

### W TYM NUMERZE

Porady specjalisty - Problemy z pęcherzykiem żółciowym.

Temat miesiąca : DETOX - oczyszczanie organizmu prawda i mity.

Porady dietetyka; zalecenia dietetyczne na dolegliwości z obszaru pęcherzyka żółciowego.

## PROBLEMY Z PĘCHERZYKIEM ŻÓŁCIOWYM.

PUBLISHER AKADEMIE FÜR KOMPLEMENTÄR- UND  
INFORMATIONSMEDIZIN

Święta już za nami i wielu pacjentów doświadcza dolegliwości ze strony układu pokarmowego i żołądkowo-jelitowego. Woreczek żółciowy jest często bardziej wrażliwy, a pacjenci skarżą się na wzdęcia, bóle w nadbrzuszu, biegunkę lub zaparcia. Oczywiście ostra kolka żółciowa powinna być również leczona medycyną konwencjonalną, ale terapia BICOM może tu być również bardzo pomocna, nawet w przypadku drobnych objawów.

Pęcherzyk żółciowy ma więcej znaczeń w medycynie energetycznej. W TCM należy do elementu drewna i wraz z partnerem YIN, wątrobą, jest ściśle związany z emocjami, takimi jak złość i agresja.



Jest również powiązany z intelektualnymi zdolnościami, stabilnością układu mięśniowo-szkieletowego, rozmnażaniem oraz zaopatrywaniem organizmu w krew i Qi.

W klasycznym sensie TCM, pęcherzyk żółciowy oznacza sprawiedliwość i dokładność, determinację i moc decyzyjną. Dysharmonia w obszarze energii pęcherzyka żółciowego może prowadzić do niezdecydowania, braku mocy decyzyjnej, ale także do przesadnego perfekcjonizmu. Terapie wykonywane na BIOREZONANSIE BICOM OPTIMA związane z meridianem, mogą prowadzić do poprawy stanu energetycznego na poziomie fizyczno-emocjonalnym i pomagają usuwać blokady. W obszarze narządu ruchu oraz w obszarze obwodowego układu nerwowego, niedobór Qi w meridianie pęcherzyka żółciowego może prowadzić do przewlekłego bólu, osłabienia i dysfunkcji mięśni, ścięgien i stawów.

Zastój Qi może powodować uczucie napięcia lub bólu z lokalną tkliwością. Ból zwykle pojawia się wzdłuż meridianu pęcherzyka żółciowego lub w okolicy poszczególnych stawów. Typowa jest również migrena czołowa w rejonie przebiegu meridianu.

## ZANIM ROZPOCZNIESZ DETOX-PRZEMYSŁ SWOJE DZIAŁANIA

BOŻENA SZMAJDZIŃSKA - AUTORYZOWANY TERAPEUTA  
BIOREZONANSU BICOM OPTIMA

Po wykonaniu kompleksowego testu diagnostycznego BICOM OPTIMA który ma na celu określenie stanu organów wewnętrznych, ich ewentualną degenerację lub pogorszenie funkcjonowania oraz określenie czynników, które są odpowiedzialne za złą pracę między innymi organu wydalniczego, pacjenci bardzo często pytają, czy mogą przystąpić do samodzielnego oczyszczania organizmu z toksyn.

Zawsze odpowiadam, że nie jest to czynność, za którą nasz organizm nam podziękuje dobrym zdrowiem.

Dlaczego? ponieważ jak ma sobie poradzić układ wydalniczy - wątroba, nerki, układ limfatyczny z dodatkową aktywacją trucizn, jeżeli nie funkcjonuje w sposób prawidłowy.

Każda terapia oczyszczająca musi być poprzedzona terapią regeneracyjną i aktywującą układ wydalniczy.

Przy bezmyślnym stosowaniu detoxu bez określenia obciążeń możemy doprowadzić nasz organizm do poważnego stanu zapalnego i poważnego pogorszenia stanu zdrowia.

Terapie usuwające zdiagnozowane patogeny w naszym gabinecie zawsze składają się z trzech etapów:

- Przygotowania Pacjenta do terapii.
- Regeneracji układu wydalniczego i zdiagnozowanych źle funkcjonujących organów.
- Oczyszczanie ze zdiagnozowanych obciążeń.

Takie oczyszczanie ma sens bez względu na wybraną metodę



## ZALECENIA DIETETYCZNE: DOLEGIWOSCI Z OBSZARU PĘCHERZYKA ŻÓŁCIOWEGO

BOŻENA SZMAJDZIŃSKA-DIETETYK KLINICZNY



DIETA:

Wykluczam z diety:

- Margaryna, smalec, olej rzepakowy.
- Potrawy smażone i wędzone.
- Sery tłuste i wędzone, pleśniowe, topione.
- Mięsa z kaczki, gęsi, wieprzowiny,
- Podrobów, pasztetów.
- Kiełbas, mielonek.
- Ryby w konserwach i zalewach.
- Mocna kawa, kakao, mocna herbata.
- Napoje gazowane.
- Eliminacja słodyczy.
- Sałata, ogórki, pomidory, kalafior, kapusta, brukselka, fasola szparagowa.
- Owoce cytrusowe takie jak np. cytryny, pomarańcze, ananasy, grejpfruty, pomarańcze. kiwi.
- Biały ryż.
- Groch.
- Gorące potrawy.
- Potrawy z lodówki – bardzo zimne i zmrożone.

Zalecam w diecie:

- Ostropest plamisty.
- Zioła pobudzające wydzielanie soków żołądkowych - majeranek, tymianek, jałowiec, miętę, kminek, jemiotę.
- Nasiona słonecznika, olej lniany, olej z ostropestu, oliwa z oliwek.
- Dorsza, pstrąga, mintaja, karpia.
- Chude mięsa gotowane na parze, pieczone w papierze do pieczenia w piekarniku kurczak, królik, jagnięcina, cielęcina.
- Maślanka, jogurt naturalny, chudy twaróg
- chleb żytni lub pieczywo graham,
- Ryż brązowy oraz dziki.
- Kasza jęczmienna, gryczana.
- Jabłka bez skórki, gruszki bez skórki, mango, warzywa sparzone.
- Czerwone wino 150 ml.