIÓ

Az allergének, vagyis az allergiát okozó anyagok leggyakoribb típusa a *belelegzett (inhalatív) allergének*: virágpor (pollen), por, penészgomba, atka, állati szőr vagy toll. A következő kategória az *ételallergének* (nutritív allergének): tej, tojás, glutén, mogyoró, hal vagy citrusfélék. A harmadik csoportba tartoznak az ún. *kontakt allergének*, mint a fémek, az ékszer, a tisztítószer (pl. mosópor), a helyileg alkalmazott gyógyszerek vagy a rovarmérgek.

Egy allergiás ember immunrendszere rosszul, nem megfelelően és „kapkodva”, tehát túl gyorsan reagál ezekre és egyéb allergénekre. Sőt, merem állítani, hogy az immunrendszer egyfajta „hisztérikus reakciót” produkál.

A biokémiai és gyulladási reakciók láncolata a légzőrendszerben, az emésztőrendszerben vagy a bőrön nyilvánul meg. Az allergiás megbetegedésekkel szembeni genetikai hajlamot „atópiának” nevezzük.

A LEGGYAKORIBB ALLERGIÁS BETEGSÉGEK

A leggyakrabban előforduló allergiás betegség az *allergiás nátha*. Két alaptípust különböztetjük meg. A szénanáthát rendszerint pollenszemcsék okozzák, és kialakulása szezonális, vagyis az allergia tünetei egy adott évszakban jelentkeznek. Legfőbb tünetei: vízszertű orrfolyás, köhögés és tüsszögés. Az egész évben allergiás náthától szenvedő betegek rendszerint a porra, a penészgombára, az atkára és az állatszörre allergiások. Számukra az eldugult orr okozza a legnagyobb problémát. Az allergiás nátha gyakori kíséretünete az allergiás kötőhártya gyulladás,

amely rendszerint a levegőben keringő pollenek miatt alakul ki. Mindez a szem égésében, viszketésében, túlzott könnyezésben és a szem vörösödésében nyilvánul meg.

A tüdő és a hörgők allergiás reakciója *asztmáként* mutatkozik meg. Ez a megbetegedés súlyos és hosszan tartó. Tünetei: légszomj, köhögés, szorító érzés a mellkasban. Az asztmára tipikusan jellemző tünet, hogy a beteg vesz egy mély lélegzetet, de a levegő benn reked, és kilélegezni már nem tudja. A tünetek akár az életet is veszélyeztető asztmás rohamot válthatnak ki.

A bőrön jelentkező allergiás reakciók *csalánkiütésben* nyilvánulnak meg. A tünet elnevezése valóban a csaláncsípéstől ered, amit valószínűleg mindnyájan jól ismerünk. Tünetei: bőrpír, apró vörös pöttyök, erős égető érzés és viszketés.

Az *atópiás ekcéma* a gyerekeknél gyakrabban fordul elő, mint a felnőtteknél, és szintén az allergiás megbetegedések közé soroljuk. Lehet száraz, amikor a bőr kipikkelyesedik és hámlik, illetve lehet nedves, amikor a bőr nedvedzésre hajlamos.

Fokozott allergiás reakció esetében anafilaxiás reakcióról beszélünk, amely akár *anafilaxiás sokkot* is okozhat. Ez az állapot életveszélyes. Gyakran gyógyszerek vagy (főleg a nyakon vagy közelében történt) rovarcsípés hatására alakul ki. Tünetei: felfokozott légzés, gyorsabb pulzus, izzadás, sápadtság és zavart tudat.

Sajnos az utóbbi időben az *étel intolerancia* is egyre gyakoribb. Ennek oka az élelmiszerek minőségében (vagy inkább minőségének hiányában), a különböző adalékanyagok (stabilizátorok, tartósítószer, ízfokozók, színezékek stb.) és a mezőgazdaságban használt vegyi anyagok alkalmazásában stb. keresendő.

Az ételallergia leggyakoribb tünetei: hasmenés, ritkábban székrekedés, hasfájás és az étkezés után jelentkező teltségérzés. Az ételallergia esetében bizonyítottan nagy szerepe van a szoptatás hiányának.

SEGÍTENEK A JÓTÉKONY BAKTÉRIUMOK

Az allergiás betegségekre a klasszikus orvoslás tablettá, orrcsepp, szemcsepp, spray vagy különféle krémek használatát javasolja. Modernebb eljárásnak minősül az ún. *deszenzibilizáció*. Ez nem más, mint az allergia gyógyítása az allergének kis adagokban, hosszú távon történő beadásával. A kezelés célja, hogy a szervezet hozzászokjon az adott anyaghoz, allergénhez, és ha ez megtörtént, már ne reagáljon rá olyan hevesen. Az allergiás betegségek gyógyításának teljesen új módszere – amelyre napjaink orvostudománya rendkívül nagy figyelmet fordít, és rengeteg kutatás és klinikai vizsgálat kíséri – a probiotikumok alkalmazásából indul ki.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) meghatározása szerint a probiotikumok olyan élő organizmusok, amelyek megfelelő mennyiségben adagolva jótékonyan hatnak a gazdaszervezet



Furcsa érzékenység Allergiások vagyunk a napra? Vagy valami másra?

Szinte felfoghatatlannak tűnik, miért, de tény, hogy a napallergiában szenvedők száma egyre csak növekszik. A napsugarakkal való érintkezés során bőrük túlzott reakcióval reagál, kiütések jelennek meg rajta, és szinte elviselhetetlenül viszket. A napallergia leggyakrabban a hölgyeknél fordul elő. Mi okozza az allergiát a Napra, az élet forrására? Mi történik valójában ilyenkor a szervezetben, ami nem engedi, hogy önfelmeden élvezzük a nyári örömeiket?

Solar dermatitis, napfény okozta bőrgyulladás, napfény okozta csalánkiütés – rendszerint ezeket a megnevezéseket használjuk az ún. napallergiára. Általában már a napsugarakkal való első tavaszi találkozás alkalmával vagy a tengerparti nyaralás első napján megjelenik. A bőr bevörösödik, apró hólyagocskák tűnnek fel rajta, és viszketni kezd. Az ekcéma súlyossá, hólyagosá is válhat, és szétterjedhet a test ruhával fedett részeire is. A kiütések leginkább a dekoltázson, a karon és a lábon, valamint a lábfejen jelennek meg. A probléma az emberiség kb. 10-20%-át érinti, és elsősorban a 20-30 év közötti nőket sújtja.

Ez esetben nem beszélhetünk a szó szoros értelmében vett allergiás reakcióról. A klasszikus allergiánál ugyanis az immunrendszer reagál túlzott mértékben az idegen eredetű anyagra, az allergénre. A test az allergén molekuláival szemben ellenanyagokat (antigéneket) termel, és ez gyulladást idéz elő. A gyulladások egyik közvetítője, úgynevezett mediátora a hisztamin, amely akkor szabadul fel, amikor az ellenanyag az allergénhez kapcsolódik. Az említett folyamatok következtében bizonyos szövetek sérülnek, és kialakulnak az allergiás tünetek.

Itt más a helyzet: közvetlenül a napsugárzás, egész pontosan az UV-A sugarak váltják ki a test túlzott reakcióját, mert beindítják a bőrben a szabad gyökök termelődését, amire a szövetek hisztamintermeléssel válaszolnak. Ennek következményeképpen a bőr bevörösödik és viszketni kezd.

A TERAPEUTA TANÁCSA

A napallergia megkeserítheti az életét, pedig Ön bizonyára szeretné végre kiélni a nyár minden pillanatát, nem akar állandóan bujkálni a napfény elől, hosszú ujjú és száru ruhát, esetleg nyak köré tekert kendőt hordva. Nos, néhány lépés kombinációjával sikeresen megszabadulhat ettől a problémától. Tanácsért *Vlasta Husárová* asszonyhoz fordultunk, akinek már több éves gazdag tapasztalata van az ENERGY krémjeinek és egyéb készítményeinek használatával. Íme, az ő javaslatai:

A tervezett napfürdő előtt egy nappal vegyen be egy kapszula CYTOSAN-t, este PROTEKTIN SZAPPAN-nal zuhanyozzon, majd a bőrt PROTEKTIN krémmel kenje be. Reggel a napozás előtt kenje be a bőrét CYTOVITAL krémmel, és ezt a nap folyamán többször ismételje meg.



Ha a kiütések ennek ellenére megjelennek, vegyen be 1-2 kapszula CYTOSAN-t, csepegtessen 10 csepp FYTOMINERAL-t egy pohár vízbe, és igya meg (egy óra elteltével megismételheti). Bőrét mossa meg CYTOSAN SZAPPAN-nal, majd kenje be ARTRIN krémmel. A folyamatot többször is megismételheti.

MIVEL OKOZZUK MAGUNKNAK A „NAPALLERGIÁT”?

A Nap a férfias energia jelképe, archetípusa. Ha Ön bőrirritációval és hólyagocskákkal reagál a napsugárzásra, az annyit jelent, hogy tudat alatt veszélyesnek érzékeli a valóság világosabb oldalát, férfias pólusát, és elkezd harcolni ellene.

Mit sugall ezzel a testünk? Mit akar jelezni? Mi a feladatunk ebben a helyzetben?

Meg kell nyitnunk a külső határainkat a melegség, az új ismeretségek előtt. Ezzel hozzásegítjük kontakt felületünket saját jogainak eléréséhez – ahhoz, hogy kitehesse magát a becézgetéseknek és csókoknak.

Fontos, hogy a belső fényünkről is gondoskodjunk. Nyissuk meg lelkünk ablakait és keressük meg a napot a saját szívünkben, illetve gondoskodjunk róla, hogy süssön! Foglalkozunk inkább a Nap alapelveivel ahelyett, hogy feláldoznánk bőrünket és egészségünket a Nap oltárán.

(Rüdiger Dahlke: A betegség mint szimbólum)

A legfontosabb a bélflóra egészsége

egészségére. Az emberi szervezetre áldásosan ható probiotikumok felfedezője és atyja *Ilya Mechnyikov* orosz tudós volt. Miután elhagyta Oroszországot, Franciaországban dolgozott, és immunológiai munkásságáért 1908-ban Nobel-díjat kapott.

A gyógyszerekben és az étrend-kiegészítőben leggyakrabban használt baktériumtörzsek: bifidobaktériumok, laktobacilusok, enterococ-cusok stb.

Korábban az allergiás megbetegedések megelőzése mindössze abból állt, hogy a betegek igyekeztek elkerülni az allergénnel való érintkezést. Ám az idők folyamán bebizonyosodott, hogy ez nem mindig a legmegfelelőbb megoldás.

Tanulmányok bizonyítják, hogy az egyik legfontosabb tényező a bélmikroflóra optimális



összetétele. Egyértelműen bebizonyították, hogy a probiotikumok immunszabályozó (moduláló) hatást fejtenek ki. Ez azt jelenti, hogy képesek olyan anyagok termelésének a serkentésére, amelyek „kordában tartják”, megelőzik vagy legalább mérsékelik az immunrendszer már korábban említett hisztérikus rohamát.

Mindez kicsit hasonlít a már említett deszenzibilizációra. Ám ebben az esetben a folyamat az egészséges bélmikroflórán keresztül megy végbe. Az ENERGY által kínált probiotikumoknak, vagyis a PROBIOSAN-nak és a PROBIOSAN INOVUM-nak éppen ezért megvan a maguk helye mind a megelőzésben, mind az allergiás betegségek kiegészítő kezelésében.

Dr. Jiří Hanzel

Arcképcsarnok Debrecenből (1.)

Miért éppen az Energy?

Ennek a cikknek a gondolata régóta érlelődik bennem, de mindig háttérbe szorult, mert a sok elismert terapeuta közül, akikkel együtt dolgozunk, senkit sem szeretnék kihagyni, és az egész *Vitae*-ben nem lenne elég hely, hogy bemutassuk őket. Ezért Fortuna segítségét kérve alakult ki az első nagy cikk „stáblistája”: az összes szakemberünk (orvosok, természetgyógyászok) nevét bedobtuk egy kalapba, és kihúztunk közülük 4-et. Így (remélhetőleg) elkerülhető, hogy bárkit is megsértsünk, mert kimaradt. És máris, itt és most, ünnepélyesen megígérhetem, hogy lesz folytatás...



Ahogy az interjúkat készítettem a terapeutákkal, újra meg újra megerősödött bennem az az érzés, hogy a legjobb helyen, a legjobb emberekkel (terapeuták és fogyasztók), a legjobb termékcsaláddal élünk és dolgozunk.

A kedvenc készítmény nálunk mindig más és más, otthon mindenből van kibontva. Gyerkcünk keresztapja, amikor meglátta a konyhában az ENERGY „arsenálunkat”, felkiáltott: itt több minden van, mint egy patikában! A mostani nagy kedvencem a RENOVE arckrém – otthon és a klubban is. A fogyasztók kipróbálják az üzletben, és rögtön észreveszik, milyen kellemes lett a bőrük állaga, így szívesen meg is veszik a készítményt. Aki egyszer elkezd, az garantáltan a rajongója lesz...

Nos, az alábbi három kérdést tettem fel a terapeutáinknak:

- Hogyan ismerkedtél meg az ENERGY készítményekkel?
- Elsősorban mire használod, illetve mikor ajánlod őket?
- Mi a kedvenc terméked vagy a legérdekesebb eseted?

GÁLNÉ BALLA ILONA

Gálné Balla Ilona természetgyógyász, hormonegyensúly-terapeuta:



1. Egy barátnőm ajánlotta figyelmembe, aki több éve ENERGY tanácsadó, többször mesélt nekem a sikereiről a készítményekkel kapcsolatban – kíváncsivá tett.

2. Igen sok gluténérzékeny kerül hozzám a praxisomban, nálunk a rossz felszívódás miatt hiánybetegségek lépnek fel. Ezért nagyon jól alkalmazom nálunk a FYTOMINERAL-t és a VITAFLOMIN-t. A gluténbetegéknél a bélrendszerből elégtelen a felszívódás, a FYTOMINERAL kolloid szerkezete viszont nagyon hatékonyan és gyorsan eljut a sejtekhez. A gluténérzékenyekre jellemző fáradékonyság (tápanyaghiány miatt) már két hét után (de sokszor már hamarabb) csökken a betegnél – meglepően jól vannak, energikusabbak, jó az erőnlétük és a közérzetük. Szeretem még a terápia során ajánlani a SPIRULINA-t mert kiváló D-vitamin-forrás, jól támogatja a méregtelenítést, a nehézfém-kivetést, s az alumínium pajzsmirigy problémája is jó eredménnyel rendezhető.

3. A családi kedvencünk (nem meglepő módon) a FYTOMINERAL, és nagyon szeretem a samponokat, közülük is a CYTOVITAL a nagy kedvenc. A kozmetikai termékek közül a CARALOTION testápoló kihagyhatatlan, a 20 éves sportoló fiam nagy kedvence pedig a KING KONG.

TŐKE CSABA

Tőke Csaba nemzetközi csung jüan csikung oktató, alternatív masszáz- és mozgásterapeuta (AMM), kineziológus (www.aranydaru.hu):

1. Az egyik kedves kineziológus ismerősömtől kaptam reklámanyagot. Kicsit belemerülve a termékdokumentációkba, tapasztalati leírásokba, nagyon megtetszett az ENERGY filozófiája. Igen sokan kerestek/keresnek meg a legkülönbözőbb termékcsaládokkal, de őszintén szólva, a legtöbbjükkel eléggé kritikus vagyok, mert nem a készítmények különlegességén és a beteg egészségének megóvásán vagy éppen helyreállításán van a hangsúly, hanem elsősorban az üzleten. Az ENERGY-nél ez fordítva van, és ez



is nagyon megnyerő számomra – itt valóban hiteles, magas színvonalú szakmai háttér van, különleges készítményekkel –, és minden az egészségüket megőrizni szándékozó és gyógyulni vágyók érdekében.

2. Kínában tanultam a legjobb mesterektől a csung jüan csikung technikát, kínai képmedicinával kezelek. Régen négy kezeléssel tudtam bizonyos problémákat helyreállítani, most egyetlen kezelés elég, és az ENERGY befejezi otthon a folyamatot és stabilizálja. Kineziológusként a *leap* és *sips* technikával regenerálom az agyban és gerincben végbement idegrendszeri sérüléseket, amit sokszor toxinok okozhatnak. Ennek a kivetésére tökéletes a CHLORELLA (zöld alga), és nélkülözhetetlen a kineziológiai kezeléshez. A társadalmi betegségek fő okai a mérgek, toxinok – hiába fogyaszt valaki bioélelmiszert, a levegőből, a környezetből is bejut a terhelés. A BETAFIT és a FLAVOCEL erre nagyon jó, lúgosítja, tölti a vért, erős antioxidáns. A CHANCA PIEDRA (kötörőfű) tea zseniális gyógynövény, örülök, hogy az ENERGY termépalettájának része.

