

Zázraky nejsou v rozporu s přírodními zákony, jsou v rozporu pouze s našimi představami o přírodních zákonech.

Svatý Augustin

Všechny informace a údaje z této knihy by měly být dále rozšiřovány podle nejlepšího vědomí a svědomí. Nakladatelství nepřebírá tímto žádnou odpovědnost ani žádné záruky za újmy a poškození, která by vznikla v důsledku nesprávného použití údajů a rad uvedených v této knize. Veškeré informace v knize jsou určeny pro ty zájemce, kteří si chtějí prohloubit vědomosti a znalosti v této oblasti.

Základní kniha

REFLEXNÍ TERAPIE

Hedi Masafretová

RECEPTOROLOGIE

reflexní masáž chodidel

Předmluva – Julek Patáky

Dílo sestry Masafretová má nesmírnou cenu pro popularizaci reflexní terapie. Receptorologie a receptory je totiž přesně totéž jako reflexní terapie a reflexní plošky. I když jsou v knize popisovány masáže receptorů (reflexních plošek) trošku jinak než v Jančově Reflexní terapii, v zásadě si informace neodporují, ale naopak se doplňují. Oba, na rozdíl od jiných škol reflexní terapie, nabádají k samopomoci a odlišnosti jsou spíše formální, například ve způsobu časového rozvrhu masáží plošek. R. Janča doporučuje určitý počet zmáčknutí určité reflexní plošky a pokud možno ne najednou, ale vícekrát za den. Jelikož paní Masafretová dobře zná neschopnost a lenost pacientů něco pro sebe dělat, jednoduše doporučuje časy (od minut až po hodiny) masáží určitých receptorů na každý den.

V hledání příčin potíží klientů vychází sestra Masafretová hlavně z faktu, že při velkém toxickém zatížení organismu se tento rozhodne skladovat toxiny na nejslabší (například úrazem nebo operací poškozené) místo. Hlavní odpovědnost za to dává ledvinám, které nezvládnou svůj úkol vyloučit toxické látky z těla ven. V jejich doporučeních proto téměř nikdy nechybí masírování ledvin hned na začátku každého ošetření.

Jednou z hlavních příčin v duchovní sféře, proč mají lidé tak velkou tendenci zanášet se toxiny, je neschopnost upřímného přiznání si a vyjádření svých citů (Dahlke: Nemoc jako cesta, Nemoc jako řeč duše). Prvním impulzem na cestě k duchovnímu a tělesnému zdraví u lidí, kteří teprve začínají, je právě masáž receptorů (reflexních plošek) ledvin. Později se zákonitě odhalí celá řada dalších problémů a otázek, ale to už je každého individuální cesta. Nutno dodat, že v tomto směru na věku vůbec nezáleží. Receptorologie je vhodná pro jakýkoliv věk.

Možná vyvstanou otázky, zda se nemůže ublížit mačkáním receptorů. Odpověď je jednoznačná. NE. Pokud se bude provádět s láskou, s plným soustředěním a bez silných emocí, například za každou cenu chtít někoho vyléčit, tak nelze ublížit. Už jsem viděl varování typu, že zánět nebo rakovina se masáží zón rozšíří do celého těla. To je velký nesmysl, protože zánět nebo rakovina

vzniknou v určitém místě právě z nedostatku toku životní energie. Masáží receptorů znovu obnovujeme toky životní energie, čímž mizí všechny nezdravé jevy.

Je potřebné ještě upozornit na jednu důležitou věc a tou jsou reakce po zahájení léčby masáží receptorů. Musíme si uvědomit, že uvolněné toxiny se dostanou do oběhu a nevyklučují se z těla ven pouze klasickými vylučovacími cestami jako je moč, stolice, hleny, pot a slzy. Můžou to být dočasně například kožní vyrážka, váček pod zubem, výtok, kašel, tmavá páchnoucí moč a jiné. Jakákoli reakce, která nastane po masážích receptorů, je ale vítaná a je informací o tom, že se tělo začalo čistit a nastartovalo svoje regenerační schopnosti. Jediné co je třeba, je VYDRŽET.

K textům samizdatového vydání Receptorologie od sestry Masafretová jsem se v průběhu let vrátil několikrát. Vždy mě fascinovaly pokornou prostotou a inspirační silou. Stávalo se mi při čtení, že jsem se přistihl, jak si nevědomky držím nohu v klíně a mačkám receptory. Jsem přesvědčen, že tato knížka zaujme hodně lidí tak, že se začnou aktivně podílet na zlepšování svého zdravotního stavu.

Přeji stálé zdraví!

Julek Patáky V Praze 9. 3. 2002

I. UVEDENÍ DO TEORIE RECEPTORŮ

Co to jsou receptory?

Jako receptory označujeme citlivá místa, která jsou ve spojení (v recepci) s odpovídajícími částmi lidského těla. Receptory se nachází na celém těle. Pokud mluvíme o receptorech v této knížce, máme na mysli především receptory na nohách, tedy chodidlech. Proč právě receptory na nohách? Žádná jiná část lidského těla není totiž tak zanedbávána a zubožována jako naše vlastní nohy. Člověk je od přírody uzpůsoben k chůzi naboso, při které nerovnosti půdy a kamínky samy automaticky masírují všechny receptory na chodidlech. Jak to ale vypadá s nohama civilizovaného člověka dnes? Zem, po které chodíme, je zpravidla vyrovnaná a vyasfaltovaná a k tomu téměř nikdy nechodíme bosí. Pevné boty, které nosíme, zabraňují přirozené masáži receptorů chodidla a navíc často omezují krevní oběh v noze. Nedostatečně prokrvené nohy se v botách potí či prochladnou a receptory přestanou plnit svou funkci.

Co způsobují masáže receptorů?

Masáží dosáhneme lepší prokrvení receptorů a tím i lepšího prokrvení odpovídajícího orgánu. Jak k tomu dochází, věda dosud neobjasnila, nicméně dochází k tomu vždy, o čemž se lze snadno přesvědčit. Zkuste například masírovat prostředníček na levé noze, který je receptorem prostředníčku na levé ruce. Po chvíli zjistíme, že prostředníček na levé ruce je výrazně teplejší než ostatní prsty, tedy je lépe prokrvený.

Čím je dobré prokrvení tak důležité?

Prokrvení je základní podmínkou života každého orgánu. Krev rozvádí po těle kyslík, živiny, protilátky, hormony, ze tkání pak odnáší produkty rozpadu.

Je tedy přirozené, že podmínkou zlepšení funkce orgánu je jeho lepší prokrvení. Čím lepší prokrvení, tím rychleji probíhá proces regenerace a léčení. Z lékařské praxe je známo, že při špatném krevním oběhu trvá léčení vždy delší dobu.

Poruchy v systému receptorů

Při promačkávání receptorů často nahmatáme menší či větší zatvrdlinku. Jsou to usazeniny solí kyseliny močové nebo jiných látek. Jak tyto usazeniny vznikly? Podobně jako nánosy v potoce se usazují na místech, kde je malý proud, usazeniny v lidském těle se tvoří tam, kde je zhoršené prokrvení.

Spojitosť mezi orgánem a jeho receptorem je vzájemná.

Proto podle velikosti usazeniny v místech receptorů můžeme usuzovat na závažnost poškození odpovídajícího orgánu.

