

vitae

2015/4

www.energy.sk



Újdonság a klubokban

Itt a kapszulás Probiosan inovum

Áprilisban ismét: zöld napok

Vegyük elő a kedvenceinket!

Fűszerkeverék receptek

A cickafarktól a zsázsáig

A TARTALOMBÓL

ÜNNEPI ASZTALUNK

4-5

AZ ENERGY AMAZONJA

6-7

FÓKUSZBAN A PROBIOTIKUMOK

8-9

HA ÁPRILIS, AKKOR ZÖLD NAPOK

10-11

KLUBELŐADÁSOK, MÁS PROGRAMOK

12-13

HAZAI TERMÉKTAPASZTALATOK

14-15

BŐLCS TESTÜNK ÜZENETEI (10.)

16-17

SZÍNTERÁPIA SOROZATUNK (6.)

18-19

FŰSZERKEVERÉK RECEPTEK

20-21

GYÓGYNÖVÉNYEINK: VÖRÖS ÁFONYA

22-23

LEGÚJABB ARANYMENEDZSERÜNK:
MÉSZÁROS MÁRTA

Mészáros Márta természetgyógyász, a szegedi 2. sz. ENERGY Klub vezetője aranymenedzser lett. Az elismerő oklevelet és a vele járó egymillió Ft-os pénzjutalmat Marosi Zoltán ügyvezető igazgató adta át a márciusi klubvezetői találkozón.

Csanádi Marikát (Szeged) és Hargitainé Mónikát (Kalocsa) követően Mészáros Márta immár a harmadik olyan vezető tanácsadónk, aki elérte ezt a magas szintet. A kitüntetett meghatottan mondott köszönetet az ENERGY magyarországi vezetőinek, valamint közvetlen munkatársainak, segítőknek, és mint mondta, „ezzel az elismeréssel egy évtizedes álma vált valóra”.

TOVÁBBKÉPZÉS
KECSKEMÉTEN

Nyíregyháza után Kecskeméten is sor került az ENERGY Klubban a továbbképzésre, Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató vezetésével.

Három novemberi hétvégén hallgattuk a tanár úr fergeteges előadásait. Megismertette a résztvevőkkel az ENERGY készítményeket. A Pentagram® regeneráció alapja a bioinformációs terápia és az egyénhez való holisztikus hozzáállás, amely az egész egyéniségre irányul (szellemi, érzelmi, lelki és fizikai szempontból), és figyelembe ve-

szí, hogy a test és az értelem egymással kölcsönös kapcsolatban állnak.

Ezeket az ENERGY termékeket alkalmazva – növényi anyagok és bioinformációk segítségével – felgyorsul a toxikus anyagok kiválasztása a szervezetből. Felhívta a figyelmet az 5 fő készítményre, amelyek a 12 alapvető (páros) energiapályát lefedik, és jótékonyan befolyásolják a szervezet alapvető rendszereit.

A regenerációs folyamat – főleg kezdetben – az egészségi állapot átmeneti rosszabbodását is előidézhetheti, de mint az előadó nyomatékosan felhívta a figyelmünket, a termékek fogyasztását nem szabad abahagyni! Fordított regenerációról van szó, melynek során jelentkezhetnek régebbi betegségek tünetei is. Igen fontos a megfelelő mennyiségű folyadék fogyasztása.

Az ENERGY termékek mindegyike a szervezet meghatározott részére hat. Az alkalmazott készítmény mindig a következő szervrendszert készíti fel a regenerációra. Így kíméletes ütemben végbemegy az egész szervezet folyamatos gyógyulása.

Végül, de nem utolsósorban, Czimeth István megismertette a tanácsadókkal a legújabb termékeket is (teák, testápolók).

Hálával és köszönettel tartozunk, amiért részei lehetünk az ENERGY nagy családjának. A tanár urat köszönet illeti, mert alaposabban megismerhettük a csodálatos ENERGY készítmények működését. Tiszta szívvel ajánlhatjuk őket gyógyulni vágyó embertársainknak.

Kemenesiné Aczél Gabriella
ENERGY tanácsadó, Kecskemét

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

Tervezés, előkészítés:

Digitaltosh Stúdió

Nyomdai kivitelezés:

Fingerprint Reklámügynökség,
www.fingerprint.hu

Megjelenik: 13 000 példányban.

A VITAE KLUBMAGAZIN belső terjesztésű, utcai árusításban nem kapható.



Marosi László kereskedelmi igazgató gratulál a résztvevőknek

ÁPRILISI AJÁNLATUNK

A tavasz már itt kopog az ajtónkon, és a barkákra szép lassan kifüggeszthetjük a húsvétot jelző festett tojásokat. Otthon és a szabadban is mindent beragyognak a csodálatos napsugarak.



Ilyenkor örvendoznünk kellene és egy-egy séta alkalmával jó nagyokat szippantani a friss tavaszi levegőből, de a kiskert segítségért kiált. Az ablakokon egyre jobban látszik a tél lenyomata, vár ránk a húsvét előtti nagytakarítás, és a tavaszi örömök helyett tavaszi fáradtság költözik belénk. Álljunk ellent neki, amennyire csak tudunk!

Szerencsére a harcban nem csak önmagunkra hagyatkozhatunk. Hívjuk segítségül a zöld élelmiszereket. Alaposan kitisztítanak minket, majd feltöltönek élet-erővel és jó kedvvel. A legerősebb tisztító hatást a csalán és a cékla kombinációja, azaz a BETAFIT garantálja.

Ha igazán megerőltető munka vár ránk, akkor a zöldárpa tartalmú BARLEY JUICE lesz a leghatékonyabb segítőtársunk. A SPIRULINA BARLEY nem hat annyira átütően, mint a BARLEY, ezért ezt a készítményt azoknak ajánljuk, akik átlagon

felüli energiát mondhatnak magukénak, és a BARLEY számukra túl dinamikus lenne. Az ENERGY zöld élelmiszereinek sorából nem hiányozhat a CHLORELLA sem. Egész évben megtaláljuk ezt az alagát az ebédlőasztalunkon, hiszen rendszeresen eszegetjük ezeket az „egészségbonbonokat”.

A tavasz gyakran igen szeles, ezért ebben az időszakban a fejfájás vagy a rekedtség nagy gondokat okozhat. Megoldást kínál a PROTEKTIN krém. Mielőtt elmennénk otthonról, kenjük belőle egy keveset a halántékunkra, ha pedig az egész fejünk fájni szokott, akkor a homlokunkra is. De tehetünk a krémből egy picikét a fül mögé, valamint a tarkóra is. Ha pedig még a hangszálak fölötti területet is megkengetjük vele, akkor a rekedtségtől sem kell tartanunk.

(Joa)

ÚJDONSÁG: PROBIOSAN INOVUM KAPSZULA

Megjelent a klubokban a kapszulás kiserelésű PROBIOSAN INOVUM. Az új termék ellenőrzött, hatékony baktériumtörzseket tartalmaz, hatóanyag-tartalma azonos a korábban megismert, ugyanilyen elnevezésű készítményével, amelyet cseppek formájában juttathatunk be a szervezetbe. Használata a kapszulás kiserelés miatt rendkívül egyszerű.

Részletesen olvashatnak a probiotikumokról magazinunk 8-9. oldalán.



HÚSVÉT: MIÉRT ESIK MINDIG MÁSİK NAPRA?

Mindenki tudja, hogy a húsvétot valamikor tavasszal ünnepeljük. De miért mindig más időpontban? A magyarázat felettébb egyszerű.

A húsvét úgynevezett mozgó ünnep, időpontja a napfázistól és a holdfázistól függ. Húsvét vasárnapja az első tavaszi telehold utáni első vasárnap. A tavasz első napja pontosan adott, ez március 21. A húsvét tehát a március 22. és április 25. közötti időszakra esik – a szerint, hogy mikor van telehold.

Míg az egyik évben havas időben ünnepeljük a márciusi húsvét vasárnapot, addig máskor áprilisi napsütésben, virágzó ágyások között kerül erre sor. Ezt a jeles napot egykoron bölcs asztronómusok és matematikusok által összeállított táblázatok szerint ünnepezték. Ma már számítógépes programok segítségével több évre előre kiszámíthatjuk, milyen dátumokra esnek a nagyböjt vasárnapjai és maga a húsvét vasárnap.

Mind a nyugati (főleg katolikus és protestáns), mind a keleti ortodox egyház számára ez a legfontosabb mozgó ünnep. Nem is csoda, hiszen ezen a napon ünnepeljük *Krisztus* feltámadását, ami a hívők számára az egyik legjelentősebb esemény.

(mm)



AZ ENERGY ÉS A NÉPGYÓGYÁSZAT (3.) A HÚSVÉTI TERÍTETT ASZTAL HAGYOMÁNYAI

A KERESZTÉNYSÉG EGYIK LEGJELENTŐSEBB EGYHÁZI ÜNNEPE A HÚSVÉT. A HÚSVÉT SZÓ EGYBEN A 40 NAPOS BŐJT VÉGÉT JELENTI, DE A TAVASZI TERMÉKENYSÉGI ÜNNEPEKKEL, A TAVASZI NAPÉJEGYENLŐSÉGGEL IS EGYBEESIK.

NÉMETH IMRÉNÉ ÉVA fitoterapeuta, természetgyógyász, klubvezető, ENERGY Belváros Klub

A közeledő tavaszi ünnepek a természet megújulását, a tavasz előcsalogatását, az élet folytatását jelképezik. A néphagyományban az ünnep előtti időszakban végezték el az emberek falun a legfontosabb közösségi munkákat: árkokat, kútakat és a paraszti portákat tisztították meg a tél okozta szennyeződéstől. Szépítették, takarították otthoni környezetüket, méltóképpen várva az ünnep eljövetelét.

E nap évszázadokig egyidejűleg fért meg a tavasz kezdetére utaló népi szokásokkal, hiedelmekkel, a magyarság ősi hitvilágában élő pogány tavaszváró, csalogató szokásokkal – és mára teljes egységet képeznek egymással.

A húsvéti locsolás és vendéglátás fennmaradt népszokása az ünnep részévé vált, és napjainkban is tartja magát. Gyakori a vendégek túlkínálása ételkkel, süteményekkel, valamint az „udvariassági” étetés, evés – és sajnos az alkoholos italok erőltetett fogyasztásra buzdítása is. Segítünk a szervezetünknek, készítsünk könnyebb, egészségesebb fogásokat, és ha mégis túletünk magunkat, vegyük igénybe a megfelelő gyógynövények segítségét!

KÍNÁLJUNK EGÉSZSÉGES ÉTELEKET, ITALOKAT!

A húsvéti ünnepeket is fogadhatjuk finom, az emésztőrendszerünknek tetsző és gasztronómiai élvezetet kínáló menüsorral. Olyan ételt készítsünk, amelyek a néphagyományoknak is megfelelnek, mégsem terhelnek sem bennünket, sem a vendégeinket.

A konzervatív ünnepi ételek sorába beillik a tavaszi gyógyfűvek alkalmazása, hiszen vágunk a tavaszra, az új ízekre. A friss, zöld gyógyfűvek használatával változatossá, egészségessé, és élővé tehetjük ételünket, amelyek aztán vitamint és életenergiát adnak nekünk, ha ügyesen bánnunk velük. A hagyományos ételsorokat kedvelő vendégek is befogadóbbá válnak, ha ízletes, „zöld ízű”, aromás ételt kapnak a hagyományos fogások mellett.

METÉLŐHAGYMÁS, ÚJHAGYMÁS, MEDVEHAGYMÁS SONKATEKERCS

A húsvéti asztalra jól illik. Azonos mennyiségű (15-15 dkg) juhtúrót, tehéntúrót keverjük össze egy főtt tojás sárgájával, egy gyermeknél reszelt tormával, apróra vágott metélőhagymával,

újhagymával, apróra vágott medvehagymával, darált konyhaköménnyel, ízlés szerint kevéske fehér borssal. (A sót teljesen elhagyhatjuk, mert a juhtúró és a sonka is tartalmaz elegendő sót.)

Az így elkészített keveréket töltjük be a vékonyan felszeletelt főtt sonkába, és tekercesljük fel. A sonkatekercsket tárolhatjuk a gyermekláncfű (*Taraxacum off.*) lándzsa alakú, fűrészfogú leveleire helyezve. A tekercszek közé díszítésként vékonyra vágott hónapos retket, kígyóuborka karikát és főtt tojás karikákat is tehetünk. Pirított, teljes kiőrlésű kenyérral tálalhatjuk.

A TORMA DICSÉRETE

A hagyományos húsvéti füstölt sonka és főtt tojás fogyasztása mellé az elmaradhatatlan tormát válasszuk ízesítésre, hiszen értékes fűszer- és gyógynövényünk. A gyomor panaszait enyhíti, ellensúlyozza a nehéz étel hatását: könnyíti az emésztést, oldja a szélgörcsöket, finom illóolajai, illata a légzésünket is megsegíti. Antibakteriális hatása a húgyúti megbetegedések, fertőzések esetén is érvényesül.