3. Amikor először kerültem kapcsolatba az ENERGY készítményekkel, a legelső tesztelésnél a KING KONG jött ki, és pár csepp bevétele után a térdemben lévő – többéves sport okozta – izomsérülés elkezdett bizseregni. Pár nap használat után látványosan javult a több éve fennálló probléma.

EGÉSZSÉGNAPUNK: SZEPTEMBER 13.

Találkozunk szeptember 13-án, a debreceni Aranybika Hotelben megrendezendő *Egészségnapunkon*, ahol neves szakemberek, orvosok-természetgyógyászok tartanak előadásokat – érdemes már most bevésni a dátumot a határidőnaplóba... Részletek a szeptemberi *Vitae* magazinban, illetve e-mailben. A legutóbbi – februári – ilyen rendezvényünk videoanyagát megnézhetik a youtube.com videomegosztón, az ENERGY videocsatornáján. (Könnyen megtalálják, ha a keresőbe beírják: ENERGY Magyarország.)

Számukra első az emberek egészsége

LABONCZ ANNA

Laboncz Anna hajgyógyász, hormonegyensúly-terapeuta:

1. Amikor közel 10 évvel ezelőtt elkezdtem hajgyógyászként dolgozni, hamar meggyőződtem arról, amit hajgyógyász képzésünk során tanultunk, hogy a hajunk tükrözi a testi-lelki egészségi állapotunkat. Így aztán belső okokat feltáró módszert és a hiányokat pótló gyógynövényes készítményeket kerestem. Több rendszerbe beléptem, sok terméket kipróbáltam, az ENERGY termékeit hatékonyságban és ár-értékarányban is nagyon korrektnek találtam. Az ENERGY a legjobb, a leghatékonyabb (a műszerem ajánlása szerint).

Elmentem egy ENERGY rendezvényre, ahol az előadók és az általuk elmondottak is nagyon szimpatikusak voltak. Ismerős is akadt, egy volt szomszédasszony személyében. *Hollóné Kati* jó időben, jó helyen, jól értelt a készítmények mellett. Meggyőzött, regisztráltam.

2. Munkám során legtöbbször a „zöld” élelmiszerekből (BARLEY, CHLORELLA, SPIRULINA BARLEY, BETAFIT) használok. Minden terápiának, regenerációs folyamatnak az alapja a méregtelenítés, a bélrendszer tisztítása, hogy elérjük a megfelelő felszívódást. Aztán következnek a hiánypótló termékek, például a FYTOMINERAL és a VITAFLOREN, bár a zöldek – komplexitásuk miatt – sokszor önállóan is megállják a helyüket. Személyes kedvencem több is van, például a családomban az abszolút sláger a CHLORELLA, de inkább úgy fogalmaznék, hogy éppen az, amire szükségem/szükségünk van. A választásban nagyon sokat segít a készülékem, és ahogy a klienseket, úgy magamat és családtagjaimat is bemérem a bioinformációs állapotfelmérő rendszeremmel.

3. Elmesélem az egyik esetemet: egy középkorú hölgy azzal keresett fel, hogy szinte már teljesen kopasz, pár milliméteresnél nem nő hosszabbra a haja.

Összeállítottam a külsőleg alkalmazandó, személyre szóló terápiás kezelést, hiszen a haj-



hagymákat leggyorsabban és leghatékonyabban a fejbőrön keresztül érzük el. A belső okokat vizsgáló állapotfelmérés során kiderült, hogy a hölgynek laktózérzékenysége van, miközben évtizedek óta nem iszik vizet, csak télen-nyáron fél-egy liter tejet. Széklete 7-10 naponként van. Első lépésben tej- és tejtermékmegvonást és helyettük sok vizivást javasoltam. Kapta a „zöldeket”, valamint CYTOSAN-t és PROBIOSAN-t. Később a FYTOMINERAL-t, a VITAFLOREN-t és a SKELETIN-t szedte, ezek a hajra nagyon jó hatással vannak. Kb. 2 hónap alatt a székletproblémája megoldódott.

A kítűzött cél azonban az volt, hogy a lánya nyári esküvőjére ne parókában kelljen mennie.

Ezt elértük, azon egyezkedünk még, hogy most már egy hajfestést is szeretne. Meglátjuk, mert még másfél hónap van hátra a nagy eseményig.

DR. SZABÓ ILDIKÓ

Dr. Szabó Ildikó orvos-természetgyógyász, www.sinuhe.hu:

1. Pár évvel ezelőtt, amikor komolyabban elmélyedtem az emberek ásványianyag- és nyomelem-ellátottságát érintő kérdésekben, arra jutottam, hogy pótlásuk feltétlenül szükséges. Mivel táplálékunk nem tartalmazza elegendő mennyiségben, gyakorlatilag mindenki elszenevdi a hiányukat valamilyen formában. Tüneteket persze ezek a hiányok nem mindig okoznak, bár sokan természetesnek veszik, ha olykor fáj a fejük, rosszul alszanak, fáradékonyság vagy nehezen kezelik a stresszt. Pedig mindez nem természetes, s gyakran csupán a hiányállapot megszüntetésével is jelentős közérzetjavulás érhető el.

Kerestem tehát egy olyan táplálékkiegészítőt, amely egymaga tartalmazza a számunkra szükséges összes ásványi anyagot és nyomelemet, könnyen felszívódik és jól hasznosul. Kerestem, kerestem, és megtaláltam a FYTOMINERAL-t. Sőt, többet is találtam: két kedves és segítőkész barátot a Kovács házaspár (*Imola és Laci*) személyében, valamint még sok más kiváló ENERGY terméket, melyeket az akupunktúra mellett fokozatosan kipróbáltam és bevezettem a gyógyításba.

2. Kedvenc készítményeim sorát is a FYTOMINERAL vezeti a PROBIOSAN mellett, de nagyon szeretem a Pentagram® készítményeket is.

3. Érdekes esetem annyi volt és van, hogy hirtelen nem is tudok egyet kiragadni, viszont szívesen beszélek mostani kedvencemről, a PROBIOSAN-ról.

Probiotikus készítmény egyre több van forgalomban, de a PROBIOSAN egyedi, mondhatni különleges. A „kevesebb több”, tartja mondás, s ez jelen esetben is igaz. Nincs benne különösen sokféle probiotikus baktérium, csak kétféle, és az ő „gyógytáplálékuk”, az inulin. Valamint része a készítménynek az édesvízi alga, jelentős vitamin-, ásványianyag-, nyomelem- és aminosav-tartalommal, klorofillal és bélfaltisztító rostokkal. De térjünk vissza a jótékony bélbaktériumokra. Először



is ott van a népszerű és közismert *Lactobacillus acidophilus*, és a kevésbé ismert csendestárs, az *Enterococcus faecium*. Vélhetően az egyre népszerűbb „fecal transplant” (székletátültetés) sikeréhez is nagyban hozzájárul eme jótékony baktérium kolonizációja.

A készítmény nagyon eltalált, hatékony.

Úgy gondolom, hogy szedése s ezáltal a belek állapotának javítása, a reggelenkénti könnyű, tömeges, tisztító széklet elérése mindenki számára kívánatos és kedvező, a jó egészség és az egész napi jó közérzet eléréséhez és fenntartásához.

ZÁRSZÓ HELYETT

Fontos megjegyezni, hogy a most megszo- laltatottak (és természetesen a cikkből kimaradt számos kiváló terapeutánk) a szó igazi értelmében szakemberek: a betegek érdekét, egészségét tartják a legfontosabbnak. Legtöbbjük sok-sok éve praktizál, nagy tapasztalattal, empátiával. Mindegyikükre igaz, hogy folyamatosan képi magát – időt, pénzt, energiát nem kímélve –, bizalommal ajánlom őket szíves figyelmükbe.

Kovácsné Ambrus Imola

ENERGY klubvezető, Debrecen

www.imolaenergy.hu

(Folytatjuk)

POSTAI RENDELÉS

Termékrendelést a weboldalunkon, az ENERGY webshopon keresztül vagy írásos formában (levél, e-mail) fogadunk el. A postai szállítás utánvétes formában történik.

A cég budapesti központi klubja (XIV., Hermina út. 55., tel/fax: 06-1-354-0910 / 354-0911) kifizeti a postaköltséget, ha a rendelés összege – az esetleges árengedmény igénybevétele után – eléri a bruttó 40 000 Ft-ot.

Ha rendelésének összege ennél kevesebb, akkor a szállítás díja bruttó 2000 Ft.

További részletek a honlapunkon.

Méhnyakrák A betegség utat mutatott

Minden nő, pontosabban a nők többsége rendszeresen jár nőgyógyászati vizsgálatra. Én egy ilyen vizsgálatot a 2012. év végére terveztem. Az ambulancián mintát vettek a méhnyálkahártyából, majd tájékoztattak, mikor kell visszamennem konzultációra. Az adott időpont előtt néhány nappal megszörrent a telefonom. Tudjuk mindnyájan: ha az orvos idő előtt telefonál, az csakis rossz hírt jelenthet. Nem tévedtem.

A nővérke kérte, hogy azonnal menjek be az ambulanciára. Éppen a munkahelyemen voltam, de kivételesen sikerült elkéredzkednem. A lelet a következőképpen hangzott: PAP 4 CIN 3. A doktornő elmondta, hová kell időpontért fordulnom. Még aznap felhívtam az adott osztályt egy erre specializált kórházban. Nem volt egyszerű ez után a munkámra összpontosítanom. Folyton a következő szavak visszhangzottak az agyamban: „Rákgyanús, talán rák, műtét...” És mi lesz a gyerekekkel?! Egész életemben vágytam gyerekekre. Bármi másra próbáltam gondolni, ugyanazok a kérdések tértek vissza, valósággal záporoztak rám.

AZ ALTERNATÍV ORVOSLÁST VÁLASZTOTTAM

Miután az első sokkból magamhoz tértem, rendeznem kellett a gondolataimat. Hiszen a betegség mindig egyfajta utat mutat, jelzi, hogy valami nincs rendben, egyúttal lehetőséget ad a hiba kijavítására. Ha a megfelelő úton indulunk el, a betegség magától visszavonul. Négy fontos lépést kellett megtennem: megszabadulni a stressztől; megtisztítani a gondolataimat (kiderítve, hogy mi okozta az állapotomat); elővenni az ENERGY készítményeit, hogy harmonizáljam legyengült testem működését; végül meg kellett változtatnom az életmódomat (mozgás, étrend).

Sikerült a stresszt a lehető legjobban kizárnom. Sőt a negatív hangvétellű beszélgetéseket is kiiktattam az életemből. Jól működött a dolog, szinte mindenki pozitívan reagált a környezetemben. Az érzelmi testet az úgynevezett *tükör módszerrel* kezdtem elemezni. Sok mindent megtudtam önmagamról, mindinkább megértettem az összefüggéseket. Fantasztikusan éreztem magam, az emberek pedig egyszer csak kedvesebbek és türelmesebbek lettek a környezetemben. Elkezdtem jobban tisztelni önmagam. Felhívtam egy régi barátomat, *Gita Drobnát* Trnavából, aki az ottani ENERGY klubban dolgozik. Megkértem, hogy tesztelje az energetikai állapotomat, és ajánljon megfelelő készítményeket. A CYTOSAN-t és a GYNEX-et nagy adagokban kezdtem szedni, a DRAGS IMUN-t pedig az enyhe gyulladás csökkentésére vettem hozzá. Három kúrát végeztem el ezzel a kombinációval.

A MÁSODIK KÖR

Két hónap múlva következtek a kontrollok és a tesztek. Eredmény: PAP 4, CIN nem megerősített, szövettan negatív. Mindnyájan nagyon örültünk, csak az orvosok voltak szkeptikusak, és továbbra is műtétet javasoltak. Visszaautasí-

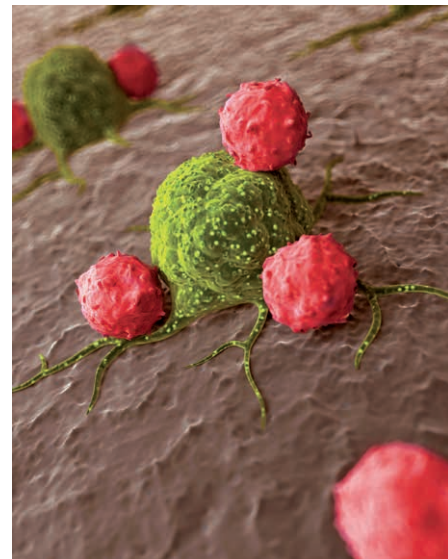
tottam. Úgy éreztem, több időre van szükségem. Hittem, hogy a „modern” orvostudomány nélkül is minden jól fog alakulni.

Megkértem az orvost, hogy halasszuk el a műtétet. Belement, de azt az ultimátumot kaptam tőle, hogy egy hónap elteltével minden vizsgálatot meg kell ismételtetnem. Rendszeresen jártam Drobná asszonyhoz mérésre. A GYNEX és a CYTOSAN mellé felsorakozott a REGALEN és a SPIRULINA BARLEY. Az enyhe gyulladásra a DRAGS IMUN-t alkalmaztam hüvelyöblítésre, amit egy héten át végeztem, végül a kúrát a probiotikumokkal zártam. Sokat segített a nyirokdrenázs és a meditáció is.

Káprázatosan éreztem magam. Senki nem sejtette, hogy éppen egy súlyos problémámat igyekszem megoldani. A nevetés, a szerencse és a barátok kitarítottak mellett, és én egy másodpercre sem kételkedtem abban, hogy ismét egészséges leszek. Átalakítottam az étrendemet: elhagytam a húst, sok zöldséget, gyümölcsöt, citrusfélét ettem. Tápanyagokkal teli, kiegyensúlyozott étrendet állítottam össze magamnak biotermékekből. Hetente 3-6-szor tornáztam, és a kondícióm is remek lett.

Egy hónap elteltével az ügyeletes doktornő a következő szavak kíséretében vett mintát tőlem: „A korábbi mintákat valószínűleg rosszul vették le, és a rák nem a felszínen van. Előfordul, hogy befelé növekszik.” Ennek a fiatal, tapasztalatlan szakembernek halvány sejtelme sem volt róla, hogy a szavaknak milyen erejük van. Már értettem, miért vág a váróteremben mindenki olyan arcot, mintha temetésen volna...

Szerencsére a hallott információt sikerült feldolgoznom, és eközben kitartóan folytattam a



saját gyógykezelésemet. A konzultáció időpontja egyre közeledett – és a telefon nem csörgött. Az egészségembe vetett hitem egyre erősödött. Az ENERGY készítményeinek adagolását szint-fenntartó mértékűre csökkentettem.

ELJÖTT A „D DAY”

Az orvos elővette a leleteimet, és hosszú habozás után csodálkozva kiáltott fel: „Szövet-tan negatív, PAP 1.” Igyekezett meggyőzni róla, hogy talán elcserélték a leleteket. Én viszont arra gondoltam: akár tetszik az orvosaimnak, akár nem, tény, hogy az ő segítségük nélkül sikerült meggyógyulnom, mégpedig az ENERGY készítményeinek köszönhetően és szélesebb tempóban.

Az emberi test három rétegből tevődik össze: kéz a kézben jár együtt a fizikai, az érzelmi és a szellemi szint. A „halaszthatatlan” műtétet elkerültem, a gyulladás megszűnt, az orvosok pedig tévedésről vagy csodáról beszélnek. Mi, beavatottak azonban tudjuk, amit tudnunk kell.

Köszönöm mindenkinek, aki segített végigmenni az utamon.

Anka P.
Trnava

SZÖVETTANI FOGALMAK

A méhnyak szövettani vizsgálatának eredménye a *Richard* szerinti értékelés alapján:

- > CIN 1: enyhe diszplázia (azaz sejteltváltozás)
- > CIN 2: közepes mértékű diszplázia
- > CIN 3 - CIS: carcinoma in situ (súlyos diszplázia)
- > invazív karcinóma (növekvő, terjedő daganat)

A *Papanicolau*-féle osztályozás (röviden PAP vagy P) a méhnyak szöveteiben, sejtjeiben zajló elváltozásokat osztályozó nőgyógyászati módszer. A Papanicolau teszt olyan citológiai kivizsgálás, amelynek során közvetlenül a méhnyakból vesznek mintát.