Nastane-li funkční porucha orgánů, zhorší se během deseti minut prokrvení receptorů a ten se takto stane citlivější na dotek a na tlak. Naopak zhoršíme-li prokrvení receptorů například těsnou botou, zhorší se prokrvení a tím i funkce odpovídajícího orgánu. Dlouhodobé zhoršení prokrvení receptorů může vyvolat i vážné onemocnění orgánu. Špatně prokrvený orgán nejen hůře funguje, ale je i méně odolný proti infekci.

Při prohmatávání receptorů najdeme někdy člověka, který má bolestivé všechny receptory. Nemusí to nutně znamenat, že takový člověk je smrtelně nemocný. Receptory jsou bolestivé vždy, když jsou příslušné orgány špatně prokrveny; bolestivost všech receptorů ukazuje většinou na nevykonnost celého organismu.

Někdy u někoho najdeme necitlivý receptor přesto, že víme, že odpovídající orgán není v pořádku. Pokud je diagnóza správná, je jenom jedno vysvětlení – zatvrdlé chodidlo. Nejprve musíme odstranit zrohovatělou kůži a teprve pak začne receptor reagovat.

Dnes se hodně hovoří o profylaxi, tedy o předcházení nemocím aktivními opatřeními. Každé vážnější nemoci předchází malá, zpočátku nepatrná dysfunkce některého orgánu. Receptory mohou

ukázat nemoc dříve než se objeví, a my můžeme začít léčbu dříve než se ukáží první potíže. Je tedy receptorologie nejlepší profylaxí.

Jak můžeme působit na receptory? V praxi se receptory ovlivňují dvěma způsoby:

- Ruční masáží.
- Přirozenou masáží při chůzi naboso.

Ruční masáž receptorů

K účinnému provedení masáže je třeba uvolnění masírovaného i maséra. K tomu je třeba zaujmout vhodnou polohu. Při masáži receptorů na plosce chodidla si masírovaný sedne proti masérovi a nohu volně položí na jeho kolena, čímž umožní masérovi přístup ke všem receptorům na plosce*. Při masáži receptorů na patě, na hřbetu chodidla a kolem kotníků masírovaný otáčí nohy tak, aby usnadnil masérovi přístup k receptorům.

Je-li masírovaný ve správné poloze a je-li uvolněný, můžeme začít s masáží. Budeme-li masírovat bříšky prstů nebo též klouby prstů, nehraje žádnou roli. POZOR! Je třeba mít krátce ostříhané nehty. Na masírované místo nanese obyčejný krém nebo lékařskou vazelínu k přiměřenému snížení tření. Některé receptory masírujeme promačkáváním, jiné krouživými pohyby. Masírovat můžeme osoby každého věku, nemluvňata i starce. Zeptáte se možná, není-li nutno při masáži zachovávat směr k srdci. U větších ploch, jako např. receptor ischiasu, je vhodné, když směrem k srdci přitlačíme, směrem od srdce vyhlazujeme. Masáží se totiž mění oběh lymfy, masáž od srdce lymfu blokuje, čemuž se snažíme vyhnout.

* Toto je nouzové řešení nevhodné pro profesionální práci. Trpí totiž při tom záda terapeuta a klient se tak dobře neuvolní. V současnosti jsou k dispozici speciální křesla (něco na způsob TV-křesla).

Jak velký má být tlak při masáži? Začínáme mírným tlakem, který postupně zvyšujeme až na hranici bolestivosti, kde pak delší dobu setrváváme při neustálé kontrole sledováním tváře masírovaného.

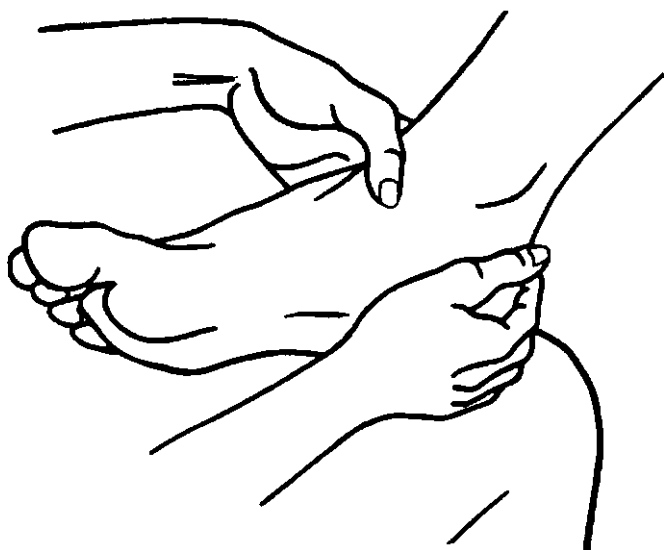
Obr. č. 1: Masáž receptorů na plosce chodidla



Obr. č. 2: Masáž receptorů na nártu chodidla



Obr. č. 3: Masáž receptorů okolo kotníků



Přirozená masáž chůzí naboso

Člověk je uzpůsoben k bosé chůzi po nerovnostech a kamíncích, při které dochází k automatické masáži receptorů. Tento způsob samoléčby můžeme za příhodných podmínek provozovat i dnes. Bohužel zima, sníh, nečistota a střepy nás přinutí uvažovat jinak. Pro náhradu bosé chůze byla vymyšlena rohož TREMA. Je vyrobena z umělé hmoty a na celém povrchu z ní vystupují kuličkovité výčnělky uzpůsobené ke stimulování receptorů. Výčnělky jsou trojí velikosti: malé ostré dráždí hlouběji uložené receptory. Váha těla umožní masáž těchto receptorů bez námahy. Střední výčnělky jsou méně ostré, takže na ně mohou našlapovat i lidé s přecitlivělými chodidly. Je možno na nich přešlapovat při běžných domácích činnostech, jako je mytí nádobí, žehlení, telefonování, holení se apod. Velké kuličkovité výčnělky pomáhají upravit často zkrácené šlachy lýtky, silí chodidlo a vrací je do anatomicky správné polohy. Rovněž masírují výše položené receptory páteře. Mnohé z osob, o kterých je

napsáno v této knize, zaktivnily své receptory pomocí uvedené rohože.

Kde začínáme masáž, jak postupujeme

Receptorologie neodstraňuje jen symptomy nemoci, ale jde na její kořen. V lidském těle téměř nikdy není oslaben jen jeden orgán, orgány našeho těla jsou v neustálé součinnosti, a tak porucha jednoho vyvolává poruchy další. Při léčení pomocí receptorologie usilujeme o nápravu celého organismu.

V akutních situacích, jako např. záchvat migrény, žlučnicková kolika apod., masírujeme samozřejmě především příslušné receptory. V ostatních případech **održujeme následující postup**:

Nejprve masírujeme receptory ledvin a močových cest, aby jedovaté odpadní látky (kyselina močová) uvolněné dalšími masážemi nezůstávaly v krevním oběhu. Zpočátku budeme těmto receptorům věnovat nejvíce času.

Pak masírujeme receptory hlavy jako řídicího centra všech ostatních orgánů.

Dále masírujeme receptory žaludku, střev, jater, slinivky břišní, tedy orgány látkové výměny. Na činnosti těchto orgánů závisí, zda organismus bude mít dost látek pro svou regeneraci.

Pak postupujeme masáží receptorů lymfatických uzlin, které zajišťují rozklad usazenin v těle a dodávají do krevního oběhu protilátky.