A népgyógyászat sokrétűen alkalmazta fej- és foga-fájásra, rovarcsípésre, húgyúti

fertőzéseknel, de a légutak betegségeire, az orrüregék és a légutak tisztítására, reumatikus fájdalmak enyhítésére is használhatjuk. Mustárolaja a nyálkahártyák vérellátását fokozza, baktérium- és vírusellenes, fertőtlenítő hatású. Levele is értékes, tájanként változatosan élnek vele.

CSALÁNLEVES MEDVEHAGYMÁVAL

Az ünnepi csalánlevest a húsvéti sonka főzőlevének felhasználásával készíthetjük, medvehagyma hozzáadásával.

Hozzávalók 4 személyre: 0,25-0,30 kg csalánlevél, 1-2 gerezd fokhagyma, két teljes medvehagyma levél, 1 dl tejszín, egy evőkanál tönkölybúza liszt, egy tojás sárgája, 2-3 l a füstölt sonka főzőlevéből. Elkészítése: 0,25 kg friss csalánlevet szedhetünk a szabadban. (Ügyeljünk, hogy lehetőleg tiszta helyről származzon, a korai friss hajtások nem csípnek, de használjunk kesztyűt, ha érzékenyek vagyunk.) A leveleket alaposan megtisztítjuk. A zsenge száruk erősen rostosak, ezért csak a leveleket használjuk fel.

A sonka főzőlevét kóstoljuk meg. Ha elég ízletes, a csalánra öntjük, ha nem, akkor kicsit ízesíthetjük, majd beletesszük a fokhagymát és a medvehagyma leveleket, és megfőzzük.

Egy dl tejszínt keverjük össze egy evőkanál tönkölybúza lisztjével és egy tojás sárgájával. A keverékkel besűrítjük a levest, turmixgéppel pépesíthetjük. A leves szép zöld színű, krémszerű lesz.

Tálaláskor a tányér aljára sonkakockákat és főtt tojáskarikákat teszünk, majd rámerjük a forró, ízletes csalánlevest.

ALKOHOLMENTES ITALOK

Különösen gyermekeknek ajánlom őket, de a felnőttek is bátran élhetnek velük, annyira finomak.

Almalé (3-4 almából turmixoljuk): egy kávéskanál reszelt tormával, egy evőkanál hársmézzel. Az almaléval azonos mennyiségű forrásvízzel összekeverve egészséges italt kapunk.

Almalé (3-4 almából): 2-3 sárgarépa levél, nyírfavízzel, forrásvízzel hígítva. Egy evőkanál akácmézzel, kicsi citromlével ízesíthetjük.

Nyírfavíz (nyírfavirics): 2 dl almaléval (3-4 almából készült), forrásvízzel hígítva. Egy-két karika citrommal, kevés akácmézzel ízesíthetjük.

„Vízbevető hetfű nekünk is úgy tetszik,

Látjuk az utcákon, egymást hogy öntözik.

Öntünk gazdát, asszonyt kedves leányával,

Várunk piros tojást, de azt is párjával.”

Kézdimárkosfalva (Háromszék)

A citromfűből (Melissa off.) készített italt különösen reggel vagy a délelőtti órákban javasolom elfogyasztani. Elkészítése: 1 l vizet forraljunk fel, majd ízesítsük mézzel és kevés citrommal. Ezt a limonádét még melegen öntsük rá egy szál citromfűre és 2-3 szál frissen szedett fodormentára (vagy borsmentára). Fedjük le, és legalább 10 percig hagyjuk kioldódni a friss gyógynövények hatóanyagait, illóolajait. Kiváló italt kapunk, amely frissít, áthangolja az idegeket, serkenti az emésztést, oldja a belek és a gyomor görcseit, és nem utolsósorban finom. Gyermekeknek is adható akár melegen, akár lehűtve.

Csipkeital: 20 dkg szárított, kimagozott csipkebogyót mozsárban törjünk össze. Egy liter korábban felforralt, langyosra lehűtött vízben áztassuk egy éjszakán át. Reggel leszűrjük, házi mézzel édesítjük, néhány citromkarikával feldíszítjük, és máris fogyaszthatjuk a szép piros, vitamindús és egészséges italt.

AZ ENERGY MINDIG KÉZNÉL VAN

Előfordulhat persze, hogy igyekezetünk ellenére megtörténik a baj, mégis „bűnőztünk”, túlterheltük az emésztőrendszerünket.

Az ENERGY termékei ezekben az esetekben hatékonyan segíthetnek. A pohár vízben oldott 3-4 csepp REGALEN – különleges gyógynövényi összetevővel – gyorsan oldja a megterhelt emésztőrendszer panaszait, megszüntetve a máj és az epe-

hólyag működési zavarát.

Gyomorfájdalom esetén a GYNEX egy-két cseppjét közvetlenül a nyelvre cseppentjük.

A PROTEKTIN krém a gyomor, a hasnyálmirigy, az epehólyag és a máj feletti bőrfelületre, akár naponta többször bemasszírozva, csökkenti a puffadást, az esetleges diszkomfort érzést. A „túlhevésből” eredő fejfájás esetén a fej azon részeire, amelyeken intenzív a fájdalom, továbbá a meridián pályákra és/vagy az érintett szervek reflexzónáinak területére vigyük fel a krémet, a teljes regenerációs folyamat elérése céljából.

Amikor a túlterhelés a bélrendszert is érinti, akkor a CYTOSAN kapszula egy pohár vízben oldott tartalma hatásos. A sikerhez a szokott mennyiségű folyadék-nál több víz bevitele szükséges.

A megterhelt emésztőrendszer működését helyreállítani nehezebb és kellemetlenebb, hosszabb időt igénylő folyamat, mint ha mértékkel bánunk a „jó” falatokkal, italokkal. Ezért aztán mértékletességre, valamint arra kérek mindenkit, hogy válasszon egészséges, energiát adó ételket, a gyógynövények tudatos felhasználásával.

(Folytatjuk)



TAKÁCS MARA BLOGJÁBÓL AZ ANNONA A DRAGS NŐI PÁRJA

„AZ ÉJJEL ALIG ALUDTAM VALAMIT, ANNYIRA FÁJT A GYOMROM. MINTHA NEM TUDNÉK EMÉSZTENI ÉS BŐFÖGNI. SZERINTE EZ MI LEHET?” EZEKET A SOROKAT KÜLDTE NEKEM A KEDVES LEVÉLÍRÓ. NINCS EBBEN SEMMI KÜLÖNLEGES, INKÁBB AZÉRT TESZEM KÖZZÉ EZT AZ ESETET, HOGY BESZÉLHESSEK AZ ENERGY EGYIK ÚJ TERMÉKÉRŐL, HOGY A RÖVID ISMERETSÉGÜNK ALATT SZERZETT TAPASZTALATOKAT MÁRIS KÖZREADJAM.



TAKÁCS MARA klubvezető, Energy Klub, Zalaegerszeg, www.maraboszi.hu



Erre a kis levélkére a következő választ adtam: az epehólyag és a máj területén érzékelek gyulladást és egy csomó vírust. Sok bosszúság ért mostanában, és nem tudod megemészteni a dolgokat. Az ANNONA FORTE lenne a leghatásosabb, ebből akár óránként 3 cseppet is szedhetsz, egy nap maximum 4x3 cseppet lehet bevenni. Szerintem 2 nap alatt meg is szűnik a probléma.

Ha azonban csak DRAGS IMUN van otthon, akkor 3x30 cseppet szedj 3 napig. Ennyivel erősebb az ANNONA. A termék-leírásból kiderül, hogy a kórokozókra a DRAGS IMUN-hoz hasonlóan erősen ható termékről van szó. Miért kell akkor kettő, s ha az egyik erősebb, akkor miért nem elég csak az erősebb? Nos, nem erről van szó. Úgy érzékelem, hogy a DRAGS IMUN-nak megjelent a női párja. Vagyis becsajozott. 😊 Ahogy a KING KONG-nak a STIMARAL a párja, a REVITAE-nek a VITAFLOLIN, a CYTOSAN-nak a CYTOSAN INOVUM.

AZ ENERGETIKA FONTOSSÁGA

Ha csak a nevüket nézzük, akkor is érezhető, hogy a DRAGS IMUN a kemény pasi, az ANNONA pedig egy amazon. Mindkettő erős, és mindkettő jó, mégis az egyik embernél az egyik, a másiknál a másik termék jobb hatású. Ez nem is be-

tegségfüggő kérdés, inkább az adott ember energetikai beállítottságán múlik. Jelen esetben az ANNONA segített többet.

Nézzük, mikor ajánlottam még:

„Kisfiamnak nem a fizikai bajával kapcsolatban kereslek, hanem a dühkitörései miatt. Eddig kineziológusnál voltam ez ügyben, ami sokat javított a helyzeten, de kérdezném, hogy az ENERGY-vel lehetne-e még rásegíteni a folyamatra?”

A nyirokrendszer, a mirigyrendszer és az idegrendszer területén érzékeltem gyulladást, és alapvetően vírusfertőzést, de sajnos férget is találtam. Itt is az ANNONA FORTE cseppeket ajánlottam. Javaslatom az volt, hogy a gyerek 45 napig 2x3 cseppet szedjen, a nyelvre cseppentve. Közvetlenül utána bármit ihat.

„Sokáig halogattam, hogy megkérdezek ilyen dolog miatt, de hátha tudsz segíteni. Kisfiam már 8 és fél éves, mindene fáj, főleg a lábai. Olyan szinten fél mindentől, hogy már nagyon el vagyok szomrodva. Nem csak este, ha sötét van, hanem napközben is. Nem mer egyedül kimenni vécére, a szobájában egyedül nem játszik, mert fél... Folyton azt mondja, hogy ez nála betegség. Olyan édes ilyenkor, hiszen ez nem betegség. Remélem.”

A végére már az anyuka is egy kicsit elbizonytalanodott, s a válaszzal ebben meg is erősítettem: fiadnál sajnos nem mondhatom azt, hogy ez nem betegség,

hiszen a vese és a mellékvese területén érzékelek vírusokat és férgeket. Viszont meg lehet szüntetni a problémát, hiszen ezek kiirthatók. Javaslatom szerint az ANNONA FORTE-ből szedjen legalább 28 napig napi 2x2 cseppet, nyelvre cseppentve, vagy kiskanálba teszed, és kinyalogatja. Utána rögtön ihat is valamit, ha szükséges.

GOMBÁNÁL IS HATÁSOS

„Tanácsot kérnék Tőled, a Magnetspace elemző készülék kimutatta, hogy parazita van bennem, mégpedig »vérmétely«. Igaz, csak enyhe eltérést talált, én azért szeretném, ha megnéznél engem, mert bízom Benned, hisz eddig is több alkalommal segítettél. Milyen termékeket ajánlanál?”

Elég pontos ez a készülék, valóban van fertőzés. De nem csak ott. Első helyen a lépét mutatja a teszt, aztán a vért, és a máj és az epehólyag sem úszhatta meg ezt a kalandot. Kizárólag gombákat találtam, de nagyon sokat: 99-et. Sürgősen kezd el irtani őket, mert ebből baj lesz.

Egy liter forrásban lévő vízbe tegyél 1 kávéskanál SMILAX és 1 kávéskanál TRIBULUS teát. Főzd 3 percig, majd szűrd le. 48 napig idd ezt a teát. Mellette kezd el az ANNONA FORTE-t. Ez lesz a megmentőd. Neked kicsit erősebb, mint a DRAGS IMUN. 90 napig 3x3 cseppet szedj, a nyelvre cseppentve.

A RENOLLAL ÚJRA EMBERNEK ÉRZEM MAGAM

Szeretném megosztani Önökkel annak az óriási előrelépésnek a részleteit, ami a prágai ENERGY Klubban Soňa Štrupová asszonnyal folytatott beszélgetésem óta bekövetkezett. Soňa már az ajtóban tökéletesen látta rajtam, hogy a veseműködéssel vannak problémáim.

Arra is helyesen mutatott rá, hogy az elégtelen veseműködésem következtében alakultak ki az ízületi és a torokpanaszaim. Akkoriban igen boldogtalan voltam az állandóan kiújuló torokfájásom miatt, amellyel semmit nem tudtak kezdeni a fül-orr-gégészeten.