A Papanicolauféle osztályozás eredményei:

- > PAP 1–2 vagy P1, illetve P2: negatív eredmény
- > PAP 3 vagy P3: enyhén kóros, gyanús lelet
- > PAP 4–5 vagy P4, illetve P5: pozitív eredmény

Az angolszász világban és az EU-ban 2001 óta a *Bethesda* osztályozás alkalmazását javasolják. A minták szavakkal leírt értékelése pontosabb, és két típusát különböztetjük meg:

- > low grade – negatív, kóros, neoplasztikus hámváltozás nem azonosítható;
- > high grade – kóros, neoplasztikus hámváltozás azonosítható.

ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

BUDAPEST 1

Klubvezető: Marosi László
Nyitva tartás: H-K: 8-18, Sze-P: 8-17
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.
Elérhetőség: 1146 Budapest, Hermina út 55.
Telefon: 06 1/354 0910
Fax: 06 1/354 0911
E-mail: info@energyklub.hu
Web: www.energyklub.hu

BUDAPEST 2

Klubvezető: Kis Éva
Nyitva tartás: H-P: 10-17
Tevékenységi kör:
 Vizsgálatok: hajvizsgálat, állapotfelmérés, toxin- és gócteszt, allergiavizsgálat.
 Kezelések: orgonaterápia, biofrekvencia kezelés stb. Életmód- és terápiás tanácsok, javaslatok. Hair Nice haj- és fejbőrpoló termékek.
 ENERGY bioinformációs gyógynövény készítmények. Állandó akciós javaslatok, komplex csomagok mindenfajta haj- és fejbőrproblémára.
 Ingyenes termékválasztó bemérések.

Tanfolyamok: Holistic Pulsing masszáz, skalpdia-agnosztika, hajgyógyászat Kis Éva módszerével.
Cím: Nice Holisztikus Hajgyógyászat és ENERGY Klub, Budapest, XIV. Stefánia út 81. fsz. 2.
Telefon: +36 30/754 5416, +36 30/754 5417
E-mail: vikicoa1@t-online.hu
Web: www.nicehajgyogyaszat.hu

BUDAPEST 3

Klubvezető: Nagy Renáta
Nyitva tartás: H: 12-19, K-Cs: 10-16³⁰, P: 10-15
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás, Supertronic és Core-Inergetix bemérés tanácsadással, közpölyözés, fülakupunktúrás addiktológia, mozgásterápia, kineziológia, reflexológia, Bach virágterápia, diaposzitiv, hormonegyensúly-tanácsadás, számmisztika, asztrológia, karma, párkapcsolati asztrológia, kronobiológia, új germán medicina, reinkarnációs terápia, theta healing technika, masszázok: svéd-, nyirok-, thai és talpmasszázs, lélek-, szivárvány- és ma-uri masszáz.
Cím: 1072 Budapest., Akácfa u. 13. II. emelet, 22-es kapucsengő
Telefon: +36 20/261 2243
E-mail: ozisz.bt@citromail.hu
Web: www.energyklubbudapest.blogspot.com

BUDAPEST 4

Klubvezető: Czímeth István
Nyitva tartás: H-P: 10-18
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése és szaktanácsadás. Ingyenes szolgáltatások, bejelentkezéssel ENERGY termékek tesztelése, szenzibilis energetikai állapotfelmérés, gyógyító beszélgetés,

Bach-virágterápia, tarot-személyiségelemzés. Diplomás lelki gondozó (Czímeth István) mindenkit szeretettel vár, akinek lelki problémája van.
Cím: 1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz., 51-es kaputelefon.

Telefon: +36 20/504 1250
E-mail: energybuda@energyklub.hu

BUDAPEST 5

ENERGY Belváros
Klubvezetők: Németh Imréné Éva,
 Németh Imre

Nyitva tartás: K-P: 12-20, Szo: 10-16

Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás Supertronic készülékkel történő állapotfelmérés és tesztelés. Keleti arcdiagnosztikai állapotfelmérés, személyre szóló terápiás javaslat. Meridiánmérés, értékelés, terápiás javaslat. Biofizikai állapotfelmérés Sensitiv Imago készülékkel, kezelési javaslat, kezelés. Rife frekvenciaterápia (előzetesen csakrák állapotának vizsgálata). Gyógynövényes szaktanácsadás. Előadások, tanfolyamok az ENERGY termékek tükrében.

Alternatív mozgásterápia (légző-mozgás-öngyógyító gyakorlatok). ENERGY házipatika összeállítása, igény szerint (egyénenként és családoknak gyerekekkel). Homeopátiás szaktanácsadás, jóga, Hellinger-féle családállítás, Bowen-kezelés, numerológia, asztrológia, kronobiológia. Előzetes bejelentkezés szükséges.
Cím: 1085 Budapest, VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12. (2 percre a Kálvin tértől).

Telefon: +36 1/235 0789
Fax: +36 1/235 0790
E-mail: energy.belvaros@gmail.com

DEBRECEN

Klubvezető: Kovácsné Ambrus Imola
 Kovács László

Nyitva tartás: K: 9-18, Sze-Cs: 9-12, P: 9-18

Tevékenységek:
 ENERGY készítmények értékesítése (személyesen az ENERGY Klubban, illetve postai úton); szaktanácsadás; elismert orvosok, természetgyógyászok kiejánlása (pl. háziorvos, fogorvos, kineziológus, homeopata, reflexológus, fitoterapeuta, dietetikus, masször, írszdiagnosztika, műszeres állapotfelmérő stb.)

Cím: Füredi Kapu Lakópark, Debrecen, Böszörményi út 68. J Épület, földszint
Telefon: +36 30/458 1757, +36 30/329 2149
E-mail: info@imolaenergy.hu
Web: www.imolaenergy.hu

GYŐR

Klubvezető: Kocsis Ilona
Nyitva tartás: H, Sze, P: telefonos egyeztetés, K: 9-18, Cs: 13-18

A megszokott nyitva tartási időben Végh Elvira fogadja a klubtagokat, illetve a rendeléseket.

Telefon: +36 30 353-8607
E-mail: energy.elvira@gmail.com
Tevékenységek:
 ENERGY termékek forgalmazása, használatukhoz személyes tanácsadás, SCIO biofeedback program alkalmazása, mágnesoterápia, infrasauna, spirituális választóterápia (SVT), reflexológia, gyógy- és frissítő masszáz.
Cím: 9022 Győr, Szent István út 12/3. fsz.4. (A Kereskedelmi és Iparkamara mellett)
Telefon: +36 96/335 650, +36 20/395 2688
E-mail: ilona.kocsis@t-online.hu

KALOCSA

Klubvezető: Hargitainé Mónika
Nyitva tartás: H-CS: 14-18, P: 14-17
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, meditáció, biofizikai mérés, bioenergetikai kezelés, szaktanácsadás.
Cím: 6300 Kalocsa, Málna u. 2.
Telefon: +36 30/326 5828
E-mail: hargitaimoni@gmail.com

KAZINCBARCIKA

Klubvezető: Ficzere János
Nyitva tartás: Sze: 16-18
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, biofizikai mérés, orvosi tanácsadás.
Cím: 3700 Kazincbarcika, Barabás M. u. 56.
Telefon: +36 30/856 3365
E-mail: fjs8@citromail.hu

KECSKEMÉT

Klubvezető: Mészárosné Lauter Erzsébet
Nyitva tartás: H - P: 9 - 18 óráig, Szo: 9 - 12 óráig.
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás.
Cím: Fitotéka gyógynövény szaküzlet, Kecskemét, Hornyik János krt. 2.
Telefon: +36 76/324 444.
E-mail: fitoteka@freemail.hu

KESZTHELY

Klubvezető: Gyenese Ibolya
Nyitva tartás: H-P: 9:00-18:00
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, masszáz, meditáció, lélekgyógyászat.
Cím: 8360 Keszthely, Lovassy Sándor u. 13/A.
Telefon: +36 30/560 7785, +36 30/225 4917
E-mail: ibi-bazsa@freemail.hu

MISKOLC

Klubvezető: Ficzere János
Nyitva tartás: H: 14-17, Sze: 10-14, Cs: 14-17
Tevékenységek:
 ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, terméktesztelés.
Cím: 3526 Miskolc, Zsolcai kapu 9-11. I.em.
Telefon: +36 30/856 3365
E-mail: fjs8@citromail.hu

ENERGY KLUBOK TEVÉKENYSÉGE, SZOLGÁLTATÁSAI

NYÍREGYHÁZA

Klubvezető: Fitos Sándor
Nyitva tartás: H-P: 13:30-16:30
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, Supertronic mérés, szaktanácsadás.
Cím: 4400 Nyíregyháza, Ferenc krt. 5.
Telefon: +36 20/427 5869,
E-mail: fits58@gmail.com

PÉCS

Klubvezető: Molnár Judit
Nyitva tartás: H:12-20, K-Cs: 12-17
 Egyéb időpontokban telefonregeztetéssel!
 Hét végén is!
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás. Panaszok testi és lelki okainak feltárása és kezelése komplex holisztikus módszerekkel. Vizsgálatok: személyre szabott termékmeghatározás az ENERGY termékeiből. Földszugárzás bemérése, gyógyító beszélgetés, lélekgyógyászat, belső utazás, 3-1-2 meridiántorna.
Cím: 7623 Pécs, József Attila u. 25.
Telefon: 06 72/242 745, +36 30/253 1050
E-mail: energy.pecs@freemail.hu

SIÓFOK

Klubvezető: Ángyán Józsefné
Nyitva tartás: H-Cs: 8-12 és 15-18, P: 8-12
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés.
Cím: Siófok, Wesselényi út 19.
Telefon: +36-20/314 6811
E-mail: margagitika@gmail.com

SOPRON

Klubvezető: Stánicz Jenő
Nyitva tartás: H-P: 9-12 és 13-17.
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Voll-vizsgálat és terápia, talpreflexológia.
Cím: 9400 Sopron, Lehár Ferenc u. 1/A.
Telefon: +36 70/630 0991
E-mail: stanicz.jeno@gmail.com

SZEGED 1

Klubvezető: Dr. Bagi Magdolna
Nyitva tartás: H-P: 8-17
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás.
Cím: 6724 Szeged, Londoni krt. 22/b.
Telefon: +36 30 466 1823

SZEGED 2

Klubvezető: Mészáros Márta
Nyitva tartás: H-P: 13:30-17:30
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, állapotfelmérés, köpölyös cellulit és fogyasztó masszázis tekerkesseléssel, infrasaunával, köpölyös hátgerinc masszázis, ránctalanító köpölykezelés, testmasszázis.
Cím: 6722 Szeged, Vitéz utca 1. (Hősök kapuja, Boldogasszony sugárútról nyílik.)
Tel./fax: +36 30/289 3208
E-mail: m.marti1952@gmail.com

SZÉKESFEHÉRVÁR

Klubvezető: Ostorháziné Jánosi Ibolya
Nyitva tartás: H-Cs: 13-17
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, tanácsadás, Supertronic mérés.
Cím: 8000 Székesfehérvár, Várkörút 56. I/15.
Telefon: +36 20/568 1759
E-mail: janosi.ibolya@gmail.com

SZENTES

Klubvezető: Fábján Julianna
Nyitva tartás: H-Cs: 10-17
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, egészségügyi állapotfelmérés biofizikai módszerrel, szaktanácsadás.
Cím: 6600 Szentes, Horváth Mihály u. 4/A.
Tel./fax: +36 30/955 0485
E-mail: metafor@vnet.hu

SZOLNOK

Klubvezető: Németh Istvánné Éva
Nyitva tartás: H-P: 9-17

Tevékenységek:

ENERGY termékek értékesítése, természetgyógyászati állapotfelmérés és tanácsadás.
Cím: 5000 Szolnok, Arany János út 23.
Telefon: +36 56/375 192

SZOMBATHELY

Klubvezető: Nánási Tiborné
Nyitva tartás: H-P: 9-12 és 13-17, Szo: 9-12
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, Supertronic és biofizikai állapotfelmérés.
Cím: Naturatéka 9700
 Szombathely, Szent Márton u. 15.
Telefon: +36 30/534 2560

VESZPRÉM

Klubvezető: Mezei Tünde
Nyitva tartás: H-P: 8-18, Szo: 9-13
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, szaktanácsadás, vitális térterápia, állapotfelmérés (Bemi-San készülettel), gyögmasszázis és nyirokmasszázis, kineziológia, reflexológia, gyógytorna, Bach-virágterápia, hangtál masszázis, teázó.
Cím: Szeglethy utca 1. 1. em., 104-es üzlet, a mozgólépcsővel szemben.
Telefon: 06 88/789 481, +36 30/488 4973,
 +36 70/703 7489
E-mail: info@padmahaz
Web: www.padmahaz.hu

ZALAEGRSZEG

Klubvezető: Takács Mária
Nyitva tartás: H-P: 13.30 –18.30
Tevékenységek: ENERGY termékek értékesítése, ingyenes termékteszt, Immunotic, Orgon sugárzó és bioenergetikai kezelések.
Cím: Zalaegerszeg, Mártírok u. 17.
Telefon: +36 70/607 7703.
E-mail: mara.energy@gmail.com
Web: www.maraboszi.hu

AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

AJKA:

Kun Gyula, okleveles akupresszór természetgyógyász, Kun Gyuláné Zsuzsa természetgyógyász, okleveles gyögmasszázis, Vitál Sziget Wellness központ: 8400, Szabadság tér 20. Héliosz Üzlet-ház Biofizikai terméktesztelés, hajgyógyászat.

BUDAPEST:

Abidin Mehboubinéné Erzsébet, Candida mérés és kezelés, Tel.: +36 30/292 0977
 Dr. Bán Marianna, fogorvos, természetgyógyász, auraszóma, tel.: +36 30/475 2859
 Czeto Ágnes, természetgyógyász, 1053 Bp., Ferenciek tere 4. Tel.: +36 30/205 0963
 Dezső Éva Edit, 1095 Bp., Tinódi u. 12.
 Energetikai szintfelmérés bejelentkezéssel.