Nakonec masírujeme specifické receptory podle konkrétních potíží nemocného. Výběr těchto receptorů můžeme provést podle poslední kapitoly této knížky: Co masírujeme při...

Kolik času je nutné věnovat masážím

Každý receptor můžeme bez nebezpečí masírovat pět a více minut. Opatrnost je nutná jen u receptorů jater a páteře. Receptor jater můžeme masírovat pět minut jen tehdy, máme-li jistotu, že ledviny pacienta fungují normálně. Jinak by mohlo dojít k vnitřní

otravě pacienta, kdy jedovaté látky uvolněné z jater a nevyložené ledvinami by zůstaly v krevním oběhu. Receptor páteře rovněž nemasírujeme dlouho, abychom nevyvolali nepříjemné, i když přechodné, reakce.

Chcete-li uvést svůj organismus do pořádku, věnujte receptorologii půl hodiny denně: Ledvinám a močovým cestám po pěti minutách, hlavě a krku tři minuty, po dvou minutách každé lymfatické uzlině a dvě minuty každému citlivému bodu. Celkem tedy zhruba půl hodiny.

Možné reakce

Povzbuzením činnosti některých orgánů mohou nastat na přechodnou dobu subjektivně nepříjemné reakce, které bez jakéhokoliv zásahu v krátké době odeznějí. Těmito reakcemi se nemusíme znepokojovat a neměly by být důvodem k přerušení masáží.

Objevují se tyto reakce:

otoky zápěstí, zvláště u osob s lymfostázou, vystouplé žíly, cévy musí přenášet více krve a jsou tedy více vidět, otevřená rána v místě receptoru. U špatně prokrvených nohou vznikne někdy i při citlivě a jemně prováděné masáži otevřená rána. Tato reakce má i svou výhodu: jedovaté usazeniny v místě receptoru se nemusí v těle rozkládat, dostanou se ven s vytékající krví.

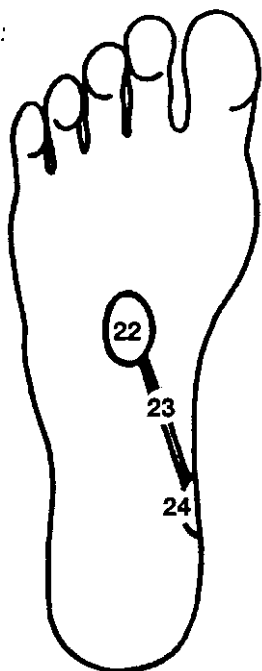
zvýšená teplota. Při masáži receptoru lymfatických uzlin může, je-li v těle ložisko infekce, vyběhnout teplota až k horečce.

zvětšení bolesti v nemocném orgánu, mdloby, modřiny u osob s porušenou rovnováhou vápníku.

II. VYLUČOVÁNÍ JEDOVATÝCH ODPADNÍCH LÁTEK Z TĚLA

Jedním z nejzávažnějších zdravotních problémů dnešních lidí je vylučování odpadních jedovatých látek – produktů metabolismu z těla. Tyto odpadní látky jsou z těla vylučovány především ledvinami, střevem, pokožkou a plicemi, na jejich vylučování se podílejí játra a žlučník. Nejprve se budeme zabývat nejčastěji poškozeným orgánem – ledvinami a močovými cestami.

Obr. 4:



22 – ledvina

23 – močovod

24 – močový měchýř

1. Ledviny

Obě ledviny fazolovitého tvaru, délky zhruba dvanáct centimetrů, jsou umístěny po stranách páteře mezi jedenáctým hrudním a třetím bederním obratlem. Slouží k vylučování jedovatých odpadních látek z krve, které vylučují v roztoku přebytečné vody (jde hlavně o kyselinu močovou a její soli).

Receptor ledvin je uprostřed plosky chodidla v místě, kde se chodidlo prakticky nepohybuje, pokud člověk nechodí bos v členitém terénu. Receptor je umístěn poměrně hluboko, při masáži je třeba více přitlačit. Masáží receptorů dosáhneme zlepšení prokrvení ledvin a tím i zlepšení jejich funkce. To můžeme i přímo pozorovat: po jednom až šesti týdnech pravidelných masáží se moč stane tmavší, žlutější až hnědožlutá. Současně se změní i její pach, který může být dočasně i dost nepříjemný.

Špatná funkce ledvin může vyvolat tyto poruchy:

-ukládání nánosu usazenin odpadních látek v krevním oběhu, což je příčinou vysokého krevního tlaku;

-ukládání odpadních látek do svalů a vaziva vede k revmatizmu, usazeniny odpadních látek v kloubech vyvolávají zánět kloubů a dnu;

-poruchy zraku často souvisí s ukládáním odpadních látek v očích (odpadní látky se mohou v těle ukládat kdekoliv);

-ekzémy a kožní choroby – při špatné funkci ledvin musí více odpadních látek odcházet z těla pokožkou, což může způsobit různé její poruchy;

-zánět ledvin;

-ledvinové kaménky.

Ledvinové kaménky

*** První bolesti v místech, kde jsou ledviny, ucítla paní F. při stěhování. Bolesti přisoudila přetížení páteře a neznepokojovala se jimi. Bolesti však nezmizely. Pomyslela na revmatismus a začala užívat protirevmatickou mast. Když ani ta nepomohla, zašla konečně

k lékaři. Ten analýzou moči a rentgenovým vyšetřením zjistil ledvinové kaménky a doporučil operaci, které se paní F. podrobila.

Dva roky po úspěšné operaci se bolesti objevily znovu. Tentokrát si paní F. nemohla jít lehnout do nemocnice na sedm dní jako dříve. Zkoušela tedy bylinné čaje a homeopatické prostředky. Bolesti však nepřestávaly a naopak stávaly se stále trýznivější. Rozhodla se jít znovu do nemocnice, ale den před konzultací se dostavila kolika, když se uvolněný kamínek dostal do močovodu, kde se zastavil. Lékaři se rozhodli provést operaci a určili termín.

Se svými potížemi se paní F. svěřila svému otci, který už něco věděl o receptorologii a vše jí vysvětlil a ukázal. Paní F. se rozhodla vyzkoušet všechno, aby nemusela jít na další operaci. Když mne navštívila, mohla jsem podle citlivosti receptorů přesně určit místo, kde se zastavil uvolněný kamínek, což paní F. překvapilo a zvýšilo to její důvěru v receptorologii. Hned po první masáži cítila uvolnění. Doma pokračovala v masážích, hodinu denně masírovala receptory ledvin, močovodu a močového měchýře. Rovněž podle mé rady radikálně změnila dietu. Den za dnem se její zdravotní stav zlepšoval, bolesti v oblasti ledvin ustupovaly. Moč se stávala tmavší a obsahovala červený písek. Po třech týdnech při novém rentgenovém vyšetření bylo zjištěno, že kamínek se v močovodu rozpustil. Samozřejmě ne každý kamínek se tak snadnou rozpustí, ale masáž receptoru vždy alespoň zlepší funkci ledviny a není-li možno vyhnout se operaci, urychlí pooperační hojení.