Soňa elmagyarázta nekem, hogy valószínűleg mi okozza a torokfájásomat. A SUPERTRONIC-kal végzett mérés eredményei ugyancsak veseproblémára utaltak. Soňa a RENOL cseppek szedését javasolta. Már egy hét használat után apró változásokra lettem figyelmes. Addig abszolút energiahányban és életerőhiányban szenvedtem. A RENOL-lal már akadtak olyan pillanataim, amikor végre embernek érezhettem magam. És ezek az időszakok egyre sűrűbben jelentkeztek. Mindinkább a hatalmába kerített az érzés, hogy minden úgy történik, ahogy történnie kell.

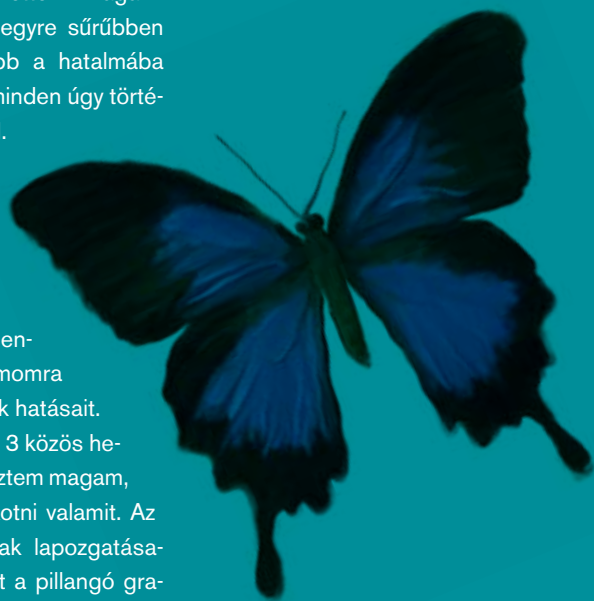
Ide kívánczik egy kis kitérő. A szár-csagyökér (SMILAX OFFICINALIS) teához külön bögrét vásároltam, hogy még intenzívebbé tegyem a számomra fényt hozó készítmények hatásait.

A RENOL-lal eltöltött 3 közös hetünk után végre úgy éreztem magam, hogy kedvem lenne alkotni valamit. Az ENERGY katalógusának lapozgatásakor nagyon megtetszett a pillangó gra-

fikája. Azonnal ecsetet ragadtam, és a végeredményre igazán büszke lehetek.

Rendkívül sokat jelentett számomra, ami végbement bennem. Az ENERGY készítményei olyannyira feltöltöttek energiával, hogy még a kedvenc alkotó tevékenységemre is maradt erőm, pedig korábban gondolni se tudtam rá. Még egyszer köszönöm Soňa Štrupová asszonynak empatikus hozzáállását, a Pentagram® készítményeknek, valamint a hagyományos kínai orvoslás tanainak tökéletes ismeretét.

Dita Hiřmanová



ZSEBTESTŐRÖK

Ha Önök is ahhoz az embertípus-hoz tartoznak, amelyik egy apróságból azonnal óriási problémát hoz létre, akkor valószínűleg Önöknek is hatalmas szolgálatot tehet két csodálatos ENERGY készítmény: a SPIRON és a GREPOFIT SPRAY.

Ez az erős páros már régóta boldogan „együtt él” a sminktáskámban, amelyet soha nem felejték el áttenni abba a retikülömbé, amelyhez aznap éppen kedvem van, vagy illik a ruhámhoz. Hogy miért? Imádom az azonnali megoldást nyújtó dolgokat, hiszen soha nem tudhatom, mikor jön velem szembe egy afta vagy egy herpesz.

A férjemnek, mióta nem tart a csapattársai gúnyolódásától, sikerült az egyik sportoló lehorzolt térdét is rendbe hoznia a SPIRON-nal.

Ennek a spray-nek kitüntetett helye van a fürdőszobánkban is. Esténként ráhangol bennünket a nyugodt alvásra, reggel pedig garantálja a kellemes ébredést. A gyógynövények jellegzetes illata a SPIRON-nak köszönhetően szó szerint beleivódott a párnánkba, és segít hamarabb elaludni, illetve hamarabb átlendülni az adott nap gondjain.

Az illóolajok belélegzésével abban a biztos tudatban élünk, hogy „belső tanácsadóinknak” mindent megadunk a nyugalom és a béke szavatolásához. A reggeli „folyékony desszert”, vagyis a GREPOFIT SPRAY kiegyenlíti a száj és a torok területén jelentkező esetleges érzelmi kilengéseket. Ráadásul olyan természetes anyagokat biztosít barátja, az immunrendszer számára, hogy az napközben képes lesz elbánni a mindenhol jelen levő baktériumokkal, vírusokkal és gombákkal.

Milena Buriánková



PRO BIO, VAGYIS: AZ ÉLETÉRT

A PROBIOTIKUMOKRÓL MÁR SZÁMTALAN CIKK MEGJELENT A *VITAE* HASÁBJAIN, DR. JIŘÍ HANZEL KOLLÉGA ÍRÁSAI VALÓBAN RENDKÍVŰL LÉNYEGRE TÖRŐEK, ÉS KIVÁLÓ TÁJÉKOZTATÁST ADNAK. EZZEL EGYÜTT SZÜKSÉGÉT ÉRZEM, HOGY NÉHÁNY MONDATTAL KIEGÉSZÍTSEM A TÉMÁT.

DR. BOHDAN HALTMAR

Több okom is van erre. Tavaly decemberben részt vettem az „anti-aging orvoslás” bécsi nőgyógyászati kongresszusán, amelyen egy egész előadás-sorozat foglalkozott a probiotikumok és prebiotikumok kérdésével, valamint azzal, hogy a bélmikroflóra milyen hatással van az ember egészségére, illetve az emberi élet hosszára. A témákat ezúttal is a modern orvostudomány és a holisztikus szemlélet rendkívül magas tudományos színvonalán dolgozták ki az előadók.

A cikk megírásához vezető következő indokom, hogy beköszöntött a test, valamint a lélek megtisztításának és méregtelenítésének tavaszi időszaka, továbbá, hogy egyre több beteg tévesen ítéli meg a mikroorganizmusok jelenlétét a szervezetben.

Nézzünk most néhány érdekes információt:

Az emberi testben található 10 élő organizmus közül csak 1 sejt az emberé, a maradék 9 mikroba. Ebből is egyértelműen kiderül, hogy a legtöbb mikroba segíti szervezetünk működését, nem pedig árt neki.

Az emberi genom 25 ezer gént tartalmaz, míg a telepes mikroorganizmusok

genomja 3,5 milliót. Ennek következménye a hatalmas variabilitás és a mikrobák rendkívül gyors alkalmazkodóképessége (mutációja – például az antibiotikumokkal szembeni rezisztencia).

A bél-mikrobiom az ember korával változik, és az sem mindegy, hogy az adott szervezet éppen egészséges-e vagy beteg (100 éves embereken végzett klinikai tanulmány bizonyítja a bélmikroflóra típusának fontosságát):

- ▶ A bél-mikroflóra összetétele függ a szülés közbeni legelső betelepüléstől (a császármetszés emiatt is hátrányt jelent), a genetikai tényezőktől, a táplálkozástól, a gyógyszerszedési szokásoktól, a stressztől, valamint a pre- és probiotikumok alkalmazásától.
- ▶ A serdülőkorban nem szerint differenciálódik (a tesztoszteronszint hatására), és több hormon, valamint jelzőmolekula termelését is befolyásolja.
- ▶ Szabályozza a Th1 és Th2 limfociták (immunokompetens fehérvérsejtek) egyensúlyát, ennek révén segít megelőzni az autoimmun betegségek kialakulását, az allergiát és a gyulladásokat.
- ▶ Csökkenti az inzulinrezisztenciát (segít megelőzni a 2. típusú cukor-

betegséget, illetve jótékonyan hat rá), gátolja a kóros elhízást.

- ▶ Nem csupán az emésztőrendszeri megbetegedésekhez, de az ízületi bántalmakhoz, az autoimmun állapotokhoz, a demenciához, az autizmushoz, az Alzheimer-kórhoz, a depresszióhoz is köze van, sőt az érzelmi állapotot is befolyásolja.
- ▶ Jelentősége a kor előrehaladtával egyre nő, hiszen az öregedés folyamata alatt csökken az immunrendszer kapacitása és működőképessége (immunosenescence), és gyakoribbá válnak a gyulladások, amelyek krónikus degeneratív betegségekhez, anyagcsere-rendellenességekhez, valamint rosszindulatú folyamatokhoz (malignitáshoz) vezetnek.
- ▶ Megfelelő működőképességének feltétele a mikrobiális telepek sokfélesége, a fontos baktériumcsoportok aránya (túlsúlyban az anaerob – vagyis az oxigén jelenlététől nem függő – baktériumok vannak, azaz olyan csoportok, mint a *Firmicuta*, ahová a laktobacilusok és clostridiumok, aktinobaktériumok, valamint az ismert bifidobaktériumok is tartoznak). Ugyancsak itt kell megemlítenünk például a *Bacteroides* csoportot is. (Az olyan típusú

aerob baktériumok aránya, mint az *Escherichia coli*, ezzel szemben csak 1%-os kell hogy legyen.) Ide sorolandó a baktériumok által lebontott prebiotikumok jelenléte is, ez biztosítja a baktériumok táplálékát és a szaporodáshoz, illetve a növekedéshez szükséges környezetet.

▶ Az édesanya mikrobiomja befolyásolja az embrió és a magzat méhen belüli fejlődését, már a terhesség korai szakaszától kezdve, illetve később hat az újszülött és a csecsemő állapotára a *belek–nyirok–vér–emlő–tej* útvonalon keresztül.

▶ Bél-mikrobiom témában 2014-ben a kutatók mintegy 4000 tudományos munkát publikáltak.

Ezeket az – idővel egyre bővülő – ismereteket a nőgyógyászatban, a szülészeti praxisban és a gyermekgyógyászatban egyaránt alkalmazhatjuk.

Az utóbbi évtizedekben egyre gyakoribb a hüvelyi ökoszisztéma károsodása, amelynek oka egyrészt az antibiotikumok gyakori, ám sokszor felesleges szedése, másrészt a helytelen táplálkozás, valamint a növekvő stressz, bioritmus-zavarok (például a több műszakban dolgozó esetében) és további civilizációs tényezők. A betegek gyakran csodálkoznak, hogy az antimikrobiális gyógyszerekkel végzett, ismételt, célzott gyógykezelés (ezt a mikrobiális kultiváció határozza meg) sem vezet gyógyuláshoz, sőt nő a támadások, megbetegedések gyakorisága és a beteg-

ségek klinikai lefolyása egyre súlyosabbá válik. Ugyanígy növekszik a hagyományos kezelésekre rosszul reagáló húgyúti gyulladások száma.

Miért alakul ez így? Mert a közös nevező a bél-mikrobiom károsodásában keresendő. Az említett krónikus állapotok gyógyulása pre- és probiotikumok pótlása nélkül elképzelhetetlen.

Korunk következő nagy problémája a tervezett császármetszések egyre növekvő száma (napjainkban a szülések 30%-a), és a kialakuló tendencia szerint eme műtétek száma a jövőben sajnos csak növekedni fog. Ezzel jelentős mértékben csökken a bélmikrobák átadása az újszülötteknek, aminek következtében csökken a gyermekek immunitása, és mindez ekcéma, allergia és gyakori fertőzések képében mutatkozik meg. Ezért is nagyon fontos, hogy a szoptató kismama pre- és probiotikumokat szedjen.

Az ENERGY készítményei közül eddig két termék állt a páciensek rendelkezésére, amelyek összetételüket tekintve megfelelnek a tudományos elvárásoknak: a PROBIOSAN és a PROBIOSAN INOVUM cseppek. A cég a napokban kibővítette a probiotikumok kínálatát: a PROBIOSAN INOVUM immár kapszulás formában is elérhető. A hatóanyag-tartalom nem változott. Választhatunk tehát, hogy melyik formát részesítjük előnyben.

Kívánom, hogy a probiotikumok mindnyájunknak tegyenek jó szolgálatot, és erősítsék meg az egészségünket!



ITT A KAPSZULÁS PROBIOSAN INOVUM

Az új termék ellenőrzött, hatékony baktériumtörzseket tartalmaz, így vannak benne laktobacilusok, bifidobaktériumok, *E. coli Nissle*, valamint *Saccharomyces boulardii*. Hatóanyag-tartalma azonos a korábban megismert, ugyanilyen elnevezésű készítményével, amelyet cseppek formájában juttathatunk be a szervezetbe. Használata a kapszulás kiszorítás miatt rendkívül egyszerű.

A SZEDÉS LEGGYAKORIBB JAVALLATAI:

- A tápcsatorna megbetegedései.
- Az egyes szakaszok működési zavarai, akut gyomor-, bél- és hasnyálmirigy-gyulladás, májcirrózis.
- Fertőzések, nyálkahártya-fertőzések.
- Bél-diszbiózis megelőzése antibiotikum-kúra után.
- Nőgyógyászat és szüléset.
- Ismétlődő nőgyógyászati gyulladások, folyások, koraszülés veszélye.
- Gyermekgyógyászat és serdülőkorúak gyógyítása.
- Koraszülés, császármetszés, antibiotikum-kúra utáni hasmenés.