Telefon: +06 1/218 1342, +36 30/558 6134
 Domonkos Anna, Fittpont Biobolt 1024 Bp., Lövdház u. 26. Tel.: +36 30/424 4267
 Greskó Anikó, Hirt Katalin, 1037, Bp., Orbán Balázs u. 35. I. em. Tel.: +36 20/982 8321
 Hajnalné, Tóth Gyöngyi, Bio-Med Zóna Egyetemi Gyógycentrum (Műsz. Egy. kollégiuma - Orvosi rendelő), 1114 Bp., Bartók Béla út 17. Tel./fax: 06 1/217 2476, +36 70/229 7421. Betegség-, góckeresés minden hónap első csütörtök, péntek, szombatján.
 Kiss Ágnes, telefon: +36 30/250 3548
 Kürti Gábor természetgyógyász, Energy készítmények személyre szóló bemérése, tanácsadás, Sensitiv Imago készülékkel biofizikai állapotfelmérés. Bp. XIII., Taksony u. 14. E lh. 1. em. 69., kapucsengő 69. Tel.: +3630/996 2787

Dr. László Mária belgyógyász, onkológus, reumatológus. 1136 Bp., Raul Wallenberg u. 12. IV/3. Telefon: +36 20/480 0246
 Máta Marina, természetgyógyász, lélekmasszázis, holisztikus ringató terápia, relaxációs- és szim-bólumterápiák, keleti masszázisok, mágneses akupunktúrák kezelése. Tel.: +36 20/345 9408
 Mázsár Csabáné, Jókai Biocentrum, 1043 Bp., Árpád út 77, Telefon: +36 70/539 9360
 Melchérné Hácsek Ildikó, Tel.: +36 20/997 5548
 Nagy Irén Éva, fülakupunktőr, kineziológus, akupresszór, telefon: +36 30/942 3155
 Sára Bernadett, okl. természetgyógyász, fülakupunktúrák addiktológus, meridiandiagnosztikai állapotfelmérés, életvezetési tanácsadás, tel: +36/70/777-0444, e-mail: detti896@gmail.com

AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

▶ Szabó Géza radieszéta és Szabó Liza fitoterapeuta, Bp. X. ker. Gyakorló köz 7. Energy tanácsadás, Scio készülékkel biofeedback állapotfelmérés, káros földszugárzások feltérképezése, energetikai kezelések. Tel.: 06-20-940-6362.
Szentgyörgyi Edit, kineziológus Bp., XX. Fás u. 24. Telefon: +36 30/266 1452
Szentgyörgyi Tamás, masször, ájurvéda- és shiatsu gyógyász, 1114 Bp., Orly u. 10. Telefon: +36 70/272 4888
E-mail: riplmasszazs@freehostia.com
Szieber Ágnes, tel.: +36 30/387 6599
Szilágyi Judit, kineziológus, Tel.: +36 30/319 8928
Unginé Sachs Henrietta, természetgyógyász, radieszéta, reflexológia, akupresszúra. 1144 Bp., Füredi u. 11/b. VIII/32. Tel.: +36 20/522 8185
Várkonyi Edit, természetgyógyász, kineziológus, Attractiv Center Wellness & Egészségközpont, Bp., XIII. Radnóti M. u. 2. Tel.: +36 20/334 1932
Vitalpont Oktatási és Referencia Központ, 1115 Bp., Etele út 42/B fsz. Tel.: +36 30/624 3071, +36 20/988-3608, +36 20/240 0986
E-mail: vitalpont@citromail.hu
Zöld Forrás Gyógyáru és Élelmiszer Nagykereskedés, 1164 Bp, Lapos köz 18. Tel.: 06 1/4000 498, E-mail: zf@zf.hu

BAJA:

Árnika Natúrbolt, 6500 Baja, Deák F. u. 12. Telefon: +36 20/464 7008
Rubesch István, 6500 Baja, Rudnai u. 18. Telefon: 06 79/423 244, +36 20/215 8885
Vital Wellness Klub, Tóth Kálmán tér 8. Számítógépes okeltáró vizsgálatok. Tel.: +36 20/431 3845

BALATONFÜRED:

Kelemen Lívia, Biotitok Gyógytér, fitoterapeuta, természetgyógyász, Energy tanácsadó. Szolgáltatások: állapotfelmérés, tanulmánytervezés, masszázs, Energy termékek árusítása. 8230 Balatonfüred, Kossuth u. 19. Tel.: 20/595-3062, e-mail: info@biotitok.hu, web: www.biotitok.hu

BALMAZÚJVÁROS:

Baloghné Kiss Ilona, fizioterápiás szakasszisztens, Energy tanácsadó. Tel.: +36 70/452 3660

BÉKÉSCSABA:

Bartyik Edit, 5600 Békéscsaba, András út 47/1. Telefon: 06 66/322 355

DEBRECEN:

Daróczi Zoltán minisztériumi vizsgabiztos, természetgyógyász, vizsgáztató és szakértő, Egyetem sugárút 38. Tel.: +36 30/963-1635; +36 52/537-777
Dr. Szabó Ildikó orvos-természetgyógyász, a hagyományos kínai orvoslás szakorvosa, akupunktőr, addiktológus, lézertapeuta. Tel.: +36 20/4933963
Fodor Ilona védőnő, tel.: +36 70/392-5342
Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta, természetgyógyász. Tel.: +36 30/449-2304

Lévainé Szűcs Ibolya szemtréner, akupresször, kineziológus, komplementer medicina oktató. Vargakert u. 1. fsz. 9/13. Tel.: +36 30/634-3146
Rácz Krisztina kineziológus, természetgyógyász. Telefon: +36 70/391-9249

Tőke Csaba nemzetközi csung jüan csikung oktató, mozgás terapeuta.

Tel.: +36 30/593-2821, www.aranydaru.hu
Nagy Margó „babacsinaló” természetgyógyász, termékenységgel kapcsolatos alternatív terápiák. Telefon: +36 30/313-6438, Energia Sziget
Laboncz Anna akupresször, természetgyógyász, hajgyógyász. Tel.: +36 30/488-2266
Dr. Zádor Csabáné Orsi természetgyógyász, hormonegyensúly-konzultáció. Tel.: +36/30/2784390

DÖMSÖD:

Nagy Enikő, Energy szaktanácsadó, energetikai állapotfelmérés, 2344, Gólya út 6. Telefon: +36 20/590 7827

DUNAKESZI:

Szabó György, Életerő Egészségcentrum, 2120, Garas u. 24. II/8. Tel.: 06 27/341 239

EGER:

Szolári Ágnes kineziológus, természetgyógyász, craniosacralis terapeuta. Tel.: +36 30/301-3702

ÉRD:

Hegymeginé Pintér Gabriella, tanácsadás, energetikai állapotfelmérés. Tel.: +36 30/901 2474

FERTŐD:

Horváth Ilona, Energy tanácsadó, állapotfelmérés, Mentés Mihály u. 9. 1/5
Tel.: +36 30/348 6517, +36 30/267 2196
E-mail: horvat-ilona@freemail.hu

FERTŐSZENTMIKLÓS:

Ősze Anita alternatív gyógyász és Szabó György metafizikai pszichoterapeuta. Energy termékek értékesítése, szaktanácsadás, Nelson géppel biofizikai mérés, reiki kezelés, lélegzőgyógyászat. Kolozsvári u. 15. Tel.: +36 70/947 0125, +36 70/947 0128, e-mail: www.angyalenergia.hu

FONYÓD ÉS BALATONFENYVES

Hegedűs Józsefné dr. fülakupunktúrás addiktológus, homeopátiás tanácsadó, gyógyszerész. Tel.: +36/70/946-5711, e-mail: orieniko@gmail.com

GYŐR:

Smaragd Sziget, Bedi Margó, 9023, Tihanyi Árpád u. 85. Tel.: +36 20/467 5684

GYULAFIRÁTÓT:

Glatz Zoltán, 8412 Gyulafirátót, Faiskola u. 12. Telefon: 06 88/457 101, +36 30/381 9924

HÓDMEZŐVÁSÁRHELY:

Méhészeti és Gyógynövény Szaküzlet, Károlyi u. 1., Tel.: +36 62/236 525

Széléné Budai Mónika, Egészség Kincse
Étrend-kiegészítő Üzlet, Bartók Béla utca 27.
Telefon: +36 20/954 0071
E-mail: vitamincomplex@freemail.hu

JÁNOSHALMA:

Dr. Horvát Katalin, 6440 Jánoshalma, Remete u. 2. Telefon: +36 77/403 652

KALOCSA:

Makkegészség Reform Szaküzlet
6300 Kalocsa, Szent István kir. út 53.
Telefon: +36 70/369 6062, 06 78/466 870

KÁPOLNÁSNYÉK:

Manna Natura Bt., Kiss Elvira, 2475, Fő u. 31.
Telefon: +36 70/250 1118

KECSKEMÉT:

Dr. Péntes Zsuzsanna természetgyógyász, 6000 Kecskemét, Katona J. tér 18.
Telefon: +36 20/481 6750
E-mail: peneszszuzsanna@freemail.hu
Szathmári Margaréta, 6000 Kecskemét, Petőfi S. u. 6. VI/17, Telefon: +36 20/547 3247
E-mail: margareta59@t-online.hu
Euro Patika, 6000 Kecskemét, Kápolna u. 15.

KESZTHELY:

Molnárné dr. Annus Erzsébet toxikológus, fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász. Természetgyógyászati és addiktológia rendelő, biofizikai állapotfelmérés, Energy terméktesztelés, dohányzásról való leszoktatás, stresszkezelés, Candida teszt. Keszthely, Zámor utca 40.
Telefon: 06 83/314 179, +36 70/618 9799
E-mail: alfa1640@freemail.hu

KISKUNFÉLEGYHÁZA:

Szatmáriné Valika reflexológus, természetgyógyász, Völl-féle elektroakupunktúrás állapotfelmérés / ELIIR Stúdió,
Kiskunfélegyháza, Batthyány u. 3.
Telefon: +36 20/226-4000

KISKÖRÖS:

Napraforgó Bio és Naturabolt, 6200 Kiskörös, Petőfi tér 15. Tel.: +36 70/382 7078

KÓPHÁZA:

Kóczán Adrienn természetgyógyász (talpreflexológia, gyógymasszázs)
Tel.: +36 30/552 3044

KÓSZEG:

Neudl Marianna BIOTÉKA, gyógynövényszaküzlet, Rákóczi u. 3. Tel.: 06 94/360 980

LETENYE:

Berill Szalon, Májér Mária Energy tanácsadó, biofizikai mérés, masszázs, infrasauna. Kossuth u. 15., Tel.: +36 30/294 8227

AZ ENERGY TÁRSASÁG TOVÁBBI MUNKATÁRSAI

MÉLYKÚT:

Szűcs István, telefon: 06 77/460 249

MEZŐKÖVESD:

Molnár Zsófia, Rigó u. 5. Tel.: 06 49/313 257

MEZŐNYÁRÁD:

Vighné Novák Erika reflexológus, Energy tanácsadó. József Attila u. 7. Tel.: 06 49/425 290

MISKOLC:

Dr. Hegedűs Ágnes reumatológus szakorvos, holisztikus tanácsadó akupunktőr, autogén tréning oktató. Pránaház Gyógyközpont, Bethlen Gábor u. 3. Telefon: 30/436-8977, www.pranahaz.hu
Vitalitás, Természetes gyógymódok szaküzlete, Orgonvíz Centrum, 3530 Miskolc, Széchenyi u. 68. I. em. Tel.: 06 46/344 811

MOSONMAGYARÓVÁR:

Bio-Spektrum Orvos-természetgyógyászati Központ. Dr. Tóth Ildikó homeopátiás orvos és bio-fogorvos. Teljeskörű orvos-természetgyógyászati szolgáltatás. Mosonmagyaróvár 9200, Lucsony u. 8., tel.: +36 30/ 618 1712
Salus Aegroti Egészségház természetgyógyász rendelő, Wicher Nikolett: állapotfelmérés, reflexológia-terápia, speciális masszázstechnikák, reiki kezelés, kineziológiai módszerek, Energy tanácsadás. Tel: +36/70/629 4586.

NAGYATÁD

Kele Renáta Energy tanácsadó, termékek tesztelése, személyes tanácsadás, termékek értékesítése. Ciklámen u. 10. Tel.: 20/571-58-46

NAGYKANIZSA:

Top Fit Biobolt, Kisgyuráné Szilvi, Energy termékek árusítása és regisztráció. Ady u. 3.
Szávai Szilvia, Energy termékek árusítása, terméktanácsadás, pránanadi kezelés, reinkarnációs utaztatás, dinamikus jógaórák. Vásárlás előzetes időpont-egyeztetés után.
Telefon: +36 70/654 6693
E-mail: sylvia10@freemail.hu

NYÍRBÁTOR:

Kolozsváriné Nagy Anikó, Energy tanácsadó Supertronic mérés. 4300 Nyírbátor, Kiss szoros u. 14. Telefon: 42/283 390,

NYÍREGYHÁZA:

Türk-Paszabi Anna, Telefon.: +36 20/312 9457
Erdélyiné Zsuzsa, ENERGY tanácsadó, ENERGY termékek árusítása, regisztráció.
Energetikai felmérés Supertronic készülékkel.
Nyíregyháza, Ungvár sétány 7. I/1.
Tel.: 0642/447 358, 0620/392 3258.
Szloboda Balázs (Immunotic Kft. Bemutatóterem). Energy termékek forgalmazása, állapotfelmérés, tanácsadás. Nyíregyháza 4400, Szegfű u. 56., tel: +3630 722-9393, +36 42 789-404
E-mail: info@immunotic.hu

OROSHÁZA:

Oskó Csilla, 5900 Orosháza, Thék Endre u. 4.
Telefon: +36 30/974-35+36
Vitaporta Gyógynövény és Biobolt, Orosháza 5900, Rákóczi út 16, Tel.: +36 30/286-8510

PAKS:

Egészségisziget Biobolt, Villany u 2. (Piac térenél).
Telefon: +3630/213-6560

PANNONHALMA:

Szaifné Albert Adrienne természetgyógyász, kineziológus. Gizella királyné u. 13.
Telefon: +36 20/439 4896.

PÁPA

Bognárné Som Andrea, Energy tanácsadó.
Tel.: +36 70/388 3253, bognarsom@invtel.hu

PÉCS:

Benkő Tibor fülakupunktúrás addiktológus, természetgyógyász. Telefon: 06 72/242 745
Dr Ivanova Enikő belgyógyász szakorvos
Telefon: +36 70/244 4211
Göloncsér Ágnes, Energy szaktanácsadó
7635, Fekete út 13. Tel.: +36 20/518 5411
Dr. Fábíán Rozália foglalkozás-egészségügyi szakorvos, természetgyógyász.
Telefon: +36 70/949 7958
Petro Petronella kineziológus, karmaasztrológus. Telefon: +36 70/455 8974
Wolné Kordik Brigitta gyógymasszőr.
Telefon: +36 30/548 2742
Solymár Erzsébet Energy szaktanácsadó
7632 Pécs, Madas József u. 14.
Telefon: 06 72/239 974; +36 30/425 5800

PILISBOROSJENŐ:

Guba Józsefné Pirokska, Szent Donát u. 29.,
Telefon: 06 26/337 276, +36 30/970 9602
Állapotfelmérés, mágnesmező-energetikai kezelés.

PÜSPÖKLADÁNY:

Sebestyén Csaba, fitoterapeuta, bioenergetikus.
Telefon: +36 70/619 0754

SIÓFOK:

Natura Patika, Tácsik Attiláné, Sió u. 10.
Telefon: +36 20/431 9696

SOPRON:

Dr. Fehér Pénovázt Éva, hagyományos kínai orvoslás, akupunktúra
Móricz Zs. u. 1-3. I. em. Tel.: +36 70/943 9290
E-mail: dr.feher.p.eva@gmail.com

SZEGED:

Csanádi Mária természetgyógyász,
6720, Arany János u. 7.
Tel.: 06 62/640 279, +36 30/636 6247.
Natura Bolt, Csongrádi sgt. 9.
Telefon: 06 62/425 739

SZEKSZÁRD:

Herbária Borágó Bt, 7100, Széchenyi u. 19.
Telefon: 0674/315-448
Ollé Gabriella természetgyógyász Egészségisziget, Alkotmány u. 13. fsz. 1. Tel.: +3620/349 7568
Unyi Mária Holistic Pulsing masszáz, 3-1-2 meridiántorna. Telefon: +3630/315-5425

SZENTES:

Csizmadia Ágnes, Aryan Oktatóközpont és Referencia Rendelő. Természetgyógyászati szolgáltatások, természetgyógyász alap- és szakképzések, egyéni terápiai lehetőségek.
Horváth Mihály utca 4. Tel.: +36 30/383 2023
E-mail: agicsizmadia@gmail.com
Herbária üzlet, Ady E. u. 1. Tel.: 06 63/316 443
Rideg Róbert, természetgyógyász tanár,
Szilfa utca 9. Természetgyógyászati rendelés,
telefon: +3670/282 0427

SZIGETHALOM:

Fábíán Edit, földsugárzás mérés, Mű út 184.
Schnellgang Bt, Feng Shui sziget
Telefon: +36 70/229 0491, +36 30/383 7625

SZÍRMABESENYŐ:

Kecskés Jánosné, Biocentrum Klub Művelődési Ház udvar. Értékesítés, szaktanácsadás, Supertronic energetikai szintfelmérés.
3711, József Attila. u. 2.
Telefon: 06 46/317 782, +36 30/441 7746.
E-mail: verasanyi@t-online.hu

SZOLNOK:

Kanizsáné Antal Zsuzsanna kineziológus, természetgyógyász, gyógynövény- és kristályterapeuta. Telefon: + 36/30/219-9299,
E-mail: kanizsane.zsuzsa@t-online.hu

TOLNA:

Verseghyné Kovács Zsuzsanna, BIJOKUCKÓ, 7130 Tolna, Deák F. u. 9.
Telefon: +36 20/464 1731, 06 74/441 957

TÓTKOMLÓS:

Nagyné Leginszki Andrea, Hárs Natura Bolt 5940 Tótkomlós, Hársfa u. 10.
Telefon: 06 68/462 341, +36 30/466 9996
Fabó Lászlóné, Gyógynövény bolt, Aradi u. 1.
Telefon: 06 68/462 616

VIZSOLY:

Medveczky László, Energy tanácsadó.
Szent János út 53. Tel.: +36 30/487 7248

ZALAEGRSZEG:

Zala Fitotéka, Balatoni Lászlóné, Erika Berzsenyi u. 5. Tel.: 06 92/318 027

ZEBEGÉNY:

Mundi László, masször, reflexológus, pedikűrös, energetikai szintfelmérés
Árpád u. 23. Telefon: 06 27/373 119

Válaszolnak a természetgyógyászok

Tanácsadás a neten

Ebben a rovatunkban az internetes tanácsadás kérdéseiből és válaszaiból tallózunk, némi szerkesztéssel és rövidítéssel. A természetgyógyászoktól, **Kotriczné Szilágyi Judit** kineziológustól és **Ráczné Simon Zsuzsanna** fitoterapeutától származó válaszokat dőlt betűkkel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, felteheti kérdését a www.energy.sk honlapon.