*** Jiná starší žena, paní S., poněkud otlá, trpěla vodnatelností celého těla. Když jsem ji poznala, měla receptory ledvin velice citlivé. Masírovala jsem jí receptory asi pět minut a doporučila jsem jí, aby doma pokračovala. Druhého dne mi telefonovala: „Představte si, jen jsem se vrátila domů, ucítila jsem bolest v močovodu. Hned jsem věděla, že se mé močové kaménky daly do pohybu. Sedla jsem si tedy na mísu a „porodila“ čtyři kousky. Od té doby musím co chvíli na malou stranu, zhubla jsem už o víc jak dvě kila.“

Lupénka

*** Dlouhotrvající napětí (nemoc a následná smrt rodičů, obsazení vlasti německými vojsky) bylo pravděpodobně příčinou zúžení cév v ledvinách u paní G. Zhoršená funkce ledvin znemožnila vyloučení všech jedovatých odpadních látek, které se organismus snažil odstranit z těla náhradním či pomocným vylučovacím ústrojím –pokožkou. Tak začala u paní G. lupénka. Nejprve se objevila na hlavě. Lékařem předepsaná dehtová mast zabrala, kůže se opět vyčistila. Mast však potlačila jenom vnější projevy, proto se po osmi měsících lupénka objevila znovu, tentokrát ve větším rozsahu na hlavě, na ruce i na nohách. Dehtová mast znovu pomohla. Recidivy stále horší se objevovaly vždy znovu po několika měsících po třicet let. Když se paní G. seznámila s receptorologií, rozhodla se zkusit masáže na svou nemoc. Masírovala receptory ledvin půl hodiny denně. Nejprve se změnilo zbarvení moči z vodově bílé na tmavě hnědou barvu, to z těla odcházely jedovaté odpadní látky. Tím se odlehčilo pokožce a ta se začala postupně hojit. Po osmi měsících masáží zmizela lupénka z nohou a z rukou a nehty už několik let deformované se začaly normálně utvářet. Po dalších dvou měsících zmizely všechny vnější projevy nemoci, ale ledvinám bylo třeba i nadále pomáhat masáží receptorů. Při nervových stresech došlo ještě k několika menším lokálním recidivám, ale masáže vždy rychle pomohly.

*** U slečny B. se lupénka objevila po zánětu ledvinových pánviček. Žádné masti ani koupele nepomáhaly. Po dvou měsících intenzivních masáží receptorů ledvin začalo vylučování jedovatých odpadních látek. Je neuvěřitelné, co všechno organismus v té době vyloučil: moč měla zbarvení černé kávy a na dně se usazoval „lógr“. Čištění organismu trvalo deset měsíců a teprve pak začala regenerace pokožky.

Polyartritida – hostec

*** Paní St. se až do narození prvního dítěte cítila vždy dobře. Krátce po porodu se jednoho dne probudila s oteklými prsty. Když otok nemizel, obrátila se na lékaře, který jí předepsal mast. Přes pravidelné vtírání mast nepomáhala. Po dvou měsících se k otokům připojily bolesti v lopatkách. Paní St. se obrátila na jiného lékaře, který jí předepsal injekce kortizonu. Výsledek byl mile překvapující, zánět rychle ustoupil a s ním zmizely i otoky a bolesti. Celý rok měla paní St. klid, ale pak došlo k recidivě. Tentokrát byly postiženy klouby rukou, prsty a zvláště bolestivě kotníky na nohách. Nemocná dostala novou dávku injekcí, ale zlepšení se nedostavilo. Byla tedy poslána do lázní, ale po čtyřech měsících se vrátila ještě v horším stavu. Lékař ji předal do péče specialisty revmatologa, který ji začal léčit injekcemi zlata a kortizonu. Otoky se zmenšovaly a bolesti se mírnily, ale i tato léčba byla jen odstraňováním symptomů. Nepřekvapí, že po ukončení léčby nemoc propukla v celém rozsahu znovu. Paní St. přišla do jiného stavu a v době těhotenství všechny potíže zmizely. Porod byl bez komplikací, ale tři týdny po porodu se paní St. probudila v bolestech tak, že se nedokázala otočit na bok. Přivolaný lékař injekčně aplikoval velkou dávku kortizonu, kterou opakoval po tři dny, než se stav zlepšil. K uzdravení však nedošlo, zánět zůstal stále alespoň v jednom kloubu v akutním stavu, v ostatních kloubech byl latentní. V následujících letech paní St. vyzkoušela všechno možné, injekce, akupunkturu, zásahy filipínských léčitelů – vše bez úspěchu, polyartritidu se nepodařilo vyléčit.

Když jsem paní St. poznala, byla zcela závislá na kortizonu, denně brala šest tablet a dvakrát týdně chodila na injekce. Co jsem zjistila prohmatáním jejích chodidel? Většina receptorů byla citlivá, ale velikost usazenin blokujících receptory ledvin a nadledvinek byla zarážející. Nepřekvapovalo, že tyto orgány prakticky nepracovaly. Nedostatečně vylučovaná kyselina močová se prostřednictvím krevního oběhu ukládala do kloubů, kde vyvolávala zánět a bolesti. Čím větší usazeniny, tím menší pohyblivost kloubů.

Před paní St. byla dlouhá a namáhavá cesta. Nejprve bylo třeba zaktivnit ledviny, aby bylo možné očekávat rozpad usazenin nahromaděných v kloubech za patnáct let. Nadledvinky bylo nutno vrátit do takového stavu, aby samy dodávaly organismu nezbytný kortizon k předcházení zánětů v kloubech. Bylo třeba upravit dietu tak, aby se omezil přísun dalších škodlivin do organismu.

Než jsem započala terapii, vysvětlila jsem paní St., že bude třeba mnoho trpělivosti. Pak jsem provedla první masáž, při které jsem jejímu manželovi ukázala, jak má v masáží pokračovat. Tak paní St. dostávala denně půlhodinové až hodinové porce masáží. Nejprve se její zdravotní stav spíše „zhoršil“, tedy objevily se bolesti v různých kloubech. Po dvou měsících se barva moči změnila na tmavožlutou, ale teprve po půlroce každodenních masáží se paní St. začala cítit lépe. Od té doby se zdravotní stav stále zlepšil, pozvolna mohla přestat brát tablety kortizonu. Dnes, po roce léčení, se cítí již mnohem lépe, neužívá už žádné léky, a přesto v kloubech cítí stále zlepšování. Je rozhodnuta pokračovat v masáží až do úplného vyléčení; vždyť co je to rok trpělivosti proti patnácti létům utrpení.

Revmatismus

Revmatismus je jedním z největších nepřátel člověka, každá desátá zameškaná směna padá na vrub revmatismu. Nejčastěji se revmatismus usadí ve špatně prokrvených svalech, ve vazivech a šlachách, v místech starších poranění, která už nebolí, ale do-léčena nebyla.

*** Paní K. trpěla několik let revmatismem ramen a pravého lokte. V létě to ještě ušlo, ale s prvními chladnými dny se objevily bolesti, které se stále zhoršovaly. Bolesti se objevovaly nejen v chladu a vlhku, ale také po každé větší námaze i po každém nevhodném jídle. Paní K. mi potvrdila, že si asi před deseti lety poranila pravý loket. Příčinu revmatismu v ramenech jsme odhalily na jejích chodidlech. Úzké boty tak přiškrtily receptor ramen, že ta nemohla být dostatečně prokrvená.