(Forrás: Gyakorlati orvostudomány, 2010/7, Dr. Svatopluk Solař, 1. sz. Belgyógyászati Klinika, Károly Egyetem Orvostudományi Kara és Központi Katonai Kórház, Prága)

...csökken a gyermekek immunitása, és mindez ekcéma, allergia és gyakori fertőzések képében mutatkozik meg...
Nagyon fontos, hogy a szoptató kismama pre- és probiotikumokat szedjen.

AZ EGÉSZSÉG VÖRÖS GYÖKERE

A VÖRÖS RÉPA NÉVEN IS ISMERT SALÁTANÖVÉNY, A CÉKLA (*BETA VULGARIS SUBSP. VULGARIS*) A FÖLDKÖZI-TENGER VIDÉKÉRŐL SZÁRMAZIK. GYÓGYÍTÓ HATÁSAIT MÁR TÖBB MINT 3 EZER ÉVVEL EZEŐTT AZ ÓKORI RÓMAIAK IS ISMERTÉK.

DR. JÚLIUS ŠÍPOŠ KARDIOLÓGUS

A gyógyhatású növény folyamatosan elterjedt egész Európában, Ázsiában és Észak-Amerikában. Egészséges saláták és köretek, napjainkban pedig egyre gyakrabban önálló főételek alapanyagául szolgál. Különböző diéták, főleg fogyókúrák és tisztítókúrák közkedvelt növénye. A céklakivonat gyógyító hatásait számtalan egészségügyi probléma kezelésében alkalmazzák.

SZÍV, VÉR, EMÉSZTÉS, IMMUNITÁS

A cékla az egészségre rendkívül jótékony hatású *betain*t tartalmaz, amely betegségmegelőző, egyben gyógyító hatást gyakorol a szívre és az érrendszerre. Tágítja az ereket, oldja a görcsöket, ezzel hozzájárul a koszorúerek és az agyi artériák meszesedésének megelőzéséhez. Javítja az olyan fontos szervek vérrellátását is, mint a szív, az agy, a vese – ezeknél ez a hatás igen csak szükséges. Ezzel egy időben erősíti a hajszálerek falát is, javítja a rugalmasságukat, és mérsékli a magas vérnyomást.

És ha mindez még nem volna elegendő: a cékla megtisztítja és regenerálja az emésztőrendszer szerveit, támogatja a gyomrot, a májat, az epehólyag működését, támogatja az epe kiválasztását. Elősegíti a vékonybél és elsősorban a vastagbél méregtelenítését, valamint a mérgeanyagok eltávolítását a testből, megakadályozza a székrekedést. Vizelethajtó hatású, tehát

segít a vesének a felesleges sók és anyagcsere-melléktermékek kiválasztásában, támogatja a vérképzést.

A cékla, illetve a céklalé erősíti az immunrendszert, jelentős a szerepe az influenza elleni védekezésben is. Jótékony

hatása van továbbá reumás megbetegedésekben, például köszvényben, mivel segít a testben felhalmozódott húgysav „kiúsztatásában”. Kiválóan alkalmazható fogyókúrához is.

FIATALÍTÓ HATÁS

A cékla további egészséges összetevőket is tartalmaz. Olyan fontos ásványi anyagokról van szó, mint a kálium, a kalcium, a magnézium, a foszfor, a szilícium, a vas, a réz, a cink. Megtalálhatók még benne a B-vitamin-család tagjai, továbbá C-vitamin, folsav és oldható pektin rost. Ez utóbbi segít a koleszterinszint csökkentésében és jótékonyan befolyásolja az inzulintermelést. A pektin magához köti a nehézfémeket, valamint a radioaktív anyagokat, így azok könnyebben és gyorsabban ürülnek ki a szervezetből.

A folsav hatékony antioxidánsként elengedhetetlenül szükséges a sejtek növekedéséhez és osztódásához, továbbá a szív és az érrendszer megfelelő működéséhez és a szövetek megújulásához. A szépség ásványi anyagának tartott szilícium jótékonyan hat a bőrre, a hajra és a körmökre, erősíti és megszépíti őket. Vagyis elmondhatjuk, hogy a szilícium és a folsav valósággal megfiatalítja a szervezetet.

A cékla magas ásványi anyag tartalmának köszönhetően a lúgosító zöldségek csoportjába tartozik. Ezért segít a szervezetnek abban is, hogy megküzdjön az elsavasodással, illetve támogatja sav-bázis egyensúly fenntartását.



A Betafit cékla és nagy csalán kivonatának kombinációját tartalmazza.

- ▶ Antioxidáns hatású, tisztítja a vért, támogatja a sejtleggést, továbbá a megfelelő vérképzést – ezért kiválóan alkalmazható vérképzési problémák kiegészítő kezelésében.
- ▶ Segít eltávolítani a káros anyagokat a szervezetből. Vese-, húgyúti, máj- és epebetegségek, továbbá reuma, tisztítókúrák és fogyókúrák esetén kivételesen hatékony.
- ▶ Erősíti az immunrendszert, biztosítja a szervezet számára fontos anyagokat, segítséget nyújt fáradtság, energiahány esetén.
- ▶ Jótékonyan hat a bőr, a körmök és a haj minőségére, kiválóan alkalmazható kiütések és ekoéma kezelésére.



ZÖLD ÉLELMISZEREK ÖSSZHANGBAN A TERMÉSZETES RITMUSUNKKAL

A TAVASZ A FEJLŐDÉS ÉS NÖVEKEDÉS IDŐSZAKA. ISMÉT ÉRVÉNYESÜL A FÖLD HATALMAS ÉLETEREJE, AMELY MINDENT ÉLETRE KELT MAGA KÖRÜL. ERRE A „ROBBANÁSRA” PEDIG NEM ÁRT KELLŐKÉPPEN FELKÉSZÜLNI. A NEHÉZ ÉS MEGERŐLTETŐ TÉL UTÁN ELSŐSORBAN AZ EMÉSZTŐRENDSZERÜNK IGÉNYLI A TÁMOGATÁST ÉS A FELFRISSÜLÉST.

DR. ALEXANDRA VOSÁTKOVÁ

Az ember télen automatikusan a táplálóból, nehezebb ételeket keresi, hiszen ezek több energiát biztosítanak. Ez a szokás még valószínűleg azokból az időkből ered, amikor a telet a szabad ég alatt, a természetben kellett átvészelnie az embernek. Egyrészt akkoriban a növényi táplálékok télen nem álltak rendelkezésre, másrészt a hús és a zsiradékok biztosították az életmentő belső hő megtermeléséhez szükséges energiát. Csak hogy ez a nehéz táplálék nagymértékben gyengíti az emésztést, így azt a tavasz beköszönésekor regenerálni kell. Nem meglepő tehát, hogy az évszakváltást szinte a világon mindenütt valamilyen böjttel köszöntik.

Testünk ilyenkor már alig várja a friss vitaminokat, enzimeket, rostokat – egy szó, mint száz: az első zöldegeket. Mind ez a tavaszi konyha hagyományában is kiválóan visszatükröződik. Gondoljunk csak bele, mennyi fiatal gyógy- és fűszernövény kerül ilyenkor az ételünkbe: legyen szó akár csalánról, gabonafélékről, akár a repkény, a metélőhagyma, a medvehagyma vagy a gyermekláncfű friss leveleiről. A méregtelenítés, illetve az emésztési folyamatok serkentése rendkívül fontos az egészségünk megőrzéséhez.

JÁRVÁNYOS TAVASZI FÁRADTSÁG

A fáradtság napjaink jelensége, valóságos járvány. Olyannyira ellepnek minket az

információk, a feladatok, a kötelességek, és oly nagy a nyomás rajtunk, hogy kész csoda, ha még egyáltalán működőképesek vagyunk...

A bölcs ember télen takarékoskodik az erejével, korlátozza a fizikai aktivitását, igyekszik nem megizzadni a munkában, amikor sötét van, alszik, nappal pedig gyakran álmodozik. Ily módon tavaszig képes megőrizni az erejét. Csak hogy a civilizáció ezt az életmódot nem teszi lehetővé számunkra, így aztán télen is vidáman izzadunk, világítótestekkel világítunk, meghosszabbítva a nappalainkat, amennyire csak lehet. És persze úgy gondoljuk, hogy mindezt megússzuk...

Hát nem ússzuk meg, hanem jön a tavaszi fáradtság. Ennek tünetei: alváshiány, nyugtalanság, idegeskedés, alacsony teljesítőképesség vagy a teljesítőképesség hiánya. A regeneráció rendkívül hosszú. Ilyen esetekben igen jó szolgálatot tehet bármi, ami az említett tüneteket megszünteti.

TÉRJÜNK VISSZA A FÖLDHÖZ

Tapasztalataim szerint nincs jobb segítség a megfelelő táplálkozásnál, a jó levegőn tartózkodásnál, valamint a természetben, a szabadban végzett munkánál. Ezen főleg a kerti munkákat értem, vagy legalább az erkélyen levő virágosládák rendbe tételét. Mindenki megtalálhatja a neki leginkább megfelelő elfoglaltságot.

Persze nemcsak a testünk, hanem a lelkünk működését is támogatnunk kell. És ugyan mi lehet szebb a tavaszi napsugár-

nál, a rügyező fáknál vagy az éppen megszületett kicsinyeknél?

Mindig több lehetőség adódik testünk motorjának beindítására. Tőlünk függ, melyik módszert választjuk. Számomra elsődleges az, hogy az alkalmazott eljárás legyen összhangban a természettel. Ezért rendszerint a BARLEY JUICE fogyasztását javaslom. A zöldárpa serkenti az anyagcserét, emellett támogatja a máj és az epehólyag működését.

Annak, aki szeretné meghatározni a zöldárpa hatásait, javaslom, hogy szedjen SPIRULINA BARLEY-t, tehát az árpa és az édesvízi alga ideális kombinációját.

A „téli bűnözés” következményeitől leginkább a CHLORELLA képes megtisztítani a bélrendszerünket.

A tableta formájában elérhető, cékla és csalán kombinációját tartalmazó BETAFIT ugyancsak kiváló. Mindkét összetevője segíti az emésztést, és támogatja a vesében zajló anyagcsere-folyamatokat.

Kizárólag olyan készítményeket ajánlok, amelyeket magam is sokszor kipróbáltam, és amelyekben hiszek. Az ENERGY készítményeinél elsősorban azt értékelem, hogy mindegyik összhangban van testünk természetes ciklusaival, képes visszaállítani a belső harmóniánkat. Persze az sem utolsó szempont, hogy az ENERGY mindegyik terméke hatékony és biztonságos.

Különben magam is – mint mindenki – már alig várom a tavaszt, és semmi kedvem ahhoz, hogy elrontsam holmi fáradtsággal...



KLUBPROGRAMOK

BUDAPEST 2.

ENERGY Klub Zugló,
XIV. Stefánia út 81. fsz. 2.
Nice Hajgyógyászat
Minden hétfőtől csütörtökig 10-15 óra között ingyenes műszeres termékbemérés, Candida- és penészgomba-szűrés.
Péntekenként ingyenes Orgon terápia (előzetes bejelentkezéssel).
Minden 25 ezer Ft felett vásárlónk egy terápiai eszközt kap ajándékba, melynek segítségével energetikai szinten a panaszok okaira lehet hatni.
További állapotfelmérési lehetőségek:
Hajvizsgálat/skalpdiagnosztika, műszeres toxin- és gócteszt, hormonegyensúly-tanácsadás, allergia és ételérzékenység vizsgálat.
Előzetes bejelentkezés szükséges telefonon vagy e-mailen: info@nicehajgyogyaszat.hu.
További info:
Kis Éva klubvezető 06/30/754-5417 és **Szabó Erzsébet** 06/30/754-5416.
www.nicehajgyogyaszat.hu

BUDAPEST 3.

1072 Budapest, Akácfa u. 13.
II. emelet, 22-es kapucsengő
szerdánként 18-20 óra között
Kezdő tradicionális jóga foglalkozások, tartja **Gombos Livia** természetgyógyász, jógaoktató. Az óra felépítése: relaxáció, lazítás, ászanák, testgyakorlatok, meditáció, pránajama, légzőgyakorlatok. Kiemelt területek: hormonrendszer (PCOS, meddőség, klímax) stresszoldásra, ideális testsúly elérésére.
Előzetes bejelentkezés szükséges a 06 30 611-3093-as telefonszámon!
csütörtökönként
Személyes konzultáció, bemérés és orvos-természetgyógyászati tanácsadás, tartja: **dr. Faragó Csilla**. Bejelentkezés a 0630-854-5255-ös telefonszámon.
További info: **Telefon:** +36 20-261-2243
E-mail: energyklubbudapest@gmail.com
Web: www.energyklubbudapest.blogspot.com

BUDAPEST 4.