KOTRICZNÉ SZILÁGYI JUDIT

Tíz éve tartó fülzúgásra, halláskárosodással, illetve fülzsír okozta fül dugulásra milyen ENERGY terméket javasol? Milyen adagban, mennyi ideig?

Belsőleg a CELITIN, a KOROLEN és a RENOL bevált már. Fontos lenne először kitisztítani a fület vagy orvosi fülmosással, vagy fülgyertyázással. Fülgyertyát lehet havonta 1-2-t is használni, jól tisztítja a fület. Ez után jöhet 3 nap múlva külsőleg – azaz vizes és kicsavart vattára csepegtetve – az

AUDIRON fülcsepp. Ezt kell betenni a fülbe éjszakára. Amikor megszárad a vatta vagy reggel ki lehet venni. Ezzel a cseppel le is lehet mosni a fülkagylót.



RÁCSNÉ SIMON ZSUZSANNA

Kisfiam 2 éves elmúlt, bölcsődés, és az elején eléggé beteg volt, mindent elkapott. Elkezdtem neki adni a VIRONAL cseppet (nap 1-et), az Ön tanácsára, és sokat segített.

Viszont mit tegyek, ha a gyerek éppen akkor beteg, amikor az egyhetes szünetet tartanánk? Adhatom-e neki így folyamatosan, napi 3x3 cseppre felemelve? Be kell-e tartani az egyhetes szünetet? Vagy esetleg akkor legyen majd szünet, ha meggyógyult?

Örülök, hogy sikerült segíteni a VIRONAL cseppel. Az akut állapotok, amilyen például egy fertőzés, láz, hányás, hasmenés, erős orrfolyás, köhögés stb., rendkívüli helyzetet jelentenek és felülírják a szedési protokollt.

Nyugodtan adhatja betegség esetén folyamatosan a cseppet emeltebb (3x3) adagban a tünetek enyhüléséig, és akkor tartsa meg az egyhetes szünetet.

Energy klubok előadásai, rendezvényei

BUDAPEST 2.

ENERGY Klub Zugló, XIV. Stefánia út 81.
Minden kedden 11-14 óráig ingyenes orgonkezelés.
Minden hétfőn és csütörtökön 10-15 óráig ingyenes műszeres termékbevitel.
Minden hétfőn és csütörtökön ingyenes Candida szűrés.
Mindennap ingyenes tanácsadás a hajproblémákkal, fejbőrpanaszokkal kapcsolatban.
Minden hónap első péntekjén ingyenes hormon-egyensúly tanácsadás.
Bejelentkezés: kiseva@nicehajgyogyaszat.hu
További info: **Kis Éva** klubvezető, 06-30/754-5417,
Szabó Erzsébet, 06-30/754-5416.
Klubfoglalkozások: www.nicehajgyogyaszat.hu

BUDAPEST 5.

ENERGY Belváros Klub, 1085 Budapest, VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12.
ELŐADÁSOK:
Júliusban és augusztusban előadásokat nem tartunk, szeptembertől azonban a szokott módon, kéthetenként keddi napokon találkozunk. A szeptemberi első előadás 9-én, 18 órakor lesz.
KLUBTAGOKNAK INGYENES MÉRÉSEK, ELŐZETES BEJELENTKEZÉSSSEL:
Meridiánok mérése, Meridimer és Supertronic készülékekkel keddtől csütörtökig (időpont-egyeztetéssel). A javasolt ENERGY termékek személyre igazítása, adagolás beállítása.
TOVÁBBI LEHETŐSÉGEK, TERÁPIÁK:
Talpdiagnosztika és reflexológia kezelés, keleti arcdiagnosztika terápiás javaslattal, állapotfelmérés az 5 elem tan alapján, valamint a MagnetSpace testelemző készülékkel. Fitoterápiás tanácsadás, csakrák energetikai állapotának áttekintése, szaktanácsadás. Biofizikai vizsgálat

és kezelés lehetősége Sensitiv Imago készülékkel. Rife frekvenciaterápia (időpont-egyeztetéssel).
• Theta Healing terápiás módszer **Czukorka Katalin** konzulens, alap és haladó tanfolyam tanárral, keddenként 15.30-18.30 óra között.
• Személyiség, önismeret numerológiával, asztrológiával, kronobiológiai módszerekkel, **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, asztrológus (szerdánként).
• Szerdán 18.30-tól, csütörtökön 16.30-tól Mozdulj-lazulj! Rendezvényünk keretében renndhagyó joga **Juhász Irén** irányításával.
Bejelentkezés, további információ: **Németh Imréné Éva** és **Németh Imre** klubvezetőknél.
+36 1/235 0789, energy.belvaros@gmail.com
Augusztus 19-én és 26-30. között a klub **zárvá tart.**

DEBRECEN

Füredi Kapu Lakópark, Böszörményi út 68. J Épület, földszint
A klub július 5-étől július 14-éig **zárvá tart!**
A szabadság előtti utolsó nyitva tartási nap július 4. péntek (9-18 óráig), a szabadság utáni első nyitva tartási nap július 15., kedd (9-18 óráig).
További info: **Kovácsné Ambrus Imola**, klubvezető-természetgyógyász, 06/30 458-1757 és **Kovács László**, klubvezető, 06/30/329-2149, info@imolaenergy.hu, www.imolaenergy.hu.

KAZINCBARCIKA

Barabás M. u. 56.
Klubnapok minden szerdán 16-18 óra között.
Info: **Ficzere János** klubvezető, 0630/856-3365.
Július 16-án és 17-én a klub **zárvá tart.**

MISKOLC

július 7-én, hétfőn 15-17 óra között ingyenes számí-

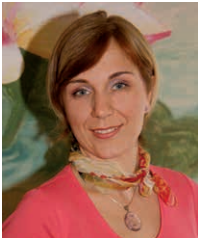
tógépes állapotfelmérést és orvosi tanácsadást tartunk a miskolci klubban. Tanácsadó orvos: **Dr. Hegedűs Ágnes**. Csak előzetes bejelentkezéssel! További információ és bejelentkezés: **Ficzere János** klubvezető, 0630/856-3365.
Július 16-án, szerdán és 17-én, csütörtökön nyári szabadság miatt a klub **zárvá.**

ZALAEGRSZEG

ENERGY Klub, Mártírok u. 17.
július 7-én (hétfő), 17-18: Nyaralás biztonságosan
július 8-án (kedd), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Földelés
július 9-én (szerda), 17-18: Parazitaszűrés
július 21-én (hétfő), 17-18: Vese és hólyag
július 22-én (kedd), 17-18: Reflux szűrés
július 23-án (szerda), 17-18: Belső gyermek
július 28-án (hétfő), 17-18: Mudrák
július 29-én (kedd), 17-18: Személyes termék-tanácsadás
július 30-án (szerda), 17-18: Egyensúly az 5 elemmel: Tűz
augusztus 11-én (hétfő), 17-18: U-sin módszer
augusztus 12-én (kedd), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Földelés
augusztus 13-án (szerda), 17-18: Parazitaszűrés
augusztus 25-én (hétfő), 17-18: Mudrák
augusztus 26-án (kedd), 17-18: Személyes termék-tanácsadás
augusztus 27-én (szerda), 17-18: Belső gyermek
A meghirdetett programokat az ENERGY Klub tagjai és hozzátartozói, illetve a Curves női fitness klub tagjai vehetik igénybe. A programok a résztvevők számára ingyenesek.
A programokat vezeti: **Takács Mara** klubvezető.
70/60-777-03 vagy mara.energy@gmail.com, www.maraboszi.hu

Szabadítsd fel a benned élő Nőt!

Immáron 12 éve járom az önismeret útját, és mint jó néhány nőtársam számára, nekem is kihívás és feladat a mai napig megélni a valódi nőiséget. Nagyon sokféle rendszert, technikát megismertem, kipróbáltam, és mind-mind közelebb vitt önmagam mélyebb megismeréséhez. Ez a folyamatos keresgélés időnként nagyon elfárasztott, mégis folytattam. Meg akartam érteni, hogy mi, nők miért tudjuk annyira „feladni” saját magunkat, és miért nem tudunk mindig olyan sugárzóak, kacérok, vidámak, önfeledtek lenni, mint amikor egy párkapcsolat elején járunk, amikor szerelmesek vagyunk és meg akarunk hódítani valakit.



Néhány hónappal ezelőtt összeállt a kép, melyhez a mitológia, a kereszténység szolgáltatta a valódi alapot. Na de nézzük csak a tényeket: 1.) a keresztény nézetek szerint az ősteremtésben két személy, Éva és

Ádám létezik. Éva, Ádám „oldalbordájaként”, azaz alárendelt minőségben szerepel a kollektív tudatunkban. Ráadásul Éva az esendő, akihez az eredendő bűnt is kötjük, mivel az ő befolyásolhatóságának következtében evett az első emberpár a tiltott gyümölcsből, s emiatt száműzték őket a Paradicsomból. Ezzel a nőkben meglévő „ős bűntudat” s a férfiakban jelen lévő „ős bizalmatlanság” máris értelmet nyert.

KÉTFÉLE TEREMTÉSTÖRTÉNET

És most nézzük azt, amiről a keresztény (és benne a katolikus) nézetek – melyek az elmúlt pár száz évben meghatározták az európai gondolkodásmódot, nevelést – nem beszélnek. Mózes első könyvében kétféle teremtéstörténetről olvashatunk (Genézis 1:27 és Genézis 2: 20,21,22). A rabbinikus irodalom és a misztikus hagyomány többféleképpen igyekszik értelmezni ezt a kettősséget. A legendák megemlítik Ádám első feleségét, Lilith-et. Őt a Teremtő, akárcsak Ádámot, sárból és

vízből teremtette, egyenrangú társként, azzal az egyetlen utasítással, hogy mindig is a férfi lesz a dominánsabb, az „első”, s a nő feladata a férfi támogatása.

Lilith azonban ezzel a hierarchikus elgondolással nem tudott azonosulni, fellázadt, és mivel az első emberpár minden tudás birtokában volt, ismerte Isten nevét, melyet kimondván, önként száműzte magát a Paradicsomból. Mivel Ádám magányos volt, fohászzkodott a Teremtőhöz, hogy adjon neki társat, ám a Teremtő már egy másik, alárendelt minőséget teremtett. (Ha valakit mélyebben érdekel ez a téma, az interneten rengeteg dolgot megtalál, s ne csodálkozzon el azon, ha Lilith kapcsán sok negatív információt olvas. Ne feledjük, hogy a férfias társadalmakban a szabad női minőség nem volt elfogadható... A lényegyet alább foglalom össze.)

Hogyan kapcsolódik mindez a mindennapi minőségeinkhez, az egészségünkhöz?

Minden nőben *mindkét minőség* él, s a betegségeinket – legfőképpen a nőgyógyászati és kiválasztó szervrendszerek területén – e két női minőség *egyensúlyzavara*, egyikük túlsúlya okozza.

Éva alapvető minősége: gondoskodás, anyaság, befolyásolhatóság, naivság, szerénység, engedelmisség, alárendelődés, háttérbe húzódás, szolgálat.

Lilith alapvető minősége: játékoság, szenvedélyesség, ösztönök, érzékiség, szexualitás, női fifika, dörzsöltség, impulzivitás.

A NŐI MINŐSÉGEK ZAVARA A HORMONRENDSZERBEN

Ha ezeket a minőségeket „le akarjuk fordítani” az alap női hormonális rendszerünkre, akkor az Éva minőséget képviseli az ösztrogén (ösztro = nőstények termékeny életszakasza, gén = generálás, létrehozás), a Lilith minőséget pedig a progeszteron (pro = valamiért, gestatio = terhességért).

A *Vitae* korábbi cikkeiben már bőven esett szó az ösztrogén dominanciáról, a sárgatetst elégtelenségről és más női, hormonális problémákról. De hogyan is kapcsolódik mindez a mitológiához?

Ha az ember lánya a hódítás fázisában van, akkor önfeledt, szárnyal, impulzív, pozitív stresszben él, motivált, vagyis működteti Lilith minőségét, a szenvedélyes, érzéki, fifikás nőt. Ám amint megszerzi a „kiszemelt” férfit, átcsap Évába, s lesz belőle egy gondoskodó, alárendelődő nő, aki a férje kényelméért, a gyermekekért mindent megtesz, csak eközben éppen a saját

belső tűzéről felejt el gondoskodni. Egész egyszerűen átcsap szolgálatba.

Ha ezt átültetjük a párkapcsolati minőségre, akkor a társunk, a férfi, Lilith-et ismeri meg belőlünk, aki buja, kacér, játékos, vidám, s ezt a részünket veszi feleségül – de aztán megkapja Évát! 😊 Szóval hol is indul el a kapcsolat elhidegülése?!

A jó hír számunkra az, hogy létezik az ENERGY termékcsalád, amelynek segítségével ezt a disharmóniát is meg tudjuk szüntetni. Ha önmagunkban nem tesszük rendbe ezeket a minőségeket, akkor a jin-jang egyensúlytalansága megbetegíti a testünket, gondolkodásmódunkat. Hiszen az elégedetlenséget bennünk valójában a meg nem élt minőségeink okozzák! A könnyebb érthetőség kedvéért egy furcsa párosítást is idehoznék: ha az előbbieket a jin-jang minőséghez kapcsolom hozzá, akkor a nőkben Éva a jin, Lilith pedig a jang.

Nézzük most a konkrét nőgyógyászati problémákat ezen minőségek tükrében, foglalkozunk kezelésük lehetőségével, koncentrálván egyszersmind a nyárra.

HÜVELYI FOLYÁS (HÜVELYGOMBA), BAKTERIÁLIS FERTŐZÉS

Minden esetben a hüvelyi pH lúgossága váltja ki, s hogy ez aztán baktériummal vagy gombával fertőződik felül, szinte mindegy, mert az alapot kell rendbe tenni a tüneti kezeléssel. Ez a probléma Éva túlzott jelenlétét, egyben Lilith hiányát mutatja, hiszen lúgossabbá (vízesebbé) válik a nyálkahártya, s a gyulladással hozzuk vissza a „tűzet” – ami persze nem kellemes!

Ebben az esetben a terápiás javaslat: DRAGS IMUN-ból hüvelyi irrigálóba tegyük 6-8 csep-
pet, s ezzel 4-5 estén át öblítsük ki a hüvelyt. ▶



A minőségi változásokat mindig a nő kezdeményezi

► Ez idő alatt kerülni kell az együttléteket. Reggel a külső szeméremajkakat és a gátat kenjük be RUTICELIT krémmel. Gyors és hatékony segítség fertőzések esetén is.

Ha túl vagyunk a DRAGS IMUN kúrán, akkor patikában kapható tejsavkúppal érdemes harmonizálni a savköpenyt. Ha a személyiség igen impulzív, és nem játékos, hanem görcsös, akkor a KOROLEN koncentrátummal érdemes belülről kiegészíteni a terápiát, 2x3-4 cseppel; ha pedig nagyon elfáradt, régóta éli a „szolgálatot”, akkor javasolom a GYNEX szedését, 2x7 cseppet, minimum 3 hétig.

HÜVELYSZÁRAZSÁG

Ez a probléma Lilith túlzott jelenlétét, ugyanakkor Éva hiányát mutatja, amikor a görcsösség, a stressz eluralja személyiségünket, mert nem éljük meg a belső rugalmasságot, bizonyítani akarjuk „jóságunkat”, s a tűz energiája kiszárítja a nyálkahártyát. Személyiségünk gyakorlatilag belefáradt Lilith minőségébe, és életre keltenék Évát, de már nem tudjuk, hogyan kell, így a játékoság helyett görcsösség uralja el a

személyiségünket. Ilyenkor KOROLEN cseppel érdemes terápiázni: napi 2-3 alkalommal 7-8 cseppet szedjük 3 hétig, majd egy hét szünet után következhet a RENOL és a KOROLEN napi váltásban, 2x5 cseppnyit szedve. Ebből akár 2-3x3 hetes kúrát is végigvihetünk. A nyálkahártya regenerálódásának gyorsítására érdemes az alhas területét CYTOVITAL krémmel kenni.