Hlavní příčinou revmatismu je nedostatečná funkce ledvin, močovodu a močového měchýře. To plně potvrdily i receptory paní K. Jen jsem se dotkla receptorů ledvin, paní K. prudce ucukla a vypískla: „To mě chcete masírovat špičatými drápy?“ Ukázala jsem jí, že nemám špičaté nehty a že ji masíruji měkkými bříšky prstů a vysvětlila jsem jí, že bolest, kterou cítí, jí způsobují ostré krystalky usazenin v místě receptorů. Výrazné byly i další receptory:

nadledvinky – tedy porucha v tvorbě kortizonu proti zánětům,
příštítná tělíska – tedy porucha hospodaření s vápníkem, žaludek,
dvanácterník, játra a žlučník – tedy nedostatek regeneračních látek.

Ve své životosprávě dělala paní K. téměř všechny myslitelné chyby: pila denně čtyři až pět šálek kávy s mlékem, jedla mnoho citrusových plodů, k jejím oblíbeným jídlům patřil hovězí rosol, který jedla i při záchvatech revmatických bolestí. Když jsem jí vše náležitě vysvětlila, začala paní K. nový život. Denně věnovala masážím receptorů půl až třičtvrtě hodiny, radikálně také změnila dietu. Po třech měsících začaly bolesti ustupovat. Pokračovala v masáží až do doby, kdy citlivost receptorů začala být v normě. Dnes proflakticky masíruje receptory dvakrát týdně a je ráda, že se už nemusí obávat revmatických bolestí v budoucnosti.

2. Močovody

Močovody, dlouhé asi 35 cm a jen 5 mm široké, jsou spojovacími kanálky, kterými se moč z ledvinových pánviček dostává do močového měchýře.

Onemocnění:

zúžení nebo skřípnutí močovodu způsobuje, že moč z ledviny odchází nedostatečně nebo se dokonce vrací;

zánět se projevuje ostrými krátkými bolestmi, které bývají u žen zaměňovány za záněty vejcovodu.

3. Močový měchýř a močová trubice

Močový měchýř je orgán tvaru nádoby ústící do močové trubice přes svalový svěrač.

Onemocnění:

- zánět močového měchýře se projevuje palčivou bolestí při močení. Je častější u žen, u kterých je močová trubice mnohem kratší než u mužů, což usnadňuje proniknutí infekce;
- křečovitě stažení močového měchýře;
- porucha svěrače způsobující noční pomočování.

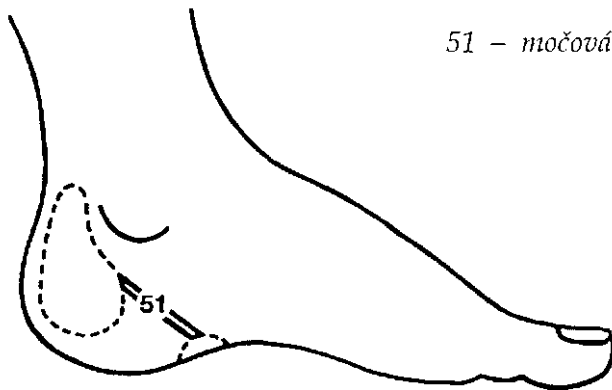
Receptory:

Receptor močového měchýře je na vnitřní straně chodidla před patou, receptor močovodu je na spojnici receptorů ledvin a receptorů močového měchýře, receptor močové trubice je na vnitřní straně paty (viz obr. 5).

Zánět močového měchýře nebo jeho křečovitě stažení můžeme receptorologií vyléčit poměrně snadno a rychle. Zlepšení nastává již po druhé nebo třetí masáži.

*** Pěťadvacetiletá paní J. nemohla po porodu mrtvého plodu normálně močit. Močový měchýř byl přeplněn, stále pocítovala nutkání, ale svěrač byl křečovitě sevřen, což umožňovalo jen bolestivé močení po kapkách. Klasické léčení nevedlo během celého

Obr. 5



51 – močová trubice

půlroku ke zlepšení. Porucha vážně komplikovala manželské soužití manželů.

Když jsem paní J. poznala, byla už u konce s trpělivostí; její psychické reakce byly nenormální a tkáně nohou měla už výrazně vodnaté. Vyšetřením receptorů jsem zjistila onemocnění ledvin, močovodu a močového měchýře. Špatné vylučování jedovatých odpadních látek z těla způsobilo citlivost receptorů dalších orgánů, kterým bylo třeba při masážích také věnovat pozornost. Již po první masáži se paní J. cítila lépe a její manžel, kterého jsem do masáží zasvětila, přislíbil, že doma bude v masážích pokračovat. Po deseti dnech mi radostně telefonoval, že jeho žena mohla celý den bez potíží močit.

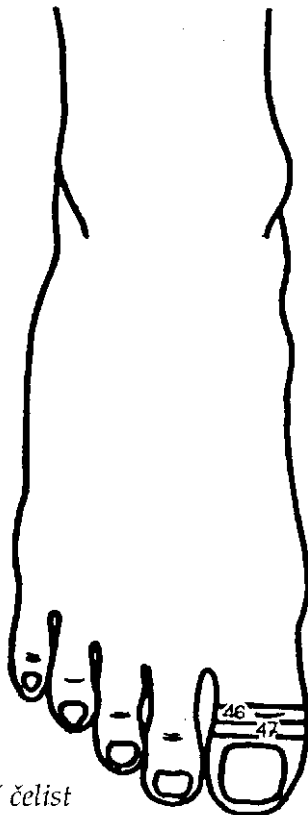
III. LÁTKOVÁ VÝMĚNA

Nejde jen o to, co jíme, ale i o to, zda to, co jíme, mohou naše trávicí orgány zužitkovat. Proto každý článek našeho téměř deset metrů dlouhého trávicího traktu je důležitý. Potrava z úst pokračuje přes hltan, jícen, žaludek, dvanácterník, tenké střevo a tlusté střevo až do konečníku.

1. Zuby

Dobře rozkousaná potrava je už z poloviny strávená. Žvýkáním se potrava mechanicky rozmělní a zároveň se mísí se slinami, kterých slinné žlázy produkují až litr a půl denně. Ovšem pouze při důkladném žvýkání pracují slinné žlázy řádně. Důkladným žvýkáním nám sílí čelisti a pak nebudeme v noci chrápat.

Obr. 6



46 – dolní čelist

47 – horní čelist

Receptory:

Receptor horní čelisti je pět milimetrů před středem prvního kloubu na palci (od nehtu). Receptor dolní čelisti je pět milimetrů za středem tohoto kloubu (viz obr. 6).

Je dobré si zapamatovat, že všechny receptory orgánů umístěných v hlavě jsou na chodidlech stranově obráceně; tedy receptor levé půlky čelisti na pravém palci a receptor pravé půlky čelisti na palci levé nohy.

Onemocnění:

- zubní kaz, bolesti zubů;
- záněty čelistí, problémy s umělými zuby;
- záněty hornočelistních dutin;
- paradentóza.

Při bolesti zubů masírujeme příslušný receptor, čímž se zub lépe prokrví a bolest se zmenší. Masáže ovšem nenahradí návštěvu zubaře.

Potíže při užívání zubních protéz

*** Paní W. ke mně přišla zoufalá. Za posledních šest let ztratila třicet kilo na váze, ráda by přibrala, ale nevěděla jak. Doma měla šest zubních protéz od šesti různých zubařů, ale žádnou z nich nesnesla v ústech déle než půl hodiny. O nějakém žvýkání v jejím případě nemohlo být ani řeči.