Energy Klub Buda,
1027 Budapest, Horvát u. 19-23. fsz.
április 29., szerda, 17 óra
Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Az ENERGY

gyógyteái. Felhasználási lehetőségek, ellenjavallatok.

További információ és a részvételi szándék bejelentése **Koritz Edit**nél. A terem korlátozott befogadóképessége miatt a részvételi szándékot telefonon kérjük jelezni! Tel.: 0620-504-1250, energybuda@energyklub.hu

BUDAPEST 5.

Energy Belváros Klub,
1085 Budapest, VIII., Baross u. 8., fszt. 1., kaputel.: 12. (2 percre a Kálvin tértől).
ELŐADÁS:
április 23., csütörtök, 17.30
Ángyán Józsefné természetgyógyász, siófoki ENERGY klubvezető előadása: Érzelmek hatásai az ENERGY készítményeinek tükrében.
EGYNAPOS, TANFOLYAMI JELLEGŰ TOVÁBBKÉPZÉSEK, TÉRÍTÉSSEL, SZOMBATONKÉNT
április 18., szombat (10-16 óra között)
AZ IDŐ BIOLÓGIÁJA. Kronobiológiai alapok. Személyiség és születési energia összefonódása, jellemzői, elemzések, számítások és a hozzájuk kapcsolható ENERGY Pentagram® termékek. Vezeti: **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, személyiségelemző.
Jelentkezés: energy.belvaros@gmail.com, vagy az ENERGY Belváros Klubban és elérhetőségein, Facebook oldalán.
KLUBTAGOKNAK INGYENES MÉRÉSEK, ELŐZETES BEJELENTKEZÉSSEL:
Meridiánok mérése, Meridimer készülékkel, csütörtökön új, pénteken kontroll mérések (időpont-egyeztetéssel). A javasolt ENERGY termékek személyre igazítása, adagolások beállítása.
TOVÁBBI ÁLLAPOTFELMÉRÉSI LEHETŐSÉGEK, TERÁPIÁS KÍNÁLATUNK:
Talpdiagnosztika és reflexológia kezelés Pentagram® krémek speciális felhasználásával, keleti arcdiagnosztika terápiai javaslattal, állapotfelmérés az 5 elem tana alapján, valamint a Magnetspace testelemző készülékkel. Fitoterápiás szaktanácsadás, csakrák energetikai állapotának áttekintése. Biofizikai vizsgálat és terápia lehetősége Sensitiv Imago készülékkel, ENERGY termékjavaslattal és személyre szóló adagolás beállításával.

Reflexológia kezelés Pentagram® krémekkel, csütörtöki napokon **Nebhaj Edit** buddhista tanító, asztrológus, reflexológus közreműködésével. Jelentkezés az energy.belvaros@gmail.com címen vagy az Energy Belváros Klubban és elérhetőségein.

Személyiség, önismeret numerológiával, kronobiológiai módszerekkel, valamint az ENERGY termékeinek támogatásával. **Kiresné Vincze Ilona** parapszichológus, személyiségelemző (csütörtökönként). Theta Healing terápiai módszer **Czukorka Katalin** konzulens, alap és haladó tanfolyam tanár közreműködésével, keddenként 15.30-18.30 között.

EGÉSZSÉG KLUB A KLUBBAN, minden hónapban más-más aktuális témában.
április 28., kedd, 17.30-19.30 között
Az Egészség Klub fő témája: Étrend-kiegészítők: mit, mikor, mivel, hogyan? Gyakorlati rész: a 3-1-2 módszer, avagy hogyan éljünk 100 évig egészségesen?

Vezeti: **Kürti Gábor** természetgyógyász, az otthoni gyógyítással, öngyógyítással foglalkozó több népszerű könyv szerzője, a Natúr-sziget portál (www.natur-sziget.com) alapító főszerkesztője.

Szerdánként két csoportban: 16.30 és 18.30 órai kezdéssel Mozdulj-lazulj! rendezvényünk keretében rendhagyó jóga, hogy jól érezzük magunkat, **Juhász Irén** irányításával. Bejelentkezés, további információ: **Németh Imréné Éva** és **Németh Imre** klubvezetők-nél. Telefon: +36 1/2350-789
E-mail: energy.belvaros@gmail.com és a Facebookon is.

BUDAPEST 6.

IBS Office Center,
1021 Bp., Tárogató út 2-4., 105. terem
április 23., csütörtök, 18 óra
Attila Attila természetgyógyász, klubvezető előadása: Egészséges táplálkozás.
Előadások helyszíne: IBS Office Center, 1021 Budapest, Tárogató út 2-4. 105-ös terem.
Előzetes bejelentkezés: Budapest 6. Energy Klub, Budapestyongye Bevásárlóközpont, 1026 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 121. fszt. AK II.
Telefon: (70) 44 33 467,
e-mail: budagyongye@okoenergia.com

DEBRECEN

„Füredi Kapu Lakópark” 4032 Debrecen, Böszörményi út 68. „J” Épület, földszint (Füredi út és Böszörményi út sarkán, Kossuth laktanya felőli oldal).

április 14., *kedd*, 17-19 óra között

Természetgyógyász szaktanácsadás a klubban, kizárólag előzetes bejelentkezéssel. Időpont-egyeztetés személyesen, nyitva tartási időben a klubban vagy a 06 30/458-1757-es telefonszámon (e-mailés időpont-foglalásra nincs lehetőség).

A szaktanácsadást tartja **Rácz Krisztina** kineziológus, természetgyógyász, hormon-egyensúly-tanácsadó.

További Információ: **Kovácsné Ambrus Imola** klubvezető, tel.: 06/30/458-1757.

KAZINCBARCIKA

Barabás M. u. 56.

Klubnapok minden szerdán 16-18 óra között. További info: **Ficzere János** klubvezető, 0630/856-3365.

KECSKEMÉT

Gabona Székház Oktatóterem, Klapka u.11-13.

április 10., *péntek*, 17 óra

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: Az ízületi betegségekről részletesen. A segítő ENERGY termékek ismertetése, adagolás és összefüggések.

További info: **Mészárosné Lauter Erzsébet** természetgyógyász, klubvezető, +36-76/324-444, fitoteka@freemail.hu

MISKOLC

Deák tér 5., Oktatóterem

április 12-én, *vasárnap*, 9-17 óra között: **Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató alapozó tanfolyama 30 órában, 1. rész.

április 19-én, *vasárnap*, 9-17 óra között: **Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató alapozó tanfolyama 30 órában, 2. rész.

április 26-án, *vasárnap*, 9-17 óra között: **Czimeth István** természetgyógyász, ENERGY szakoktató alapozó tanfolyama 30 órában, 3. rész.

Zsolcai kapu 9-11. I. em.

április 13., *hétfő*, 15-17 óra között

A miskolci klubban ingyenes számítógépes állapotfelmérést és orvosi tanácsadást tartunk. Tanácsadó orvos: **dr. Hegedűs Ágnes**.

Előzetes bejelentkezés **Ficzere János** klubvezetőnél a 30/856-3365 telefonszámon.

„Természetközélen Erdélyben” mottóval 2015-ben is kirándulunk. Az időpont **július 25-29.** A fő látóvalók: Révi-szoros, Korond, Farkaslaka, Tusnádfürdő, Szent Anna kráter-tó, Mohos-láp, Torjai büdösbarlang, Csukás-hegység, Tömösi-szoros, Töröcsvár, Brassó, Hétfalusi csángó est, Kőhalom, Keresd, Körösfő. Jelentkezés **Ficzere János** klubvezetőnél.

NYÍREGYHÁZA

Egészségügyi Főiskola, Sóstói út 2-4.,

A épület, 1. emelet

április 30., *csütörtök*, 17 óra

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A cukorbetegségről részletesen. A kapcsolódó ENERGY étrend-kiegészítők használata, termék kombinációk.

További info **Fitos Sándor** klubvezető, 0620/427-5869, thetan@freemail.hu, www.nyirenergy.hu.

SZENTES

Városi Könyvtár, Kossuth utca 33-35.

április 17., *péntek*, 17 óra

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A pajzsmirigy betegségeiről részletesen. A kapcsolódó ENERGY étrend-kiegészítők használata és a kombinációk részletes magyarázata.

További info: **Fábján Julia** klubvezető, 0630/955 0485, metafor@vnet.hu

SZOLNOK

Zsálya Herbaház és Egészségház (Arany János út 23.)

április 14., *kedd*, 17 óra

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A cukorbetegségről részletesen. A kapcsolódó ENERGY étrend-kiegészítők használata, termék kombinációk.

Továbbra is igénybe vehető az ingyenes állapotfelmérés: **dr. Kissné Veres Erzsébet** természetgyógyász végzi Supertronic készülék és a numerológia segítségével. Személyre szabott tanácsadás, ENERGY termékek ajánlása a szervezet egészségesebb működéséért. Az Egészségházban több szolgáltatást is igénybe lehet venni, pl. masszáz, kineziológiai kezelés, pszichoterápia, homeopátiás kezelés.

További információ: **Németh Istvánné Éva** klubvezető, 0656/375-192, 0630/292-8399, szolnokegeszsegghaz@gmail.com, www.szolnokegeszsegghaz.hu

SZOMBATHELY

Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ, Ady tér 5.

április 8., *szombat*, 17,30 óra

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A pajzsmirigy betegségeiről részletesen. A kapcsolódó ENERGY étrend-kiegészítők használata és a kombinációk részletes magyarázata.

További info: **Nánási Tiborné** klubvezető, tel.: 0630/ 534-2560.

VESZPRÉM

Diófa u. 3., Zöld Lak

április 16., *csütörtök*, 17 óra

Czimeth István természetgyógyász, ENERGY szakoktató előadása: A cukorbetegségről részletesen. A kapcsolódó ENERGY étrend-kiegészítők használata, termék kombinációk.

További info: +36 88/789 481, +36 30/488 4973, +36 70/703 7489, info@padmahaz, www.padmahaz.hu

ZALAEGRSZEG

ENERGY Klub, Mártírok u. 17.

április 8-án (*szombat*), 17-18: Ételed az életed.

április 13-án (*hétfő*), 17-18: Parazitaszűrés.

április 14-én (*kedd*), 17-18: Mit tehetsz magadért? – Földelés.

április 15-én (*szombat*), 17-18: Fogápolás.

április 20-án (*hétfő*), 17-18: EDU-kineziológia.

április 21-én (*kedd*), 17-18: Bőrbetegségek szűrése.

április 22-én (*szombat*), 17-18: Méregtelenítsünk!

április 27-én (*hétfő*), 17-18: Személyes termék tanácsadás.

április 28-án (*kedd*), 17-18: Belső gyermek.

április 29-én (*szombat*), 17-18: Refluxszűrés.

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. Érdeklődni: 70/60-777-03 vagy mara.energy@gmail.com, www.maraboszi.hu





TAPASZTALATOK GYŐRBŐL

BOKASÉRÜLÉS, KÖHÖGÉS, KÖRMÖK

KÖZREADOM TAPASZTALATAIMAT AZ ENERGY TERMÉKEKKEL KAPCSOLATBAN. TÖBBSZÖR IS MÓDOMBAN ÁLLT MEGGYŐZŐDNI JÓTÉKONY HATÁSAIKRÓL – AKÁR AZ ARTRIN VAGY A DROSERIN KRÉMET, AKÁR A VIRONAL ÉS A STIMARAL CSEPPEKET ALKALMAZTAM, NETÁN A CYTOSAN INOVUMOT VAGY A SPIRON SPRAY-T ÁLLÍTOTTAM CSATASORBA. BÍZOM BENNE, HOGY EZZEL MÁSOKNAK IS SEGÍTEK.

TIBOLD HAJNALKA, GYŐR

Egyik hétvégén fociztunk a gyerekekkel, és a labda egyszer csak véletlenül a talpam alá került, én meg ráléptem. Iszonyú fájdalmat éreztem a jobb bokámban, és egy picit recscent is. Sajnos az ARTRIN nem volt nálam. Még képes voltam, ha picit bicegve is, hazagyalogolni. De estére nagyon fáj a lábam, aludni sem tudtam, ezért a bokámat ARTRIN-nal és vizes borogatással gyógyítottuk. Másnap reggel dolgozni kellett mennem. Szerencsére tudtam járni, ha lassan is.

Felhívtam *Kocsis Ilonát* (a győri klubvezetőt – *A szerk.*), hogy mit javasol. Azt mondta, amit egyébként is tettem. 😊 Vettem egy szorító zoknit, felhúztam, és estig a lábamon volt. Közben délután is bekentem a lábam a krémmel, majd este is.