FELFÁZÁS, HÓLYAGHURUT

Mivel a hólyag az „el nem sírt könnyek kaktára”, ha átgondoljuk az eddig olvasottakat, ráébredhetünk, miért nem lehet mindenkinek jó a RENOL csepp, amely kifejezetten ezt a szervrendszert támogatná. Sikerral a RENOL-t a Lilith típusú személyiségeknél alkalmazhatjuk, ahol a túlzott tűz jelenlétét kell harmonizálni a víz energiájával. Ilyenkor 2-3x3-4 cseppest kúra elegendő, kiegészítve az ARTRIN krémmel, melyet a keresztcsonti és az alhasi tájékra javasolok kenni, illetve szedjük mellé a REVITAE kapszulából 2x1-et.

Ha viszont nagyon fáradt lelkületű személyről van szó, aki már régóta megtagadja önmagától

a nőiség Lilith-nek megfelelő oldalát, akkor a GYNEX csepp fog segíteni. Az első körben 2-3x7 cseppet ajánlok, mivel a lép energiáját kell megtámogatni, hogy ismét erőre kapjon a szervezet, majd folytassuk KOROLEN kúrával, 2x5 cseppest adagolásban. Ebben az esetben ismét a CYTOVITAL krém szolgálhat további látványos segítséggel. Kiegészítésként javasolom a SPIRULINA BARLEY-t, 2x1 tablettát adagolásban.

Hölgyeim, ne feledjék, hogy ezeket a minőségeket folyamatosan ápolnunk, támogatnunk szükséges. A mindennapokban táplálkozással, táncsal, kreatív hobbikkal, párkapcsolati játékosággal tarthatjuk fenn az egyensúlyt.

Kérdés persze, hogy akarunk-e tenni a kapcsolatunkért? Ha igen, akkor juttassuk eszünkbe azt az alapvető igazságot – melyet először magam is nehezen emésztettem –, hogy a minőségi változásokat mindig a nő tudja kezdeményezni, a férfi csupán reagál! 😊

Kellemes nyarat mindenkinek!

Mezei Tünde

természetgyógyász, ENERGY klubvezető
Veszprém

Sárosi Gyula beszámolója

Egy ultrafutó tapasztalatai

Sárosi Gyula egy vele készült videón számol be a tapasztalatairól. Szavait alább szerkesztett formában adjuk közre. A film megtekinthető az ENERGY sporttal foglalkozó weboldalán, amelynek címe: www.energysport.hu.

Mivel naponta négy-öt alkalommal is futok, szinte folyamatosan, egész nap éhes vagyok. Nem tudok annyit enni, hogy elég legyen. Ötéves korom óta sportolok, gyermekkoromban versenyszerűen dzsúdóztam. Később pár év kimaradt a sport terén, majd egy fogadás következtében lefutottam első maratonomat. Ennek köszönhetően elindult futó pályafutásom. Hét-nyolc évvel ezelőtt indultam el az ultra futás irányába. 12 óras, 24, majd 48 órás versenyeken indultam. Kedvencem az ultra maraton, ahol 212 km-t kell megtenni. Évente 4-6 ezer kilométert edzek, ez átlagban heti 120-150 kilométert jelent.

Ahhoz, hogy a versenyeim során minőségi változást érek el, szükségem volt arra, hogy táplálékkiegészítőket is használjak. Így találtam rá az ENERGY-re.

Konkrétan az ásványi anyagokat, nyomelemeket (kolloid formában – *A szerk.*) tartalmazó cseppeket próbáltam ki először. Ez a FYTOMINERAL nevű szer. Rájöttem, hogy ha a versenyeim alatt ebből csöpögtetek a vízembe, illetve a kulacsomba, akkor frissítőként nagyon jó hatással van rám. Kevésbé fáradok, bőven pótolom azt az ásványi anyag mennyiséget, amit elveszíték egy verseny során.

Megemlítem még a SKELETIN-t, amelyet kúraszerűen alkalmazok. Ez jó hatással van az ízületeimre. Segít abban, hogy az ízületeim fiatalon, frissen maradjanak.

Rendszeres véradó vagyok. Kiderült, hogy versenyek után a hemoglobin szintem bőven a határérték alá süllyed, valószínűleg a nagy igénybevétel miatt. Ilyenkor a KOROLEN nevű készítményhez nyúlok, amely a vérképzést hozza rendbe.

A KING KONG csepp kifejezetten frissítő hatású a szervezetemre. Az állóképességem is jobb, mióta ezt szedem. Főleg az éjszakába nyúló versenyeken tapasztalom ezt. Amikor már mindenki elfárad, én még mindig frissnek érzem magam.

Akik ilyen igénybevételnek teszik ki a testüket, nem szeretnék, hogy fiatalon elhasználódjon. Ezért is szükség van arra, hogy valamilyen táplálékkiegészítőt vegyenek igénybe.

Nekem bevált az ENERGY. Kipróbáltam korábban sok más is, de ez tűnik a legjobbnak.



EGYÜTTMŰKÖDÉS

Támogatói együttműködés indult el a *Balatonman*, a *Maratonman* és az *Ultrabalaton* versenyek szervezőjével, ennek révén még több sportolóhoz juthat el az ENERGY jó híre. Cégünk jelen volt a május 31-i hétvégén az Ultrabalaton versenyközpontjában, és ugyancsak képviseltette magát június 14-én a Balatonman Füred betétprogramjaként megrendezésre kerülő ENERGY Fáklyás Futamon.

Életveszélyes állapot

A tüdőembólia és a baj megelőzése

A tüdőembólia a tüdőartériának (arterie pulmonalis) egy elszabadult vérrög (thrombus) által okozott, hirtelen elzáródását jelenti. Az embolus tulajdonképpen a keringési rendszerben vagy a szív jobb oldali ereiben keletkezett, leszakadt vérrög, amelyet a véráram magával sodor a tüdőartériába, illetve annak elágazásaiba. A tüdőembóliát ritkábban légbuborék, zsírcseppek vagy daganatból leszakadt darabok is okozhatják.

A fejlett országokban a tüdőembólia gyakran vezet a szív- és érrendszeri betegségekben szenvedők elhalálozásához. A halálos kimenetelű szív- és érrendszeri betegségek listáján az ischaemiás szívbetegség és az agyvérzés után a tüdőembólia áll a harmadik helyen. Leginkább olyan betegeknél fordul elő, akik régóta ágyhoz vannak kötve. Elsősorban az elégtelen szív működésű, vagyis úgynevezett kardiálisan dekompenzált betegek, továbbá a vénás betegségekben, tehát akár rejtve zajló, mélyvénás trombózisban (phlebothrombosis) szenvedők veszélyeztetettek. Gyakori még a krónikus aritmiában, főleg a pitvari fibrillációban szenvedő betegeknél is. Ám tüdőembólia jelentkezhet még infarktus, daganatos megbetegedés esetén is vagy műtétek után, súlyosabb sérüléseknél (főleg nagyobb csontok törésekor, illetve nagy vérvesztésénél) stb.

LEGFONTOSABB TÜNETEI

A tüdőembólia okozhat tüdőinfarktust, amikor a beteg vért köhög fel, és ilyenkor a röntgenfelvételen látható árnyékok mutatkoznak (infiltrátum). A tüdőembólia klinikai tünetei az embólia méreteitől függenek. A kicsi, ún. mikroembólia olykor nem is okoz semmilyen tünetet. Ezzel szemben a kiterjedt (masszív) embólia ájuláshoz és hirtelen halálhoz vezethet.

A tüdőembólia leggyakoribb tünetei: hirtelen jelentkező légszomj, szorongás és félelem, a szegycsontból kisugárzó fájdalom, amely a szívinfarktusnál jelentkező fájdalomhoz hasonló, továbbá felgyorsult szívverés, felgyorsult és

elmélyült légzés, esetleg elkékült (cianotikus) száj, ingerköhögés.

A tüdőembólia akut állapot, ezért azonnali orvosi segítséget és kórházi kezelést kíván.

A MEGELŐZÉS MOST IS RAJTUNK MŰLIK

A megelőzésben az egyik legfontosabb teendő a rendszeres mozgás, vagyis nem szabad megengednünk a vérnek, hogy stagnáljon. Lendületbe kell hoznunk a keringést, és ezt leghatékonyabban rendszeres mozgással érhetjük el. Tehát sétáljunk, mozogjunk, sportoljunk sokat. A rendszeres mozgással (edzéssel) nemcsak a szív mint pumpa általános állapotát és teljesítményét növeljük, hanem az erek rugalmasságán, valamint a vér sűrűségén és áramlásán (reológiai tulajdonságain) is javíthatunk.

Ha túlsúlyosak vagyunk, csökkentjük a kalóriabevitelt, és fokozott fizikai aktivitás segítségével szabadulunk meg a fölösleges kilóktól. Korlátozzuk a magas kalóriatartalmú ételek és az egyszerű cukrok fogyasztását, és együnk sok zöldséget, gyümölcsöt, rostot. Igen fontos a megfelelő mennyiségű folyadék fogyasztása is, leginkább a tiszta vízé. Igyunk naponta legalább 2-3 liter! Egyrészt azért, hogy a vérünk ne legyen sűrű, másrészt hogy a mérgeanyagok és az anyagcsere nem kívánatos melléktermékei könnyebben távozhassanak a szervezetből.

Ha már kialakult valamilyen érbetegségünk – többnyire visszerek és aranyér –, ügyeljünk a megfelelő kezelésükre, gyógyításukra, illetve



előzzük meg az ismétlődő gyulladásokat és azok súlyosbodását. Jó tudni, hogy éppen a gyulladások felelnek leggyakrabban a vérrögök kialakulásáért. Ugyanez vonatkozik – krónikus állapotú betegeknél – a pitvari fibrilláció megfelelő kezelésére és szakszerű megfigyelésére is.

A KOROLEN GYÓGNÖVÉNYEI

A készítmény összetevői – többek között – a következők:

- **Közönséges vadgesztenye:** Növeli az érfalak rugalmasságát és feszségét. Aranyér, lábszárfekély, érgyulladás és migrén, valamint elégtelen perifériás vérellátás esetén használatos.
- **Orvosi gyömbér:** Serkenti a keringést, javítja a perifériás vérellátást, csillapítja a felfúvódást és a kólikát. Elősegíti a verejtékezést, és mérsékli a vér koleszterinszintjét. Kimerültség, energiahány esetén használatos. Segíti a tüdő működését fertőzések esetén.
- **Vérfű:** Csillapítja a lázat, elállítja a vérzést, gyulladáscsökkentő és antibakteriális hatású. Jótékonyan hat tüdőbetegségekre és a sebek gyógyulására.
- **Vadárvacska:** Allergia, reuma, ér- és bőrbetegségek, főleg ekcéma esetén használatos. Támogatja a tüdőműködést, és segíti a váladék felköhögését.
- **Búzavirág:** Vizelet- és epehajtó. Szemgyulladásnál is használatos. Jótékonyan befolyásolja a nyirokrendszer működését és az anyagcserét. Tisztítja a vért.
- **Fokhagyma:** Daganat- és gombaellenes hatású, természetes antibiotikum. Csökkenti az immunitást, cukorbetegség, szív- és érrendszeri, valamint onkológiai problémák esetén használatos. Csökkenti a vérnyomást, és mérsékli a vér koleszterinszintjét.



Tanácsok az étrendhez, életmódhoz

A TERMÉSZET EREJÉT KÍNÁLJA AZ ENERGY

A KOROLEN olyan gyógynövény-koncentrátum, amely harmonizálja a szív és az érrendszer működését, emellett regeneráló és méregtelenítő hatású. Adagolását a régi ENERGYk már jól ismerik, de az új klubtagok és a teljesség kedvéért ismétljük át: az elején az adagok kisebbek, azaz naponta 2-3x2-3 csepp egy pohár vízzel bevéve, később – rendszerint 7-10 nap után – az adagot növeljük napi 2-3x5-6 cseppre (a maximális javasolt adag napi 3x7 csepp).

A készítményt (ahogy a legtöbb ENERGY szert) 3 hétig fogyasszuk, majd tartunk 1 hét szünetet, és ezt követően ismét 3 hétig szedjük. A 3 hetes használatot (az azt követő 1 hetes szünettel) egymás után többször is megismételhetjük. Figyeljünk oda a megfelelő mennyiségű folyadék bevitelére, ígyunk legalább napi 2-3 liter vizet.

CYTOSAN: ez a kizárólag természetes alapanyagokból készült készítmény gazdag humátforrás, mélyrehatóan méregteleníti az érrendszert, javítja a vér reológiai tulajdonságait, ennek köszönhetően segít megelőzni a véralvadást és a vérrögök (thrombusok) kialakulását. Javasolt adagolása: naponta 1-2x1 kapszula.

A következő ajánlott étrend-kiegészítő a VITAMARIN, amely az *Engraulis japonicus* tengeri

halból származó halolajat tartalmazza. Többek között ómega-3 telítetlen zsírsavak vannak benne, amelyek segítenek lebontani az erekben lerakódott koleszterint és zsírokat, ezzel javítják az erek átjárhatóságát és rugalmasságát. Adagolása: naponta 2-3x2 kapszula.

Az anyagcserét és a zsírok lebontását hatékonyan segítő étrend-kiegészítő a CELITIN, számos más jótékony hatása mellett segít megszüntetni a fáradtságot és javítja a koleszterinszintet is. A koleszterinszint pedig a túlsúllyal küszködő emberek esetében rendszerint igen magas. A CELITIN általános adagolása: reggel 1 kapszula.

A FYTOMINERAL a szívizom sejtmembránjának stabilizálásához szükséges ásványi anyagok kolloid oldata (főleg a benne lévő magnézium, kalcium és kálium fontos). Az ásványi anyagok katalizátorként támogatják a szervezetben zajló biokémiai reakciókat – ezen a téren főleg a cink tölt be fontos szerepet. A króm pedig hozzájárul az inzulintermeléshez, valamint a cukor és a kalória elégetéséhez. Adagolása: napi 20-30 csepp. A legjobb megoldás, ha ezt a mennyiséget, vízbe csepegtetve, a nap folyamán folyamatosan fogyasztjuk.

A betegségmegelőzés szempontjából hasznos, ha választunk magunknak egy úgynevezett zöld élelmiszert is: BARLEY (zöldárpa), SPIRULINA BARLEY (Spirulina alga zöldárpával),



CHLORELLA (Chlorella alga). Ezen készítmények adagolását egyeztesse az orvossal a beteg akkor, ha warfarin típusú vérhígító gyógyszert szed. További lehetőség a BETAFIT (cékla és csalán) fogyasztása. A zöld élelmiszerek antioxidáns, gyulladáscsökkentő és méregtelenítő hatásúak, gazdag vitamin-, ásványianyag- és enzimeforrások.

Dr. Július Sipoš
kardiológus

Agyvérzés után

Néhány hónapja az egyik barátom segítséget kért tőlem a rehabilitációjához. Bár még igen fiatal (negyvenes), egy agyvérzés ledöntötte a lábáról. Az orvosok segítségével túljutott a legrosszabbon, és szerencsére az agya nem károsodott súlyosan. Az agyvérzés ennek ellenére hagyott némi nyomot: barátom arcizmái, valamint kezének apróbb izmai részlegesen megbénultak, ráadásul zsidbadt és fájt is a keze.

Az intenzív rehabilitációhoz elővettük a CELITIN-t. Az említett készítmény regenerálja az idegrendszert, segít megtisztítani az érrendszert, és csökkenti a vérnyomást. A fájdalom és a

zsibbadás lassan megszűnt, és a korábban bénult izmok fokozatosan ismét mozogni kezdtek. Főleg a beszédképessége javult igen látványosan.

Óriási sikerként éltük meg, hogy a barátom néhány hét után ismét munkába állhatott.

K. H.,
Prága



A páfrányfenyő támogatja az erek működését

Mint ismeretes, a CELITIN képes egyensúlyba hozni a zsíryanagcserét. Ezt a lecitin, illetve a benne lévő foszfolipidek teszik lehetővé. A CELITIN-ben található másik összetevő, amely értágító hatású, emellett a véralvadást befolyásolásával is hozzájárul a tüdőembólia megelőzéséhez: a páfrányfenyő, azaz a Ginkgo biloba. A növényből kinyert hatóanyagok segítenek fenntartani az erek átjárhatóságát, megakadályozzák a vérelemezkek összetapadását, így a vérrögök kialakulását, és javítják a keringést.