Receptory čelistí byly na stisk velice bolestivé. Poradila jsem, aby jí manžel tyto receptory masíroval deset minut denně a pozvala jsem ji, aby přišla znovu za deset dní. Po deseti dnech přišla paní W. úplně vyměněná. V dobré náladě, s plnějšími tvářemi mi řekla: „Beru zpět všechny kletby na zubaře, představte si, že teď můžu nosit kteroukoliv z těch protéz.“

Zánět hornočelistních dutin

Toto onemocnění je skoro stejně časté jako zánět čelních dutin a je i stejně bolestivé. Kdo má za sebou punkce nebo odsávání hnisu, jistě na to nevzpomíná rád. Tomu se můžeme vyhnout, budeme-li masírovat včas příslušné receptory. Budete překvapeni, jak rychle se dostaví zlepšení.

Paradentóza

*** Pan T. onemocněl paradentózou na vojně. Příčinou byla avitaminóza; ve vojenské kuchyni, na kterou byl pan T. při stravování odkázán, všechnu zeleninu dlouho máčeli ve vodě, kterou pak vylili. Bolesti dásní byly tak silné, že pan T. musel na tři týdny přerušit výkon vojenské služby. Teprve v civilu se jeho zdravotní stav poněkud zlepšil. Nicméně nemoc pokračovala a přes užívání různých doporučených prostředků se mu ve věku 32 let začaly viklat zuby. Tehdy se pan T. seznámil s receptorologií a začal denně pět minut masírovat receptory horní a dolní čelisti. Současně zlepšením diety dosáhl zlepšení svých regeneračních schopností. V lépe prokrvených čelistech se začaly zuby po měsíci upevňovat a po půl roce zmizely všechny projevy paradentózy.

2. Hltan, jícen

Rozmělněná a slinami promíšená potrava pokračuje hltanem a jícnem do žaludku.

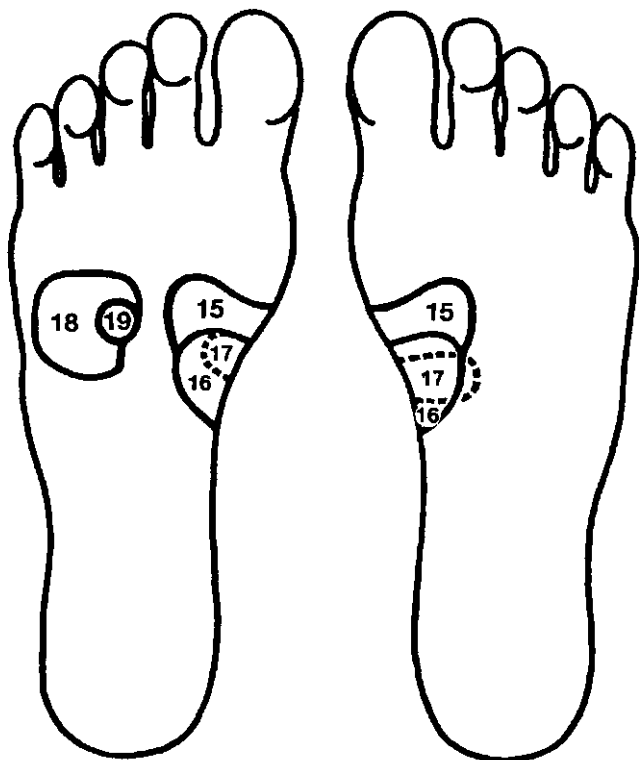
3. Žaludek

V žaludku nedochází k trávení potravy, jak se mylně traduje, potrava se v žaludku jen připravuje k trávení promísením s kyselou žaludeční šťávou. Vzniklá míšenina přes vrátník dvanácterníkem putuje do tenkého střeva.

Receptor:

Pásmo receptorů žaludku na chodidle je na vnitřní straně plosky, mezi palcem a patou, blíže k palci (viz obr. 7).

Obr. 7



- 15 – žaludek
- 16 – dvanácterník
- 17 – slinivka břišní
- 18 – játra
- 19 – žlučník

Onemocnění, poruchy:

zvracení, nadmutí, pocit přeplněnosti, bolesti u srdce, žaludeční vředy.

Většina lidí netrpí žaludečními potížemi, jejich žaludek zpracuje vše, co se mu podá. Dávno už ztratili svou obrannou schopnost, která ještě u kojenců na každé nevhodné jídlo reaguje zvracením. Avšak skutečnost, že žaludek jídlo nezvrátil neznamená, že je dokáže dobře zpracovat. To, co nedokáže hladce zpracovat, to zůstává v žaludku ležet, tíží a nadýmá. Přeplněný žaludek tlačí na srdeční sval, omezuje jeho pohyb, a to zvláště v leže. Ze zkušenosti vím, že 90 % srdečních obtíží může být odstraněno změnou výživy (viz XII. kapitola).

*** Pan P. se v noci probudil bolestmi srdce. Vyděsil se, že by měl něco se srdcem. Když se potíže opakovaly, navštívil lékaře. EKG byl normální a lékař pana P. uklidnil. V noci se však znovu probudil tlakem v srdeční krajině. Napadlo ho, že se lékař zmylil, něco přece není v pořádku. Podrobil se novému vyšetření EKG, ale ani tentokrát nebyla nalezena žádná nepravidelnost. Během času potíže nemizely a pan P. se ještě pětkrát podrobil lékařskému vyšetření. Při jedné návštěvě u lékaře se zeptal, jestli jeho potíže nemohou nějak souviset s jídlem. Lékař se zasmál: „Prosím Vás, srdce a žaludek jsou dva samostatné orgány. Pokud se budete zabývat podobnými nápady, budu Vás muset doporučit na psychiatrii.“

Pan P. tedy přestal chodit k lékaři, ale začal pozorně sledovat, kdy a jak se potíže dostavují. Jednoznačně vyzoroval, že potíže se dostaví vždy po bohaté večeři nebo po jídle, které nadýmá. Změnil tedy životosprávu a potíže samy ustaly.

Žaludeční vředy

Příčinou jsou většinou psychické zátěže. Když člověk „přežvykuje“ nějaký problém, žaludek vytváří odpovídající množství kyseliny. Ta může poškodit svaly žaludku v místě, kde je tenký slizový povlak, a tak vytvořit základ žaludečního vředu (příklady uvedeny v části věnované dvanácterníku).

4. Dvanácterník

Dvanácterník se nachází na pravé straně v horní části břicha. Má podkovovitý tvar. Jeho vnitřní prostředí je alkalické, tedy výrazně reaguje na kyseliny. Do dvanácterníku ústí slinivka břišní a žlučník.

Receptor:

Bezprostředně pod receptorem žaludku se nachází u většiny lidí stále citlivý bod – receptor dvanácterníku. Často je v tomto místě patrný výčnělek velikosti mandle vypadající jako kloub nějaké kosti. Masírovat je třeba na obou nohách (viz obrazová příloha).

Poruchy:

Když se do dvanácterníku dostane příliš kyselý obsah žaludku a dvanácterník svým alkalickým prostředím nestačí tráveninu neutralizovat, tu se začne kroutit podobně jako sliznice úst, když do ní vložíme kolečko citrónu. To vyvolává zvýšenou sekreci jater a slinivky břišní, a tím se může do dvanácterníku dostat i poslední zbytek žluči a trávicích fermentů, což vyvolává poruchy:

dezinfekce jater žlučníkem, trávení tuků, vyprazdňování, vlastního vstřebávání živin.