Másnap reggel úgy gyalogoltam munkába, mintha semmi sem történt volna a lábammal 2 nappal azelőtt.

Egy másik eset a férjemmel történt. Erős fejfájásra panaszkodott. Bemasszíroztam a homlokát, a füle mögötti részt és a tarkóját, a nyakát kétszer, kb. fél órán

belül ARTRIN-nal, itattam vele két pohár vizet, a fájdalomnak pedig búcsút intettünk.

Jázmin lányom koraszülött volt, és most is évente egyszer ortopédiai kontrollra járunk vele, mert még eléggé „lapos” a talpa, picit be vannak dőlve a bokái, és a sarkát is rögzíteni szükséges. Ehhez egy speciális cipőbetétet kell viselnie. Most kezdte az iskolát, és időnként torna-

cipőt is kell viselnie, ott viszont nem alkalmazhatjuk ezt a betétet. Ilyenkor néha fáj a lábszára és a bokája estefelé, amikor elfárad már a lába. Ilyenkor csak hozom az ARTRIN-t, megmasszírozom a fájó részeket, és nyugodtan alszik reggelig.

SPIRON SPRAY, AZ EGÉSZSÉGMEGŐRZŐ

Ez a kis csodaszer mindig nálam van, persze szigorúan távol a mobiltelefonomat rejtő táskámtól. Egy irodában dolgozom 6 kollégámmal együtt. Szellőztetési lehetőség egy kb. 10 cm-nyi résre nyitható ablak. Amikor megjelentek kis társaságunkban az első tüszentések, „aktiváltam” a SPIRON spray-t.

Ha kezdődő betegséget észlelek a környezetemben, már bele is fújok a levegőbe, és hálás közönségre találok a kellemes illata miatt. Egy hónapja alkalmazom, és úgy érzem, a SPIRON-nak is köszönhető, hogy jó az egészségi állapotunk – bár az ilyet soha nem kiabálom el!

Kislányomnak nátha idején is jó szolgálatot tett, mert megkönnyíti a légzését. Ha lefekvés előtt a levegőbe és/vagy a párná-



ARTRIN

...csak hozom az ARTRIN-t, megmasszírozom a fájó részeket, és nyugodtan alszik reggelig.



jára vagy a torokcsakrára fújom, mindig szépeket álmodik tőle... 😊

Nekem szokott lenni olyan köhögésem, hogy szinte megfulladok tőle, de a spray ezt is feloldja. Alapvetően nyugtató hatású minden görcsre – akár fizikai, akár lelki eredetű.

DROSERIN KRÉM, VIRONAL CSEPPTEL EGYÜTT

A harmadik, sokat és eredménnyel alkalmazott termék a DROSERIN krém. Kislányom VIRONAL-t szed minden 2. héten, ébredés után 1 cseppet, egy 15 hetes kúra keretében. (A VIRONAL szünetében pedig VITAMARIN-t kap, napi 2 szemet.)

Nátha, köhögés és hőemelkedés jelent meg nála két hete. Ugyanakkor vártak bennünket egy családi napra az iskolába szombat. Jázmin nagyon szeretett volna elmenni. De hőemelkedése volt, étvágytalan lett, és a szemei sem tetszettek.

Adrienn-t hívtam fel, mert nemrég megismerkedtem vele a győri ENERGY Klubban, és megtudtam róla, hogy gyermekeit csak ENERGY szerekkel gyógyítja. A friss tapasztalat elég bizonyítékul szolgált, hogy őt

keressem meg 7 éves gyermekem gyógyításával kapcsolatban szombaton, vészhelyzetben. Adrienn először 3 csepp VIRONAL-t és 3 csepp GREPOFIT-ot javasolt, utána hőemelkedés esetén 1-1 cseppet óránként, 2-2 csepp GREPOFIT DROPS-szal, valamint SPIRON spray-t és FYTOMINERAL-os vizet, amit amúgy is fogyaszt, végül kamillás gőzölést.

Elkezdtem adni a lányomnak először 2-kor, aztán 3-kor, és mire indulni kellett az iskolába, már jobban volt. A tervünk ellenére, hogy csak odavisszük a sütit és egy picit ott leszünk, sötétedésig maradtunk. Jázmin teljesen aktívan részt vett mindenben és jól érezte magát. Közben óránként adagoltam neki a cseppeket, ha melegnek éreztem a testét (VIRONAL, GREPOFIT). Persze mire hazaértünk, már nagyon elfáradt, és 37,5-öt mutatott a lázmérő, de DROSERIN-es hűtőfürdővel, kamillás-levendulás gőzöléssel javítottunk a helyzeten. Fürdés után még bekentem DROSERIN-nel, amit ebben az esetben jobb lett volna kihagyni, mert akaratom ellenére túladagoltam a krémet. Másnapra kislányom arcán a két szemöldöke között száraz, a nyakán pedig érdes lett a bőr. Túl koncentráltan használtam a krémet, de tanultam az esetből, és most már vizes kézzel kenem be.

A krém legerősebb hatása pedig az volt, hogy egyik éjjel egy szempillantás alatt megszüntette Jázmin köhögését. Először adtam neki egy csepp VIRONAL-t, de az



SPIRON SPRAY

Amikor megjelentek kis társaságunkban az első tüszentések, „aktiváltam” a SPIRON spray-t. Ha kezdődő betegséget érzek a környezetemben, már bele is fújok a levegőbe, és hálás közönségre találok a kellemes illata miatt.

önmagában kevésnek bizonyult. Utána, mivel a gyerek nagyon köhögött, bekentem DROSERIN-nel a mellkasát egészen a gyomorszájig, és a hátát. Azonnal megszűnt a köhögése, és reggelig aludt, mint a bunda.

STIMARAL ÉS CYTOSAN INOVUM

Itt a saját tapasztalataimról tudok beszámolni. Hat hétig szedtem ezt a két szert. A legszembetűnőbb változás a körmeim minőségében mutatkozott. Nagyon erőssé és rugalmassá váltak.

Különösen azért tartom ezt nagy teljesítménynek, mert előtte pár héttel távolítottam el a géllakk-réteget, ami a körmeim meggyengülésével is járt.





BÖLCS TESTÜNK ÜZENETEI (10.)

MARKÉTÁT MÁR RÉGÓTA ISMEREM, TUDOM, MILYEN GONDOKKAL KÜSZKÖDIK, MI BÁNTJA, ÉS MI MINDENNEK PRÓBÁL ELLENÁLLNI. FIATAL, EGÉSZSÉGES LÁNY. AZÉRT JÖTT EL HOZZÁM, MERT PAJZSMIRIGY-PROBLÉMÁI LETTEK, ÉS AZ ENDOKRINOLÓGUS GYÓGYSZEREKET ÍRT FEL NEKI. AHOGYAN EZ ÁLTALÁBAN LENNI SZOKOTT.

DR. IVANA WURSTOVÁ

A FYTOMINERAL használatával indítottunk, ami számtalan betegemnél nagyon jó hatással volt a pajzsmirigy-működésre. Ám egyértelmű, hogy az okokat ettől függetlenül fel kell tárnunk. És az első ránézés nem mindig a legmélyebb, az csak maga a következmény. Vagyis a túlműködés. Nem is csoda, hiszen *Markéta* az utóbbi években állandó stressz hatása alatt áll. Főiskolán tanul, közben beteg édesanyját ápolja, ellátja mindennel, ráadásul még a család többi tagjának is igyekszik megfelelni, többek között a nagymamájának, aki folyton elégedetlen.

MONDD MÁR KI!

A családállítást szervi konstellációval indítom, mert nem szeretném, ha befolyásolna mindaz, amit tudok *Markéta* családjáról és a családtagok sorsáról.

Felállítjuk az összes fontos szervet, beleértve a pajzsmirigyet is. És természetesen *Markétát* is. Eleinte nem történik

semmi különös. Az egyetlen, aki aktív, az agy. Össze-vissza mászkál a helyiségben, mindent alaposan megfigyel. Hát igen, *Markéta* ilyen, egy pillanatra sem hagyja pihenni az agyát.

A szív szomorú, de nem tudja, miért. Valakit vagy valamit keres. A pajzsmirigy közepén áll, és folyamatosan egyre látóhatóbbá teszi magát. Nagyon haragszik valakire, de biztosan nem a többi szerve. Úgyhogy beállítjuk a körbe azt a személyt. A reakció? Összeszorított ököl, és a lelke legmélyebb bugyraiból előtörő harag. Mindehhez sírás.

Markétát meghatják a látottak, nem tudja megállni, hogy egy pillanatra ne csússzon bele az eseményekbe. Pajzsmirigyében a saját édesanyját látja, és érzi a határtalan haragját, amelyet valamilyen közelálló személy iránt táplál. Mindenki érzi, hogy „valamit mondani kellene”. Valamit kiüvölni a nagyvilágba: igazságtalanságot, sértettséget vagy megaláztatást. Valami nagyon fájdalmasat, kimondhatatlant, legyőzhetetlent. Mindez tökéletesen látszik a pajzsmirigyet megtestesítő személy arcán.

De kire kiabál? Ki áll ott? Az anyukája! Azaz *Markéta* nagymamája. Az a személy, aki ma *Markétát* szüntelenül belekényszeríti bizonyos dolgokba, vezényel neki, kritizálja... Az a ki nem mondott harag, az a bánat érződik itt, amit *Markéta* édesanyjának soha nem volt bátorsága megmutatni. Az a valószínűleg „gyermeki méreg”, amit a gyerekek nem mondhatnak, nem is tudnának kimondani. Ráadásul az anyunak! „Mondd már ki!”, „Nem megy, nagyon erős, nem tudom kimondani, kicsi vagyok...” – és ezt az érzést *Markéta* is igen jól ismeri. Ez nagyon rossz, de nem mondhat semmit, mert nagyon kicsi.

Úgyhogy átveszi édesanyjától a feladatot. Ugyanaz az érzés, ami mögött ott van a harciasság és a megoldásra való törekvés. És mindemellett az anyukája és a nagymamája iránt érzett szeretet. Hogyan is bírhatna el egyetlen ember ekkora terhet? És tulajdonképpen, mit is kellene kikiáltania a világnak? Ráadásul ő már felnőtt, ez már nem tűnik neki helyénvalónak. Legszívesebben ezt kiabálná: „Beszéljétek már meg, az Istenért! Mit csináljak én itt köztetek? Mihez kezd-

„Jek ezzel az egészszel?” De segítenie kell az anyjának. Ráadásul még beteg is. Súlyosan beteg. Neurológiai betegsége van, azaz olyan betegség, amely az ember gyökerétől indul. Gyökerétől? Gyökereitől? A szülőktől?

Markéta kezdi érteni. Édesanyja betegségét is jobban érti már. A nagymama pedig akkor válik egy kicsit barátságosabbá, amikor látja, hogy Markéta egészségét is kockára tette. Beismeri, hogy a rossz dolog tőle ered. Hátrálni kezd, lehajtja a fejét, látszik, hogy sajnálja. Látja a lányát, az unokáját, önmagát... Annyi elvesztegetett idő és romló egészség.

Markéta ezzel párhuzamosan azt is látja, hogy bár mindkét nőt nagyon szereti, a köztük dúló többéves haragot és gyűlöletet nem veheti magára, nem oldhatja meg helyettük a dolgot. Ez a felismerés felszabadítja.

És miért a pajzsmirigy? A pajzsmirigy a nyak környékén, az 5. csakránál található. Vagyis a környezettel, a hozzánk közel állókkal való kommunikációhoz tartozik. És Markétánál ez most blokkolódott. Miért szenved olyan sok nő pajzsmirigy-megbetegedésben? „Mondd már ki, kiáltst fel!” „És nem kell betegnek lenned!”

TARTSD TISZTELETBEN, DE NE FOGLALKOZZ VELE...

Markéta hihetetlenül megkönnyebbüléssel esik térdre. Édesanyját és nagymamáját is nagyon szereti, együtt érez velük. Megértette, hogy nincs joga beleszólni a vitájukba, valamint azt is, hogy tisztelni kell őket. Még akkor is, ha ez rá negatívan hat, és nem tetszik neki. Már képes mindent megérteni, hiszen már felnőtt. Amíg gyermekként vagy gyermeki szemmel nézte őket, addig ezt nem érthette meg. De most már igen. Éppen most lépte át a felnőttkor küszöbét.

A családállítást lezárom. A gyógy-módot kiegészítem akupunktúrával és Markéta folytatja a FYTOMINERAL szedését. Néhány hónap múlva elhozza az endokrinológiai kontroll eredményét. A tesztek negatívak, már nem kell gyógyszer szednie.