A páfrányfenyőt nemcsak az érrendszerre kifejtett előnyös hatása miatt értékeli nagyra az emberiség, hanem az idegrendszerre gyakorolt jótékony befolyása okán is. A Ginkgo biloba régóta használatos különböző lelki problémák, memóriazavar, illetve látás- és hallászavarok kezelésére. Összességében fiatalítja és regenerálja a szervezetet.

A CELITIN a fentiek miatt mind a tüdőembólia megelőzéséhez, mind pedig az infarktus vagy az agyvérzés megelőzéséhez vagy gyógyításához kiválóan alkalmazható.

Celitin: a papánál „lefelé hatott”

Érdekes hírt kaptam az ország másik feléből. Ilyen hatásáról még nem hallottam a CELITIN-nek, s talán mások számára is az újdonság erejével hat a hír. Főleg azoknak a korosodó férfiaknak fontos tudniuk róla, akik még sokáig szeretnék férfiak maradni...

ENERGY tanácsadóként dolgozó ismerősöm arról számolt be, hogy pár évvel ezelőtt agyvérzésen átesett apósának CELITIN-t ajándékozott karácsonyra. A minap – folytatódott a beszámoló – egy családi rendezvényre vitte a papát, és már akkor feltűnt neki, hogy sokkal könnyebben száll be az autóba, már nem kell neki segíteni. A társaságban is jobban feltalálta magát, mint korábban.

Majdnem a régi önmagát tudta adni: vicceket mesélt és jókedvű volt.

Már indultak haza, amikor mindenkinek elmesélte, hogy milyen hálás a menyének az ajánléért, amely „sajnos felfelé nem hatott, csak lefelé, de az nagyon jó volt!” Rövid döbbenet után persze mindenkiből kitört a nevetés. A kedves papa úgy nyilatkozott, hogy mindenképpen vesz magának egy másik dobozzal, ha a mostani elfogyott. S talán az új doboznál már a „felfelé” irányuló hatást is észre fogja venni...

Közreadja: Takács Mária
ENERGY klubvezető, Zalaegerszeg

NÁLUNK BEVÁLT

Javult a nyelőcsőgyulladásom

Májustól kezdve gyakran égett a gyomrom, bordák alatti fájdalmim voltak a bal oldalon, és sűrűn éreztem rosszul magam. Többször vettem tőlem vért, de az eredményeim mindig normálisak voltak. A körzeti orvos gasztroszkópiás kivizsgálásra küldött, amelynek során 1. fokú nyelőcsőgyulladást diagnosztizáltak. Omeprazolt írtak fel, amit először 4 hétig, majd azután újra szednem kellett. A tablettákat reggelente és esténként vettem be, éhgyomorra.

A gyógyszer azonban nem sokat segített. Képes volt ugyan csillapítani az akut gyomorégésemet, de a bordák alatti fájdalmat nem szüntette meg. Ezért a második Omeprazol kúra idején elkezdtem szedni a REGALEN-t, napi 3x5 csepp adagban, valamint a PROBIOSAN-t (napi 2 kapszulát).

Mindezt 3 héten át folytattam, majd tartottam egy hét szünetet, utána megelőzés céljából folytattam a kúrát. Az állapotom már az első két héten jelentős javulást mutatott, miközben a gasztroenterológus által felírt gyógyszerek két hónap alatt sem igazán segítettek.

Pavel Mareček
Kolín



Újra tökéletes a visszavarrt hüvelykujj

Férjem (46 éves) fűrésszel véletlenül levágta a jobb hüvelykujját. Az idegsebészek a kórházban igencsak tanakodtak, hogy visszavarrják-e. Javaslatak a következőképpen hangzott: szubtotális amputáció. Mivel a férjem tűzoltó, ráadásul jobbkezes, úgy döntött, hogy a visszavarrást meg kell próbálni.

A csont „csipkésen” tört el, és az idegek, az erek és az inak teljesen tönkrementek. A vágás nem volt tiszta. Az orvosok a hüvelykujjat visszavarrták ugyan, de egy ideget, eret és inat „visszakapcsolni” már nem lehetett.

Három nappal később a fiam (21 éves) is balesetet szenvedett. Egy kanca átharapta bal kezének csontjait, és azok berepedeztek. Valószínűnek látszott, hogy műtétre lesz szükség.

A végső döntés előtt az orvosok 3 hétre begipszelték a kezét. Kötözésekre járt, minden alkalommal megröntgenezték, és új gipszet kapott.

Teljesen véletlenül úgy alakult, hogy a baleset előtt mindketten elkezdték naponta szedni a KING KONG-ot, a RENOL-t és a SKELE-



TIN-t. A férjem és a fiam is elfogyasztott mindegyik szerből egy-egy üveggel, illetve flakonnal. Körülbelül 6 hét telt el, és a rémisztő előrejelzések ellenére is minden a lehető legjobban alakult. Férjem hüvelykujja és a fiam keze is tökéletesen rendbe jött. Ezért nem mondhatok mást, mint korábban: „Köszönöm nektek, ENERGY készítmények.”

Marta Malá
Českobudějovicko



A mi Energy úti patikánk

Ha vannak gyermekeik, az úti patika elmaradhatatlan készítménye a SPIRON. Nekem mindig ott áll az éjjeliszekrényemen, és elalvás előtt minden este fújok belőle egy kicsit a párnámra. Az aromaterápia segítségével elért édes álmokat főleg az álmatlanságban szenvedők fogják nagyra értékelni. Megfázás esetén a SPIRON-t érdemes a nap folyamán többször is használni, hogy ne fertőzzenek meg másokat.

Az úti patika következő fontos alkotóeleme az AUDIRON, amely nem csak fülfájásra hoz gyógyírt. Azok az anyukák, akik egy-két középfülgyulladást már átéltek gyermekeikkel, nagyon jól tudják, miről beszélnek. Az AUDIRON minde-

mellett kiválóan alkalmazható csipések, kiütések és felületi sérülések kezelésére. Égési sérülések esetén azonnal megszünteti a fájdalmat, és a bőr regenerálódása után a sérülésnek nem marad látható nyoma – kiváltképpen, ha a sebet később DRAGS IMUN-nal kenegetjük. És akkor még meg sem említettem, hogy az AUDIRON szabaddá teszi a légutakat, továbbá segítséget nyújt torokfájáskor. Az utóbbi leküzdésében a GREPOFIT SPRAY és a DROSERIN krém is rendkívül hatékony.

Az említett készítmények nélkül soha nem indulok útnak, és minden alkalommal becsomagolom az ARTRIN és a RUTICELIT krémet is. A GREPOFIT, a DRAGS IMUN és a PROBIOSAN ugyancsak nélkülözhetetlen akkor, ha csak egy kicsi esélye van annak, hogy a helyi baktériumok támadásba lendülnek.

Romana Walterová
Pardubice

Peter Tóth
Kassa

Rendbe jött az immunrendszerem

Jó 2 hónapja igen stresszes időszakot kellett átélnem, ami az egészségi állapotomon is nyomot hagyott. Különböző problémák jelentkeztek: nyelőcsőgyulladás, petefészek-gyulladás, végül orrgarat-gyulladás, és a manduláim is megnagyobbodtak.

Az állapotom nem javult, és egyre gyengébbnek éreztem magam. Egyes bajaimon sikerült hagyományos orvosságokkal enyhíteni, de szinte már hazajártam az orvosi váróba. Egy idő után megelégteltem mindezt, nem voltam hajlandó több vegyi anyagot bevinni a szervezetembe és elővettem az ENERGY készítményeit.

Naponta kétszer, reggel és este, bevettem 1 kapszula VITAFLOLIN-t, amely elbánt a fertőzésekkel, és rendbe hozta az immunrendszeremet. Emellett szükség szerint naponta 2-3 alkalommal fújtam be a torkomba GREPOFIT SPRAY-t. A gyulladás tünetei egy hét után nyomtalanul eltűntek.

NÁLUNK BEVÁLT

Drags Imun az orrba?

Több éve történt, de máig nem tudom elfelejteni. A lányom benáthásodott, és a harmadik napon már nagyon rosszul érezte magát. Nem tudott aludni, az orra teljesen bepirosodott a sok orrfújástól, bedugult. Náthája egyre súlyosabb, az orrvilágítás egyre sűrűbb lett. És akkor egy egészen örült ötletem támadt...

Közvetlenül az orrba töltöttem egy kevés DRAGS IMUN-t, és utána furcsa dolgok kezdődtek. Lányom felugrott, kirohant a fürdőszobába, közben kiabált. Utána szaladtam, és mardosott a lelkiismeret: „jesszusom, mit tettem?”. A gyerek elkezdett tüszögögni – de úgy, hogy egész testében beleremegett. Így tüszögögni még soha senkit nem láttam.

Aztán abbahagyta, és átadta nekem a sötétbarna orrvilágítással teli zsebkendőt. A világító természetesen a DRAGS IMUN színezte be. Kivitettem a zsebkendőt a szemetesbe, majd visszatértem a lányomhoz a fürdőszobába. Megmosta az arcát, még egyszer kifújta az orrát, aztán elment lefeküdni, mert fáradt és álmos volt.

Amikor reggel felébredt, a náthának már nyoma sem volt.

Hát ezt tudják az ENERGY készítmények! (Ezt a radikális módszert a leírt formában nem javasolnám. De a DRAGS IMUN-ból készített, hígított orrcseppet, egyfajta szelídebb terápiaként, magam is el tudom képzelni. – A szerk.)

Jitka Rosinová
Hrdějovice



Sokoldalú hatás kórokozók ellen

A teljesség igénye nélkül, lássuk csokorba szedve a DRAGS IMUN legfontosabb hatásait.

- > Jelentős antibiotikumos hatások, baktériumölő és gombaölő hatás.
- > Hatékony a vírusokkal szemben: influenza (A és B vírus), adenovírusok, retrovírusok és a parainfluenza vírusai (PIV), herpesz vírusok (HSV, EBV, CMV), hepatitisz A és B vírusok.
- > Elállítja a vérzést, bármilyen felületi seb kezelésére alkalmas.
- > Gyulladáscsökkentő, sebgyógyító és összehúzó (adsztringens) hatások: felgyorsítja a bőrsérülések, valamint a szájüreg, a gége, a garat stb. nyálkahártyáin kialakult sérülések gyógyulását. Gasztroenterológiai megbetegedések esetén is jótékony hatású:

- > Gyomorfekély és nyombélfekély (Helicobacter pylori okozta megbetegedések esetén)
- > Crohn-betegség és fekélyes vastagbélgyulladás (colitis ulcerosa)
- > Aranyér (külső és belső használat)
- > Csillapítja a hasmenést (főként utazási hasmenést – de AIDS-betegek hasmenésének csillapítására is alkalmas).
- > Serkenti a csontvelő működését, jótékonyan hat a véralkotók regenerálódására vérszegénység és leukémia esetén.
- > Segít megelőzni a szív- és érrendszeri betegségeket, valamint a civilizációs, degeneratív betegségek kialakulását.
- > Citosztatikus hatásának köszönhetően jótékonyan hat a daganatos betegségek kezelésében is. Vírusölő hatása miatt remek

- kiegészítő készítmény a HIV fertőzötték gyógyításában, illetve kiválóan alkalmazható a potenciálisan karcinogén vírusok ellen. Orvosi felügyelet mindkét esetben szükséges.
- > Fogínyorvadás, fogínyvérzés, fokozott fogszuvasodás és foghúzás (adsztringens hatása miatt) esetén ugyancsak használhatjuk.
- > A fentiek mellett stresszellenes, szexuális vágyserkentő és tonizáló hatását is megfigyelték.
- > Regenerálja az egész szervezetet, és fokozza a test immunválaszt.
- > Antioxidáns hatásai révén óvja az egész szervezet működését, beleértve a bőrsejtek UV sugárzással szembeni védelmét is.
- > Belső használata segít megakadályozni a vérrögök kialakulását.

Meggyógyult a gyermekkori csontritkulás

Szeretném megosztani Önökkel, hogy 10 éves kislányom csontritkulását miként sikerült meggyógyítani az ENERGY készítményeinek segítségével. A termékeket egy régi barátom, Zlata Susová mutatta be nekem. Ez úton is szeretnék köszönetet mondani neki.

Amikor a lányom egy esés következtében eltörte egyik csigolyáját, ami 3 havi mozdulatlanság után sem forrt össze, sőt újabb csigolyatörés követte, az orvos súlyos csontritkulást állapított meg. A későbbiekben leukémiát is diagnosztizáltak nála. Szervezetének működését nagymértékben megterhelte a kemoterápia, és a leukémia orvosi terápiája alatt gyógyszer formájában kalciumot is kellett szednie.

Csontritkulás esetén nagyon fontos, hogy a beteg sokat mozogjon, tornázzon, ám egy ilyen megerőltető kezelés idején ehhez egyszerűen nincs elég ereje.

Az orvosi kezelés után úgy döntöttem, hogy lányom kis testét és lelkét rendbe kell hoznom. Első lépésként megismerkedtem az ENERGY készítményeivel, tanulmányoztam őket. A szakemberek kezdsésként a SKELETIN és a VITAMARIN kombinált használatát javasolták. Napi 2-2

kapzsula SKELETIN-t és VITAMARIN-t adtam a lányomnak, két év elteltével a felére csökkentem az adagot.

Nagy feladat volt számomra eközben, hogy a kezelőorvost meggyőzzem. Állandóan azt akarta tudni, hogy a SKELETIN hány százalékban tartalmaz kalciumot, én pedig igyekeztem megmagyarázni neki, hogy ez a készítmény egészen más alapelv szerint működik. Sokat segített az orvos „áthangolásában” a denzitometriás vizsgálat, amely a csontsűrűséget méri. Az említett készítmények egyéves használata után már láthatók voltak a kedvező változások a teljes test felvételein.

Biztosan el tudják képzelni, mennyire örültem, amikor az orvos 3 év után kijelentette, hogy csontritkulásról már nem beszélhetünk. Természetesen ez az érzés nem összemérhető azzal a boldogsággal, amit a leukémia legyőzése



után éreztünk. Ma már a házi patikánkban csak ENERGY termékeket tartunk, amelyek még mindig hihetetlenül sokat segítenek nekünk.

Andrea Z.
Brno

Bölcs testünk üzenetei (3.)

Jan azzal a kéréssel érkezett a családállításra, hogy nézzük meg, mi történt a talpával. Szándékosan nem kérdezek semmit, nem tudom, mi a baj a talpával, hogy megsérült-e, deformálódott-e, esetleg kiütések jelentek meg rajta. Talpainak a szemináriumon két hölgyet választ magának. Ő maga a saját szerepében, azaz a saját testében marad.



És ekkor csoda történik! Egy pillanatnyi zavar után, amikor mindnyájan csak nézik egymást, a talpak egyszer csak elkezdnek izegni-mozogni. A kérdéssemre, miszerint mit szeretnének, azt felelik, hogy járni. És Jant mindketten karon fogják, húzzák őt ide-oda a helyiségben, egy szóval mindketten járni akarnak vele.

Jan azt hiszi, hogy tréfát akarunk űzni belőle. Nem tudja elfogadni azt az tényt, hogy a talpai egyszerűen csak járni akarnak. Mi más célt szolgálnának? Az egészségügyi konstellációkban gyakran kizárólag fizikai síkon dolgozunk. A szervek itt szimplán arra szolgálnak, amire valók.

Miután a résztvevők alaposan kinevetik magukat, folytatjuk a munkát. „Jan, tulajdonképpen mi a bajod a talpaiddal?”, kérdezem, „Állandóan hidegek”, válaszolja. Aha, akkor az más. Hideg lábak. Milyen sok embernek jelent ez problémát! De erről nem a talpak tehetnek...



Haladunk tovább. „Jan, válaszd ki a veséid és a húgyhólyagod képviselőit.” Jan hosszan válogat. Majd felállítja szerveinek képviselőit a térbe. A szervek maguktól keresik a helyüket. És Jannak egyáltalán nem tetszik, hogy hova és hogyan állnak. „Jan, miért nem vagy elégedett a szerveiddel?”, „Nem így képzeltem a dolgot, azt hittem, hogy másképpen fognak viselkedni, miért bámulnak így rám?” És megpróbálja a szerveket a saját elképzelései szerint beállítani.

A szervek képviselői rendkívül meglepettek, nem értik, Jan miért rángatja őket, és miért próbálja számukra teljesen természetellenes pozícióba állítani őket. Egyfajta csalódottság lesz úrrá rajtuk, főleg a vese képviselőjén. „Hiszen mi érted vagyunk itt, Jan.” A húgyhólyag kicsit szomorú, és össze van zavarodva. „Tulajdonképpen mit szeretnél?”, hangzik a kérdés. „Azt akarom, hogy a szervek jobban tiszteljenek”, mondja Jan.