*** Přišel ke mně pan J. a prosil o radu. Trpěl žaludečními a dvanácterníkovými vředy, k čemuž se mu v poslední době připojily bolesti srdce. Už tři měsíce byl pan J. v pracovní neschopnosti. Lékař mu doporučil jako lék pít koktejl z půl litru pomerančové šťávy a půl litru smetany. Úzkostlivě dodržoval toto doporučení, ale jeho zdravotní stav se nezlepšil, cítil se spíše hůř.

Receptory potvrdily diagnózu jeho zdravotního stavu. V místě receptorů žaludku a dvanácterníku byla usazenina velikosti mandle, která při stisku vyvolávala bolesti. Bylo třeba rozpustit tuto usazeninu, aby se zlepšilo prokrvení receptorů a tím i orgánů. Pan J. musel okamžitě přestat pít „svůj koktejl“, který byl příčinou nadýmání žaludku a tím srdečních bolestí. Pan J. změnil dietu (viz kapitola XII) a denně masíroval receptory více než dvacet minut. Už po sedmi dnech se cítil práceschopným, což samozřejmě neznamena, že už byl zcela zdrav. Po dvou týdnech zmizely bolesti a po pěti týdnech se zacelil poslední vřed.

5. Játra a žlučník

Játra jsou na pravé straně v horní části břicha, jsou největším lidským orgánem vážícím kilo a půl. Žlučník přiléhá k dolní části jater. Je to hruškovitý orgán osm až deset centimetrů dlouhý o obsahu přibližně 50 ccm. Čtvrtina naší krve – něco před litr a půl – je stále v játrech.

Lékařská věda odhalila asi pět set funkcí, které plní játra. Jsou to hlavně tyto:

jsou hlavním orgánem výměny látkové v těle, to znamená, že se podílejí na syntéze i rozkladu látek nezbytných pro život, odstraňují jedy vzniklé při výměně látkové nebo přímo dodané do těla, vytvářejí žluč (1 l denně), která se hromadí do žlučníku. Když jíme potravu s velkým obsahem tuků, žlučník se stahuje a vytlačuje svůj obsah do dvanácterníku (pokud tento není křečovitě smrštěn). Žluč obsahuje látky, které stimulují činnost střev.

Receptor:

Receptor jater je na chodidle pravé nohy, receptor žlučníku je v jeho bezprostřední blízkosti (viz obrazová příloha). Při žlučových kamencích nebo po operaci žlučníku je v místě receptorů často usazenina velikosti hrachu.

Poruchy a onemocnění:

žloutenka, bolesti jater, nedostatek regeneračních látek, trvalá únava a podrážděnost, nespavost (čas jater: dvě hodiny v noci), zánět žlučníku, žlučové kaménky, jaterní skvrny.

Žloutenka

Pokud se nejedná o žloutenku infekční, je příčinou ucpání žlučovodu většinou špatná funkce dvanácterníku, do kterého nemůže žluč pravidelně odtékat, což vytváří blokády ve žlučovodu. Žluč, když není v pohybu, tuhne a vznikají kaménky. Pokud kaménky ucpou žlučovod, vznikne žloutenka. Že ale žlučové kaménky nejsou jedinou příčinou, ukáže nám následující příklad.

*** Pan D. byl náhle postaven před problém, který nemohl vyřešit. To vyvolalo žaludeční křeče, nadýmání, zatvrdlost břicha, nad-mutý žaludek přes bránici tlačil na srdce, které začalo bolet. Paní D. dávala manželovi na břicho horké a studené obklady a masírovala mu půl hodiny receptory žaludku a dvanácterníku. Asi po hodině

vypil pan D. šálek čaje, po kterém se potíže znovu vrátily. Tehdy paní D. podala manželovi z domácí lékárničky protikřečové kapky, které nepomohly. Ani tablety proti nadýmání nepřinesly úlevu. Jediné, co zmírňovalo bolesti, byly masáže receptorů, ve kterých tedy paní D. pokračovala. Tak probděli manželé D. nepříjemnou noc. Ráno si všimla paní D. žlutavého zabarvení očního bělma manžela, aby ho neznepokojovala, neřekla mu raději o tom. Celý den pokračovala v masážích receptorů žaludku a dvanácterníku. Večer se už pan D. cítil lépe, bez komplikací mohl vypít šálek čaje. Do druhého dne pan D. charakteristicky zežloutl a také jeho moč dostala barvu piva typickou pro žloutenku.

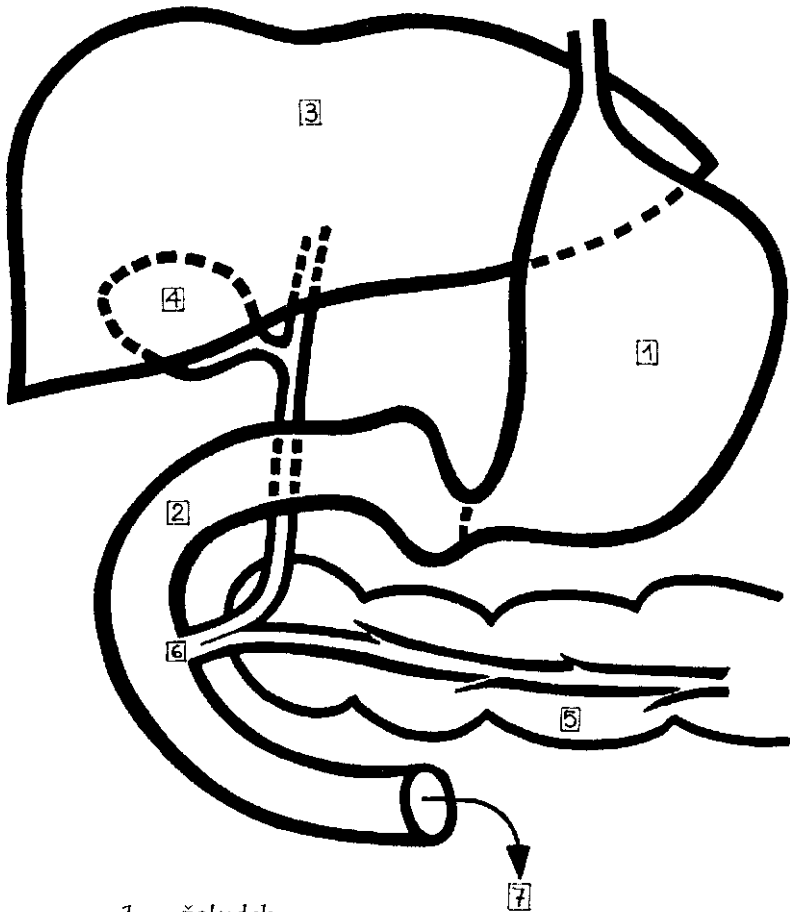
Paní D. masírovala receptory třikrát denně vždy celou hodinu. Výsledky byly stále patrnější. Pan D. už mohl jíst lehce stravitelná jídla; čtvrtého dne začala ustupovat i jeho zažloutlost, pátého dne už byla nepostřehnutelná.

Jak vznikla žloutenka u pana D.? Velký psychický problém způsobil křeče v solar plexu, v pleteni systému vegetativního nervstva. To porušilo funkce žaludku a dvanácterníku, kde vznikly křeče. Žluč, která nemohla normálně odcházet do dvanácterníku, se dostala do krve – odtud žluté zabarvení bělma a pokožky; část barviva odcházela močí, proto měla moč barvu piva.