A gyógyuláshoz vezető út gyakran a megértés hosszú és rögzös ösvényén keresztül vezet. És ne feledjék az ENERGY egyik legjobb készítményét, a FYTOMINERAL-t. Áprilisban is várja Önöket!

(Folytatjuk)



MEGÚJULT FOGKRÉMEK

Megújultak az ENERGY közkedvelt fogkrémjei. Az összetételben a korábbiakhoz képest a legnagyobb különbség az, hogy a fogkrémek természetes édesítőszerként mostantól stevia kivonatot is tartalmaznak.

Az adalékanyagok között immár csakis természetes eredetűeket fedezhetünk fel. Kiemeljük közülük az esszenciális olajokat, az eukaliptusz, a kakukkfű és a shea-vaj kivonatokát, valamint a Q₁₀-koenzimet.

Ezek révén tovább erősödött a fogkrémek tisztító, fertőtlenítő és gyulladáscsökkentő hatása. Próbálja ki Ön is!



SZÍNTERÁPIA SOROZATUNK (6.)

A FÖLD SZÍNEI

A FÖLD SZÍNEIHEZ CSAKÚGY, MINT A FÉM SZÍNEIHEZ, SZÁMTALAN TÓNUS TARTOZIK. NYUGODTAN ÁLLÍTHATJUK, HOGY VALAMENNYI SZÍN TELJES SPEKTRUMÁT MAGUKBA FOGLALJÁK. HA KÉTSÉGEIK TÁMADNÁNAK, ELÉG AZ EGYSZERŰ FELSOROLÁS: FEHÉR SZILIKÁT HOMOK, AZ ÁLTALUNK JÓL ISMERT SÁRGA HOMOK, VÖRÖS LÖSZ, BARNA HUMUSZ, ZÖLD AGYAG, FEKETEFÖLD – FOLYTASSAM?

EVA JOACHIMOVÁ

Univerzumunk egy kis csapdát állított nekünk. Egy szót kínál két merőben eltérő entitásra. Az egyik a *föld*, az ég és föld ellentétből ismert *jin* lényeg, avagy a három kincs (*San Bao* – az ember számára teremtett égbolt, föld, tér) egyike. A másik Föld a *jin-jang* szféra, azaz a földi életünk építőköveit jelentő 5 elem egyike. Tehát ha a Föld színeiről beszélünk, akkor valójában a Föld elem színeiről, illetve a *Föld – középpont* színeiről vagy hogy a dolgok ne keveredjenek, a *Föld – vénasszonyok nyara* színeiről kellene szólnunk. A földi szövegösszefüggésben ráadásul háromféle fekvésben értelmezzük a Földet: *jin-jang* fekvésben (elemként annak minden attribútumával együtt: gyomor, lép stb.), *jin* fekvésben (*vénasszonyok nyara*) és *jang* fekvésben (*középpont*).

A FÖLDI SÁRGA

Mi most figyelmen kívül hagyjuk a *Három Kincs Földjét*, és megpróbáljuk kiis-

merni magunkat a számunkra oly kedves földi Földben. A mi földi Földünk ugyanis elég különleges. Az ősi írások szerint félig *jang* és félig *jin*, logója pedig az óramutató járásával megegyező irányba mutató két nyilacska, amelyek együtt egy ellipszist formáznak.

Csakhogy a Föld a létezésével valami teljesen mást képvisel. *Képes teljes mértékben jang, máskor pedig tökéletesen jin lenni*. Ez nem is meglepő számunkra, ha a folyami homok és a gránitszikla közötti különbségre gondolunk. A Föld időciklusának uralma idején született emberekről azt mondjuk, hogy pontosan a céljaiknak megfelelően nyerik erejüket a Földből – legyen szó akár több órán át tartó vagonkipakolásról, akár egész napon át tartó heveréséről a pamlagon. Ám mint mindennek, ennek is megvan a maga hátulütője. A Föld mint anya elég sértődős, stabilitást követel, és csak azokat a változásokat fogadja el, amelyeket éles látásával jóváhagy. Ha a szülőtte más változás mellett dönt, akkor a Föld egyszerűen elvágja az általa biztosított erő folyamatát.

Gyakran találkozunk olyan megbetegedésekkel, amelyek valójában csak az (élet) erő hiánya miatt alakultak ki, és a Föld energiaáramlásának megújításával a betegség tünetei elmúlnak. Azért is beszélünk erről ennyire részletesen, mert ennek az igencsak öntörvényű Földnek a *sárga* a színe.

SEGÍTI A GONDOLKODÁST, GYÓGYÍT

A színekkel kapcsolatos közmondásaink szerint a sárgához az irigység, a féltékenység érzése tartozik, és ez nem is áll olyan messze a kínai kozmológiának megfelelő jelentéstől. A sárga az érzékelést, az érzékenységet, az empátiát és a gondolkodást támogatja – főiskolai előadásokra tehát ideális. Mivel azonban a sárga és a *narancssárga* serkenti a gon-



Gyakran találkozunk olyan megbetegedésekkel, amelyek valójában csak az (élet)erő hiánya miatt alakultak ki, és a Föld energiaáramlásának megújításával a betegség tünetei elmúlnak.

dolkodást, könnyen átfordíthatják azt tűnődésbe, majd a tűnődést kényszerképzetekbe. A sárga ezenkívül elviselhetőbb hőmérsékletet „hoz létre”, csillapítja a hideget, úgyhogy társaságában a hűvösebb helyiségekben is kellemesen érezzük magunkat.

A kromoterápiában a *megfázás ellen* alkalmazzuk a sárga színt (ahogy azt sorozatunk első részében már említettem), egy sárga takaró például hatékony náthaellenes takaró lehet csemetéinknek. Az életben azonban óvatosságnak kell lennünk, és nem szabad a sárgával túlzásokba esnünk. Főleg a *rikító sárga* színt érdemes kerülnünk, hiszen az képes megtámadni a csontjainkat is. Éppen ezért a *világos sárgától* óvakodniuk kellene a porckopásos és ízületi bántalmakban szenvedő betegeknek (az ízületek „a Víz Földjének” számitanak), mert

a sárga szín hatására súlyosbodhat az állapotuk.

Belső térben pedig a túl sok sárga, még tompított megvilágításban is, növelheti a leterheltség és a fáradtság érzését. Belső térben néhány természetes fa színét, vagyis a fából készült bútor színét is sárgának érzékeljük. Egy ilyen fabútorokkal berendezett rönkházban hamarabb úrrá lehet rajtunk a fáradtság érzése, mint a lüktető nagyvárosban. Magam is jártam már több ilyen vikendházban. Milyen érdekes, hogy a társasággal mindig kint ücsörgünk a tűz mellett. Ilyen sok sárga ugyanis nemcsak hogy növeli a fáradtság érzését, de még az energiákat is képes blokkolni. Ha a hatást gyengítik a környező erdők, akkor nincs olyan nagy vész, ám ha valaki ezt a stílust átköltözteti a városba, akkor „befizet magának” egy krónikus fáradtság szindrómára.

A SAJÁT KÖZÉPPONTUNKBAN LENNI

A középpont színei, azaz tulajdonképpen *valamennyi tompított szín* mindenféle ellenjavallat nélkül alkalmazható. A saját

eredeti elemükhöz tartoznak, és úgy hatnak, ahogyan az elemüktől elvárható. Hatásmechanizmusukba azonban beemelik a *Föld középpont harmóniáját* és kiegyensúlyozottságát.

FA: a sötét vagy rendkívül lágy zöld tompított árnyalatai (petróleum zöld stb.).

TŰZ: tompított narancssárga és piros (tégglavörös, terrakotta stb.).

FÖLD: tompított okker.

FÉM: tompított vörös, tejszín fehér.

VÍZ: tompított fekete.

Mindezt főleg feltételezhető konfliktushelyzetek előtt tanácsos szem előtt tartanunk. Ha a fent felsorolt színekkel burkoljuk be magunkat, megfontoltabbak, nyugodtabbak, realisabbak, kiegyensúlyozottabbak leszünk, tehát nem lesz kirobbanó az érzelmi töltetünk.

A vénasszonyok nyarának színeit mi rendszerint az őszi színeinek nevezzük. Nagyon jól ismerjük őket a csodálatos színekben pompázó őszi levelekből: például sárgás és bíborvörös. A Föld sárga színétől eltérően sem a *Föld – középpont*, sem a *Föld – vénasszonyok nyara* sárgáival nem szükséges takarékoskodnunk.



KEVERJEN MAGÁNAK KOKTÉLT FŰSZERNÖVÉNYEKBŐL

A TAVASZ TELJES SZÍNPARADÉJÁVAL DÜBÖRÖG, ENERGIÁVAL TÖLT FEL MINKET, MIKÖZBEN MEGSZÜLETNEK AZ ÁLLATOK KICSINYEI, VIRÁGOZNAK A FÁK, ÉS A FÖLDEK ONTJÁK MAGUKBÓL A FŰSZERNÖVÉNYEKET, AMELYEKET KORÁBBAN NAGY ODAFIGYELÉSELLEL ELÜLTETTÜNK A KERTBEN, A VIRÁGLÁDÁBAN, AZ ABLAKBAN VAGY AZ ERKÉLYEN.



ILONA VÝTISKOVÁ

A Föld éledezik, és vele együtt mi is új életre kelünk. Mindnyájan alig várjuk a virágzó cseresznyefa alatt elcsattanó csókokat. Az élet és a szeretet ezen atmoszférájához elválaszthatatlanul hozzá tartoznak a fűszernövények is, amelyek csodálatosan illatosítják és megízélik ételünket – elég csak odanyúlni, leszakítani, megfőzni vagy belesütni...

ILLATOS CSOKROCSKA

A gyógy- és fűszernövényeket keverékekben alkalmazzuk. A legismertebb közülük a *bouquet garni*, amely párolt ételek és levesek ízesítésére szolgál. Hétköznapi kombinációnak számít a *babérlevél*, a *kakukkfű* és a *petrezselyem* triumvirátusa is. Gyakran használjuk a *rozsmaring* és *zsálya* keverékét, amihez néha *szegfűszeget* is adunk. A fűszernövényeket csokorba kötve, esetleg gézlapba csavarva tesszük hozzá az éppen elkészítendő ételekhez.

Hagyjuk, hogy megihlessen minket *Magdalena Dobromila Rettigová* gyógynövényes levele: „Tavasszal rengeteg különféle gyógynövény szedhető, amelyekből ízletes és egészséges levest készíthetünk. Vegyünk tehát egy kis repkényt, cickafarkat, eperlevelet, ibolyalevelet és köménymaglevelet, százsorszépet, tarka koronafürtöt, turbotlyát, zöld petrezselymet, zsenge újhagymát, zsázsát, galambbegy salátát, majd mindent alaposan tisztogassunk meg, többször fürdessünk át, és vágódeszkán aprítsunk fel.



Sós vízben főzzük meg. Egy lábasban keverjük össze egy darabka vaját, 3 fakanálnyi lisztet és 3 tojássárgáját 3 kanál hideg tejszínnel. Adjunk hozzá 3 evőkanálnyi az éppen fővő levesből, alaposan keverjük össze, majd az egészet öntsük bele a levesbe, és ekkor már ne főzzük tovább. Adjunk hozzá pirított zsemlekockákat.”

A boltokban a fűszerek és fűszerkeverékek széles választéka vár ránk. Persze készíthetünk saját koktélt is a magunk természetű friss, esetleg szárított fűszernövényekből. A szeretettel és az általunk készített fűszerkeverékekkel megfőzött ételek rendkívül értékesek.

FORRÓ FŰSZER

Hozzávalók: 8 kávéskanál őrölt koriander, 4 kávéskanál őrölt chili, 4 kávéskanál őrölt kardamom, 4 kávéskanál őrölt kömény, 2 kávéskanál őrölt szegfűszeg, 2 kávéskanál őrölt fahéj, 1 kávéskanál reszelt szerecsendió.

Elkészítése: A koriandert, a kardamomot és a köményt szárazon megpirítjuk, majd mozsárban összetörjük, esetleg fűszerőrlőben megőröljük. A szerecsendiót finomra reszeljük. Valamennyi fűszert alaposan összekeverjük, majd jól zárható edénybe tesszük. És hogy utána mibe tesszük? Például a következő ételbe.

JOGHURTOS SPÁRGAMÁRTÁS

Hozzávalók: 1 csésze őrölt, főtt szójabab, 1 csésze natúr joghurt, 1 csésze apróra vágott hagyma, 1/2 csésze reszelt torma, 1 csésze víz, 2 evőkanál szójaszósz, 1 kávéskanál forró fűszerkeverék, só.