És komolyan is gondolja. „Jan, a szerveidnek, amelyek az utolsó leheletig téged szolgálnak, és megtesznek mindent azért, hogy élhess, jobban kéne tisztelniük téged? Nem éppen fordítva kellene ennek lennie?”

Am Jannak egyáltalán nincs ínyére a megjegyzésem. Megkértem, hogy nézzem a veséje szemébe. És a dolgok kezdenek megváltozni. Jan egyre dühösebb, a húgyhólyag pedig egyre szomorúbb. Számomra már világos a képlet.. A vese a szülőkké változik át – és itt van a kutya elásva. Jan úgy érzi, hogy a családja nem értékeli őt kellőképpen. A szomorú, szinte már sírdogáló húgyhólyag Jan gyermeki érzelmeit képviseli, amelyeket Jan nem dolgozott fel megfelelően. És Jannak, vagyis annak a felnőtt férfinak, aki itt áll előttünk, egyáltalán nem tetszik, amit lát és érez. Mérges a szerveire, amelyek megmutatják neki a kialakult helyzetet.

„Jan, köszönd meg a szerveidnek. Tiszteleggel szolgálnak téged. Hajts fejet a szüleid előtt, akik életet adtak neked. Ahogyan nem tudod megváltoztatni a szüleidet, úgy nem élhetsz a



veseid nélkül sem.” Jan meghökken, ezt a képet nem tudja elfogadni. Nincs mit tenni, lezárom a konstellációt. Jan előtt hosszú út áll...

Szüleink alap energia formájában indítják el életünk vonatát, és ez az energia a vesékben tárolódik. Innen ered az erőnk. Mint cikksorozatunk korábbi részeiben már említettük, őseink feltétel nélküli elfogadása nélkülözhetetlen ahhoz, hogy végigjárjuk a saját életutunkat. És ezen az úton saját erőnkől kell végigmennünk. Óvjuk tehát veséinket, főleg télen, amikor a leginkább hajlamosak a meggyengülésre.

Ugyanúgy, ahogy a szüleink, akik megteremtették számunkra az életet, a veséink is segítenek nekünk, és mindent megtesznek azért, hogy élhessünk.

Dr. Ivana Wurstová
(Folytatjuk)

Megszűnt a folyás

Nemrégiben arra lettem figyelmes, hogy mindenféle kísérőtünet – azaz viszketés vagy égető érzés – nélküli, fehér hüvelyfolyásom lett. A dolgot így is igen kellemetlennek éreztem, mert állandóan intimtétet kellett hordanom, és folyamatosan ellenőrizni, hogy minden rendben van-e.

Ez a probléma számtalan nőt kínozt, és a legtöbbször a nőgyógyásztól kérnek segítséget. Ezzel azonban az esetek többségében csak annyit érnek el, hogy antibiotikumokat és egyéb gyógyszereket kell szedniük (higgyék el, saját tapasztalatból beszélek).

Ezért elkezdtem kutatni az interneten, milyen egyéb megoldások kínálóznak. A természetgyógyászok „sárkányvérrel” történő hüvelyöblítést

javasolnak. Ezért az ENERGY-nél megvettem a DRAGS IMUN nevű készítményt, és irrigátor segítségével hetente háromszor végeztem hüvelyöblítéseket úgy, hogy kb. 0,5 ml DRAGS IMUN-t tettem bele fél liter langyos vízbe. A DRAGS IMUN-t belsőleg is alkalmaztam (3 héti naponta 2x5 cseppet), hogy megerősísem az immunrendszeremet. Kiegészítésként palástfű teát iszogattam, aminek remek az íze.



Ezt a gyógymódot sokkal kellemesebbnek éreztem, mint a hagyományost, vagyis a gyógyszereszedést. A folyásom egy hét alatt megszűnt, és én ismét úgy érzem magam, mint régen.

Simona Možíšová
Heřmanův Městec

RECEPTEK NYÁRRA

A tüzet mérséklő koriander, kapor és menta

A gyógynövényekről és fűszernövényekről szóló sorozatunkban elérkeztünk a nyárhoz, amelynek képviselője a Tűz elem, és amely az emberi életben a növekedés és a felnőtté érés korszaka. A Tűz egyet jelent a Naptól származó meleggel és fénnel, amely nyaranta olyannyira feltölt minket a sugaraival, hogy az már néha egy kicsit túlzás... Ezért nyáron olyan ételeket ajánlatos fogyasztanunk, amelyek lehűtik testünket, például zöld salátákat és gyógynövényeket, paradicsomot, uborkát, joghurtot és sok-sok ásványvizet. A fűszernövények közül nyáron ideális a koriander, a kapor és a menta.

Előljáróban néhány javaslat a nyári étrend összeállításával kapcsolatban:

- a kávé korlátozása;
- igyunk gyenge zöld vagy fehér teát, szén-savmentes ásványvizet, esetleg mentával ízesített citromos vizet;
- a vízzel hígított gyümölcslevek is jótékony hatásúak;
- időnként fogyaszthatunk fröccsöt is, például bazsalikomos borból készítve;
- ízesítsük ételünket gyógynövényekkel és fűszernövényekkel.

A koriander hűsít, és csillapítja bizonyos ételek erősségét és forróságát. Jótékonyan hat a felfújódásra, segíti az emésztést, enyhíti a rossz emésztés okozta hasfájást, felveszi a harcot a bélfertőzésekkel, csillapítja a hányást, felgyorsítja az anyagcserét, ezzel támogatva a fogyni vágyókat. A növény valamennyi része ehető, édeskés magjait mézeskalácsba vagy akár húsokhoz is hozzáadhatjuk, levele számtalan indiai, arab és mexikói étel összetevője. Halakhoz is kiváló. Az már igazán csak bónusz, hogy állítólag serkenti a szexuális vágyat.

KORIANDERES PARADICSOM SALÁTA

Hozzávalók: 3 piros paprika, 4 érett paradicsom, 1/2 csokor felaprított koriander, 2 apróra vágott fokhagyma gerezd, só, bors.

Elkészítése: Melegítsük elő a kerti grillezőt, tegyük rá a paprikákat, időnként forgassuk meg őket, és hagyjuk kb. 15 percig a grillen. Majd



adjuk hozzá a paradicsomot, és időnkénti forgatás mellett 5-10 percig grillezzük. Vegyük le a zöldségeket a grillről, távolítsuk el róluk a hűjakat és a magjaikat, csikozzuk fel őket, majd tegyük egy tálba és keverjük össze. Sózzuk, borsozzuk, szórjuk meg korianderrel és fokhagymával. Fedjük le fóliával, és legalább egy órára tegyük be a hűtőbe. Teljes kiőrlésű péktermékkel tálaljuk.

A kapor az ókori rómaiaknál az életerő jelképe volt. A középkorban pedig úgy vélték, hogy megvédi az embert a boszorkányoktól. A konyhában a növény magjai, levelei és virágzata egyaránt használható, még hozzá rakott zöldségekhez, levesekbe, mártásokba és salátákba. A kapormag hatékonyan nyugtatja az emésztőrendszert.

KAPORSZÓSZOS HAL

Hozzávalók: 4 halfilé, 4 evőkanál repceolaj, 8 evőkanál felvágott kapor, 8 evőkanál aprított petrezselyem, 2 kávéskanál reszelt citromhéj, 1 kávéskanál piros paprika, 1 kávéskanál édesköménymag, só.

Elkészítése: A halat ízesítés nélkül 10 perc alatt megpároljuk. Ha nincs kéznél gőzölős sütő vagy párolóedény, akkor csavarja bele a halszeleteket sütőpapírba, és a sütőben párolja meg őket saját levükben. Keverje össze a lereszelt citromhéjat a piros paprikával és az édesköménnyel. Adja hozzá a felaprított fűszernövényeket, és könnyedén keverje össze. Tegye a halakat a tányérra, csepegtesse le repceolajjal, és szórja meg a kaporos eleggyel. Sózza meg, majd azonnal tálalja, nehogy a fűszernövények összeessenek.

Vajas, petrezselymes főtt burgonya vagy könnyű zöld saláta kiváló köretként szolgálhat ehhez a fogáshoz.

Grill tipp:

Korianderes majonéz: keverjük össze 240 ml majonézt, 1 evőkanálnyi rizsecetet és egy marék apróra vágott koriander levelet. Sóval ízesítsük.

Kapros-kapribogyós majonéz: keverjük össze 240 ml majonézt, 2 evőkanálnyi apróra vágott kaporot, 2 evőkanálnyi, sóban áztatott, lecsöpögtetett és felvágott kapribogyót, 2 apróra vágott csemegeuborkát. Sóval és borssal ízesítsük.

A menta salátákhoz, desszertekhez, italokhoz remekül illik. A mentatea csillapítja a simaizom feszülését és hűsítő hatású.

TELJES KIÖRLÉSŰ KUSZKUSZ FRISS FŰSZERNÖVÉNYEKEL

Hozzávalók: 250 g teljes kiőrlésű kuskusz, 1 kígyóuborka, 2 marék friss fűszernövény: menta, petrezselyem, bazsalikom, valamint 4-5 evőkanál olívaolaj, só, bors.

Elkészítése: A kuskuszt tegyük egy nagyobb tálba, és öntsük le forrásban lévő vízzel, épp hogy ellepje. Fedő alatt hagyjuk kb. 2-3 percig pihenni. Majd adjuk hozzá az olajat, a sót, a borsot, és villával óvatosan keverjük össze, hogy az egyes magok szépen leváljanak egymásról. Ez után keverjük hozzá az apróra vágott uborkát és a fűszernövényeket. Fóliával fedjük le és legalább fél órára tegyük be a hűtőbe. Az ily módon elkészített kuskusz halakhoz és szárnyasokhoz illik, de önmagában, salátaként is fogyasztható.

Tipp: Ha szereti a nyers hagymát, akkor vörshagymát vagy újhagymát is tegyen a kuskuszba. Örömteli és kalandokban gazdag nyarat kíván:

Ilona Vítisková



VITAE KLUBMAGAZIN

Az ENERGY társaság hírlevele, megjelenik havonta.

Felelős szerkesztő: Kürti Gábor, kurti.gabor@energy.sk

Kiadja: Hungary Energy Kft., 1149 Budapest, Róna u. 47/A.

www.energy.sk

Nyomdai előkészítés és kivitelezés:

Fingerprint Reklámügynökség, www.fingerprint.hu

Megjelenik: 20 000 példányban.

A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.





Vidrafű

A gyógyító szépség

A vidrafű latin neve (*Menyanthes trifoliata*) a görög *menýein*, azaz *kitárulkozik* és az *anthos*, azaz *virág* szavakból ered. Egyéb ismert elnevezései: *vidraelecke*, *vízi elecke*, *keserű háromlevelűfű*, *keserű lóhere*, *bolyhosvirág*, *keserű vidrafű*. A növény hófehér, csodálatos virágai magukra vonják a figyelmet. Napjaink kutatásai alátámasztják a középkori tapasztalatokat: a vidrafű valóban jótékonyan hat az emésztésre, segíti és szabályozza a gyomornedvek kiválasztását, javítja a bélmozgást, mérsékli a felfújódást és megszünteti a székrekedést, valamint javítja az étvágyat. Szabályozza az epetermelést, ezzel segítséget nyújt a máj- és epebetegségek kezelésében.

A középkorig úgy vélték, hogy a vidrafű mérgező. A láz, hidegrázás, étvágytalanság megszüntetésében betöltött szerepéről, valamint az akkoriban igencsak elterjedt fogínysorvadás vidrafűvel történő gyógyításáról szóló első feljegyzések a XVII. századból származnak. Nálunk a fűvesasszonyok az ízében és a leveleinek formájában a lóherére hasonlító növényt keserű, háromlevelű lóherének nevezték.

EGYEDÜLÁLLÓ ÉS VESZÉLYEZTETETT

Élő vízi növény. A világos, nedves, enyhén savas talajú helyeket – a tőzegmőzöket, a források környékét, a halastavak partjait, a mocsarakat és a lápokot – kedveli. Az északi földteke mérsékelt és szubarktikus területein terjedt el, azaz Észak-Európában, Szibériában, Kanadában és Japánban, főleg a hűvösebb, magasabban fekvő vidékeken, egészen 1200 m tengerszint feletti magasságig megtalálható. Helyenként a csehországi hegyekben és fennsíkokon is előfordul (Krušné és Železné hegyek, Šumava, Žďárské hegycsúcsok).

Sajnos egyre ritkábban bukkanhatunk rá, mert a talajjavítás, a vizek lecsapolása és a tőzegki-termelés mindinkább megfosztja a vidrafűvet természetes élőhelyétől. Nagy kár érte, hiszen igazi, természetes bájít képvisel a sártenger közepén...

A gyógynövénykalauzok a tárnicsfélék (*Gentianaceae*) családjába sorolják, de gyakran olvas-tunk arról is, hogy egyetlen fajtaként a saját

családjába, azaz a vidrafűfélék (*Menyanthaceae*) közé tartozik. Fejlődéstörténeti szempontból a vidrafűvet Földünk legrégebbi növényfajai között tarthatjuk számon, ezért alakja a különböző kontinenseken szinte mindenhol ugyanolyan; például az észak-amerikai vidrafű csak annyiban különbözik tibeti társaitól, hogy valamivel kisebbek a levelei.

A növény 15-30 cm magasra nő, élől. Erős, virágzó növényzára és levelei közvetlenül a vízszintesen kúszó gyökértörzséből fejlődnek ki. Hármás leveleinek nyele akár 25 cm hosszú is lehet, alapját hátrýás szélű hüvely alkotja. A növény szár csúcsán május-júniusban nyílik a kocsányokon lógó, 10-20 gyönyörű hófehér virágból álló fűrt. A virágok kétneműek és rojtos cimpájúak. A megporzás után alakulnak ki az ellipszis formájú tok termései, ezeknek magjai a vízzel és a rovarokkal szemben is ellenállóak.

ERŐSÍT, ÉLETKEDVET HOZ

A gyógyászatban leveleit használják. A növény virágzásának időszakában vágják le (nem tépik) őket, és egy rétegben szárítják. A levelek kivonata flavonoidokat, szaponinokat, cserzőanyagokat, rutint, szerves savakat, C-vitamint és jódot tartalmaz.

Szárítása közben jön létre az egyik legfontosabb hatóanyaga, az illatos, ám rendkívül keserű meniantol. Napjaink kutatásai alátámasztják a középkori tapasztalatokat: a vidrafű valóban jótékonyan hat az emésztésre, segíti és szabályozza a gyomornedvek kiválasztását, javítja a

bélmozgást, mérsékli a felfújódást és megszünteti a székrekedést, valamint javítja az étvágyat. Szabályozza az epetermelést, ezzel segítséget nyújt a máj- és epebetegségek kezelésében, serkenti a vérképzést. Mindezek miatt a daganatos megbetegedések gyógyításában is felhasználható. Összességében erősíti a szervezetet, növeli az étvágyat és az életkedvet.

Por és tea formájában egyaránt használatos (macskagyökérrel és mentával keverve nyugtatja az idegeket és csillapítja a migrént). Reuma, köszvény és a háromosztatú arcideg (trigeminus) gyulladása esetén a belőle készített tinktúra (a növény alkoholos kivonata) bizonyítottan hatásos.

A vidrafűvet a természetben nem gyűjthetjük ugyan, hiszen védett növény, ám „tisztán” vagy különböző készítményekben (korábban likőrökben is) szinte bárhol megvásárolhatjuk. A főzetkészek előtti használata remekül javítja az étvágyat.

Kis mennyiségben alkaloidákat (monoterpén alkaloidokat) is tartalmaz, ezért állapotos és szoptató kismamáknak használata nem ajánlott. Hosszú távú, folyamatos alkalmazása ellenjavallott.

Hatásait már több évszázada az állatgyógyászat is nagyra értékeli, mert a gyógynövény a házi kedvencek felfújódási, „gázosodási” problémáit is megoldja. A homeopátia ugyancsak használja a vidrafűvet lázrohamok, izom- és fejfájás csillapítására.

Az ENERGY egyik gyógynövény-koncentrátuma, a KOROLEN biztonságos mennyiségben tartalmaz vidrafűvet.

Írta:

Vladimír Vonásek

Szakmailag ellenőrizte és kiegészítette:
Németh IrménÉ Éva
fitoterapeuta