Elkészítése: Olajon üvegesre sütjük a hagymát, hozzáadjuk az őrölt szójababot, és 5 percig pároljuk. Felöntjük vízzel, megsózzuk, megfűszerezzük és felforraljuk. Majd beletesszük a tormát, és folya-

A szeretettel és az általunk készített fűszerkeverékekkel megfőzött ételek rendkívül értékesek.

matos kevergetés mellett 5 percig főzzük. Végül belekeverjük a joghurtot, és még további 1 percig főzzük. Rizzsel vagy tésztával tálaljuk.

„ERŐSZ” FŰSZERKEVERÉK SZERELMESEKNEK

Hozzávalók: 6 kávéskanál őrölt bors, 1 kávéskanál őrölt kömény, 1 kávéskanál őrölt kardamom, 1 kávéskanál őrölt kurkuma, 1 kávéskanál sáfrány.

Elkészítése: Valamennyi fűszert – a sáfrányt kivéve – mozsárban összetörjük vagy fűszerőrlőben megőröljük. Összekeverjük, majd zárható edénybe tesszük.

PETREZSELYMES KATÁNG SALÁTA

Hozzávalók: 400 g katángkóró rügy, 2 evőkanál olaj, 2 evőkanál citromlé, 1 kávéskanál méz, 3 evőkanál víz, bors, petrezse-lyemzár, só.

Elkészítése: A katángkóró rügyeket alaposan megmossuk, hagyjuk lecsepegni, majd felaprítjuk. Leöntjük az olajból, citromléből, mézből, borsból és sóból készített öntettel. Tálalás előtt megszórjuk felaprított petrezselyemmel.

Tipp: Az öntetbe belekeverhetünk egy kávéskanálnyi „Erősz” fűszerkeveréket.

CITROMOS SPÁRGA

Hozzávalók: Egy csomag spárga (300-500 g), 4 evőkanál citromlé, 3 evőkanál olaj, 1 kávéskanál „Erősz” fűszerkeverék, só.

Elkészítése: A spárgát csokorba kötjük, és sós vízben puhára főzzük. Hagyjuk lecsepegni, majd terítsük szét egy tányéron. A citromlevet alaposan összekeverjük az olajjal, a sóval és az „Erősz” fűszerkeverékekkel. Az öntettel leöntjük a spárgát, és már tálalhatjuk is. Rendkívül frissítő és ízletes ételt kapunk.

Ízekkel és szeretettel teli tavaszt kívánok!





VÖRÖS ÁFONYA

A NAGY SZELLEM AJÁNDÉKA

A VÖRÖS ÁFONYA (*VACCINIUM VITIS-IDAEA L.*) JÓTÉKONY HATÁSÚ VITAMINOKAT, ÁSVÁNYI ANYAGOKAT, ANTIOXIDÁNSOKAT ÉS AZ EMBERI SZERVEZET SZÁMÁRA LÉTFONTOSSÁGÚ ELEMENET NAGY MENNYISÉGBEN TARTALMAZ, EZÉRT AZ ÚGYNEVEZETT SZUPER ÉLELMISZEREK CSOPORTJÁBA SOROLJUK.

Írta: VLADIMÍR VONÁSEK ■ Szakmailag ellenőrizte és kiegészítette: NÉMETH IMRÉNÉ ÉVA fitoterapeuta, természetgyógyász

Észak-Amerika indiánjai már jóval Kolumbusz előtt ismerték és használták a vörös áfonyát. Hitték, hogy az első áfonyagyallyat egy galamb hozta el az embereknek a Nagy Szellem ajándékeként. A sápadt arcúakat a darumadár fejére emlékeztette a piros termés, innen ered a növény angolszász elnevezése: *crane berry* – *cranberries*. Az áfonya segített túlélni az első telepesek zord teleit, és erről az amerikaiak a mai napig megemlékeznek, főként hálaadáskor, amikor a sült pulykát hagyományos áfonyaszósszal tálalják.

HIDEGKEDVELŐ BOGYÓK

A hegyek lábainál vagy a hegyekben, sőt a sarkkörön túl található hideg területeket kedveli. Az emberek Észak-Amerikában, Grönlandon, Európában az Alpoktól északra és Ázsiában Japánig terjedően gyűjtögethetik. A világ legnagyobb áfonyatermő vidékei Szibériában és Kamcsatkán találhatóak. Hazánkban a Zempléni hegységben, a Mecsekben, a Dunántúli

középhegységben, Nyugat-Dunántúlon és a Kőszegi-hegységben található. Megél a savasabb, tápanyagokban szegényebb, világos, csarabos és tőzeges területeken, de a sziklás, esetleg homokos hegyoldalokban is.

A hangafélék családjába tartozik. Fás gyökértörzsből fásodó, 30 cm magasságú, örökzöld cserje növekszik. Sűrű ágait elliptikus formájú, bőrszerű levelek növik körbe. Nyár elején az áfonyabokrokot apró, fürtökben növekvő, fehér virágok díszítik. A nyár folyamán pedig beérnek a finom, zamatos termései. A fehér, szinte áttetsző bogycskából fényes, piros, kb. 1 cm nagyságú gyümölcsök lesznek.

ALACSONY KALÓRIATARTALMÚ „BOMBA”

Emberemlékezet óta közkedvelt és keresett finomság. Napjainkban a valódi áfonya már sajnos ritkaságnak számít, és egyes helyeken védett növény. Ezért az élelmiszeriparban gyakran a nagyobb termésű fajtáit használják (pl. a lápi tőzegáfonyát). Kiváló kiegészítője a müzliknek és a gabonapelyheknek, de jól illik húsok-

hoz, salátákba vagy mártásokba, esetleg teakeverékekbe vagy kevert italokba egyaránt.

Alacsony energiatartalma: fél csészényi áfonya mindössze 25 kalóriát tartalmaz, de a tartósított változatai esetében (kompótok, szirupok, lekvárok, dzsúsok) ügyelni kell a hozzáadott cukor mennyiségére.

Az ókorban is ismerték, használták, hatásait áldásosnak találták. Gyógyhatású anyagok a növény termésén kívül, a *leveleben* is megtalálhatók. A vörös áfonyában a különböző gyógyhatású anyagok egyedülálló elegyét találjuk. A kivonat fenolos glikozidot (arbutint), flavonoidokat, cserzőanyagokat, rostokat, benzoésavat és sóskasavat (ezek kiváló természetes tartósítószerke), A-vitamint, B₅- és C-vitamint (100 g termésben akár 20 mg is lehet), magnéziumot, vasat, kalciumot, jódot és számtalan egyéb ásványi anyagot, továbbá nyomelemeket tartalmaz. Olyan különleges antibakteriális anyagok találhatóak benne, amelyek megakadályozzák a baktériumok lerakódását a nyálkahártyákon.

TETŐTŐL TALPIG ÁLDÁSOS

Rendkívül előnyös hatású az emésztő- és kiválasztó rendszerünkre. Vizelethajtó, fertőtlenítő, ezért megtaláljuk húgyúti gyulladások, hasmenés, gyomorfekély és bizonyos epebetegségek kezelésére szolgáló teakeverékekben. Méregteleníti a szervezetet, erősíti az immunrendszert, csillapítja az ödémát és a fáradtság érzését.

A levelek főzete segítséget nyújt prosztataproblémák és a cukorbetegség kezelésében. A szájüregben megakadályozza a herpesz terjedését, a fogszuvasodást és a parodontózist. Baktériumölő hatása, valamint magas C-vitamin-tartalma együttesen hathatós támogatást nyújt a megfázás és influenza elleni védekezésben.

A növény A-vitamin-tartalma támogatja a látást. Az áfonyában levő egyéb anyagok együttese jótékony hatású a férfiak potenciaproblémáinál, valamint a női termékenységére.

Egyik legfontosabb összetevője azonban az E-vitamin, amely köztudottan kiváló antioxidáns, lassítja a sejtek öregedését, óvja őket a szabad gyökök támadásától. A szív- és érrendszeri betegségek, valamint a daganatos megbetegedések gyógyítása terén végzett kutatások szintén ígéretesek.

Áfonyakivonatot nem csak gyógyszerek és más gyógyhatású készítmények tartalmaznak – megtalálhatjuk például fogkrémekben, szájvizekben, kozmetikumokban és rágógumikban is.

Az ENERGY egyik legkedveltebb alaptermékében, a KOROLEN koncentrátumban szintén benne van.

A gyümölcs szárított terméseiből és a növény leveleiből kitűnő hatású főzetet vagy ízletes teát készíthetünk.

Fontos azonban, hogy óvatosan bánjunk vele, mert jócskán van benne erő! Hosszú távon nem szabad alkalmazni – évente legfeljebb kétszer, 2-2 hónapig tartó kúrában ajánlott. Az áfonyát kerüljük a vérhígítókat szedő, a magas vérnyomású, továbbá a súlyos máj- vagy vesebetegségben szenvedő betegek.

Mindenkinek szüksége van a méregtelenítésre és az immunrendszer erősítésére, főként évszakváltás idején. Ennek a formáját azonban már válasszák meg Önök! Hiszen akad, aki a teákra, más viszont a vörösfőnyom-mártásban talált vadhúsrakészíték...



VÁLASZOLNAK AZ ENERGY SZAKÉRTŐI TANÁCSADÁS A NETEN

Ebben a rovatunkban az internetes tanácsadás kérdéseiből és válaszaiból tallózunk, némi szerkesztéssel és rövidítéssel. A válaszokat – amelyek dr. Gulyás Gertrúd háziorvostól és Ráczné Simon Zsuzsanna fitoterapeuta természetgyógyásztól származnak – dőlt betűvel jelöltük. Ha Ön is szeretne tanácsot kapni, felteheti kérdését a www.energy.sk honlapon.



DR. GULYÁS
GERTRÚD

Édesanyám 73 éves, kb. egy éve hullámokban nagyon magasra szökik a vérnyomása, nem ritka a 190 körüli érték, a per érték is nagyon magas. Több gyógyszer szed, illetve kapott nyelv alá befúvós spray-t is. Szinte ahányszor elmegy a háziorvoshoz, mindig több és új gyógyszert írnak fel neki. Mely készítményekkel lehetne ezt a vérnyomásproblémát megoldani?

Bizonyára a magas vérnyomás hátterében álló esetleges szervi elváltozásokat, amelyek gyakran okoznak úgynevezett terápia rezisztenciát – magyarul rosszul vagy nem reagál a beteg a gyógyszerekre – vizsgálatokkal kizárták: nyaki érszűkület, vese artéria szűkülete. Az ENERGY készítmények közül a RENOL szedésének elkezdését tanácsolom, első héten 3x1, majd 3x2, végül 3x3 csepp adagban, 3 héten keresztül. Egy hét szünet után ismételhető, 3 hétig 3x2-3 csepp adagban. Bő folyadékbevitel szükséges!

Ha kezdetben bármiféle tünetváltozást tapasztalnak, csökkentendő a dózis. Emellett a VITAMARIN-ból 2x1 kapszula, a FLAVOCEL-ből napi 1 tableta szedését tanácsolom az érrendszer állapotának javítása céljából.



RÁCZNÉ SIMON
ZSUZSANNA

Anyukám szájában nőtt egy 10 mm-es szemölcs. Ki akarják vágni, de olyan rossz helyen van, hogy megsérthetik a nyelvmozgató ideget és a nyálmirigyet. Ön szerint van olyan szer, amittől a szemölcs elmúlna, érdemes lenne várni? Esetleg jó lehet a VIRONAL vagy a grépfrút csepp?

Még ha sztomatológus volnék (ami nem vagyok), akkor sem mernék látatlanban véleményt mondani. Ha bizonytalanok a döntésben, keressenek fel másik onkológus-stomatológus szakembert is!

Sajnos nem tudom meghatározni, milyen típusú szemölcsről van szó.

A VIRONAL, illetve a grépfrút csepp általában a vírusok okozta elváltozásokra javallott. Ha a szakorvos megerősíti a vírusos eredetet, meg lehet próbálni esetleg a GREPOFIT cseppel.

Minden más esetben feltétlenül orvosi kezelés szükséges!

Artrin balm

Bársonyos érintés

Uraknak és hölgyeknek egyaránt ajánlott.



Borotválkozás, gyantázás, epilálás és depilálás után alkalmazható, természetes eredetű ásványi anyagokat tartalmazó készítmény.

A bőrre jótékonyan ható, kiváló gyógynövények kivonatát, a Podhájska termálforrás vizét, esszenciális olajokat, teacserjét és Aloe verát tartalmaz.

- » könnyen felvihető, kellemes állagú;
- » sebgyógyító és gyulladáscsökkentő hatású;
- » összehúzó, fertőtlenítő és regeneráló, erős antioxidáns;
- » rugalmassá teszi és hidratálja a bőrt;
- » nyugtatja és hűsíti a bőrt;
- » a hűsítő érzés sokáig megmarad;
- » lágy, friss, természetes illata van.

Ünnepekre és hétköznapokra.