Zduření jater

*** Již několik let nebyl ošetřující lékař spokojen se stavem jater pana Sch. Ten však jeho upozornění a rady nebral vážně. Teprve jaterní koliky ho přinutily nad slovy lékaře uvažovat. Pitím alkoholu a dietetickými chybami játra zduřela a stala se bolestivá na dotek. Se zduřením jater nelze žertovat; lékař, přítel pana Sch., mu s vážnou tváří řekl, že jestli radikálně nezmění životospřávu, neručí mu za víc než dva roky života.

Obr. 8



- 1 - žaludek
- 2 - dvanácterník
- 3 - játra
- 4 - žlučník
- 5 - slinivka břišní
- 6 - ústí žlučových a pankreatických kanálků
- 7 - tenké střevo

Tři měsíce po této konzultaci se pan Sch. dozvěděl o receptorologii. Rozhodl se pro změnu životosprávy a pro masáže receptorů. První dva týdny se bolesti jater stále zvyšovaly ale pan Sch. cítil, že se jejich funkce obnovuje. Ve třetím týdnu se bolesti začaly zmenšovat a posléze úplně přestaly. Pomalu se zmenšoval i rozměr zduřelých jater. Tehdy se po delším čase vypravil na důkladnou prohlídku ke svému lékaři, který ho přivítal ostře, protože byl přesvědčen, že navštěvuje jiné doktory. Beze slov začal důkladnou prohlídku. Po jejím skončení řekl: „Chodíš ke mně už 35 let, ale ještě nikdy nebyl tvůj zdravotní stav tak dobrý jako dnes. Jak jsi to udělal?“ Připraven na to, že se mu lékař vysměje, pověděl mu pan Sch. celou pravdu. Když skončil vyprávění, podíval se mu lékař do očí a řekl: „Slyšel jsem už o této metodě a teď vidím, že má výsledky – tak pokračuj!“

Bolesti jater

Jsou-li játra oslabená, pak i malé množství jedovatých látek (např. jeden šálek kávy) vyvolávají bolesti. Tyto bolesti se dají snadno odstranit masážemi receptorů.

*** Trávila u mne dovolenou mladá, asi třicetiletá, žena. Čtvrt hodiny po vypití šálku kávy, kterou pila velice ráda, měla křečovitě bolesti v játrech. Stačila však dvouminutová masáž receptorů jater a bolesti zmizely. V občasném masírování receptorů pokračovala i později a pití kávy je pro ni dodnes rozkoší nerušenou následnými bolestmi.

Nedostatek regeneračních látek

Každý organismus podléhá stálému procesu rozpadu a regenerace. V průběhu každých sedmi let se regenerují všechny buňky našeho organismu. Pokud však tělo nezíská z potravy dostatek regeneračních látek, probíhá regenerace nedostatečně.

*** Pan W. si delší čas stěžoval na bolesti v kolenou. Po masážích receptorů kolen se bolesti zmírnily, ale nezmizely. Hledali jsme tedy příčinu a našli ji v nevhodné dietě. Pan W. pil ke snídani kávu s mlékem a k večeři další. Masáže sice zajistily dostatečné prokrvení kolen, ale krev neobsahovala dostatek regeneračních látek. Káva s mlékem při snídani způsobovala, že ostatní jídlo procházelo tělem bez užítku. Káva s mlékem ležela v žaludku ještě při obědě a zhoršovala jeho zažití. Ani večeře nepřinesla nápravu, neboť při ní vypil pan W. další kávu s mlékem. Tak i po dostatečné stravě dostávalo tělo nedostatek regeneračních látek. S těžkým srdcem přestal pan W. pít kávu s mlékem. Výsledek ho však mile překvapil: už za čtrnáct dní zcela zmizely bolesti v kolenou.

Chronická unavenost a podrážděnost

Pokud játra pracují nedostatečně nebo žlučník neodvádí do dvanácterníku hromadící se jedovaté odpadní látky, vrací se tyto do krevního oběhu, jsou rozváděny po celém těle a vyvolávají otravu, která se projevuje jako únava a podrážděnost.

*** Dvaadvacetiletá ošetřovatelka si stěžovala na trvalou únavu, kterou cítila už ráno po dostatečně dlouhém spánku a která ji provázela celý den. K tomu trpěla poruchami paměti a žaludečními potížemi. Ráno se probouzela s křečovitými bolestmi v pod-břišku. Co ukázaly receptory? Výrazně reagovaly receptory žaludku, dvanácterníku, jater a žlučníku. Jaká byla životospráva této ošetřovatelky? Ke snídani jeden až dva šálky kávy s mlékem, přesnídávka čerstvé ovoce, oběd jedla spěšně s myšlenkami na práci, svačina další dva šálky kávy se smetanou a k večeři ovoce a mléko.

Po důkladném vysvětlení zcela změnila životosprávu a začala pravidelně masírovat receptory. Po dvou měsících se cítila jako znovuzrozená, únava zmizela, bolesti ustoupily, paměť se zlepšila – život se znovu stal radostným.

Nespavost

Lidé, kteří se probouzejí okolo druhé hodiny ranní a pak nemůžou asi dvě hodiny usnout, mají ve své životosprávě vážné chyby. Vydatná, zvláště masitá večeře, snědená mezi sedmou až devátou hodinou večerní, aktivuje o šest hodin později játra, aby rozložila jedovaté zplodiny metabolismu. To však játra ve spánku, při zpomaleném krevním oběhu, nedokážou, a proto člověka probudí. Proto nikdy v noci nesvíí tolik oken jako mezi druhou a třetí po půlnoci.

Zánět žlučníku, žlučové kaménky

Častěji než žlučové kaménky nebo písek způsobí žlučnickovou koliku zánět žlučníku. V obou případech však postupujeme stejně. Je třeba:

změnit životosprávu, masírovat receptory jater, žlučníku a dvanácterníku.

Jistý německý lékař, specialista na žlučnickové choroby, který v minulosti provedl přes dva tisíce operací žlučníku, dnes prohlašuje, že tyto operace byly „zbytečné“. Už dva roky aplikuje receptorologii, přičemž stav žlučníku kontroluje rentgenem před i po terapii. Dosud každý případ se mu podařilo vyléčit aktivací receptorů.

6. Slinivka břišní

Slinivka břišní je uložena příčně v horní části břišní dutiny, jeden konec je v podkovovitém ohybu dvanácterníku, druhý se dotýká levé nadledvinky a sleziny.

Slinivka břišní se skládá ze dvou zcela rozdílných žlázočných tkání, které plní dvě různé funkce:

a) *Žlázy produkující trávicí šťávy*

K rozkladu potravy na jednoduché stravitelné látky je třeba enzymů. Slinivka břišní vytváří enzymy rozkládající složité cukry na jednoduché a enzymy rozkládající bílkoviny na aminokyseliny.

Enzymy, které se tvoří ve žláznaté tkáni, se kanálkem dostávají do dvanácterníku, kde se mísí s tráveninou.

b) Žlázy tvořící hormony

Hormonální žlázy zvané Langerhansovy ostrůvky jsou v celé slinivce břišní. V komůrkách typu A se tvoří glukagon a v komůrkách typu B inzulin. Inzulin reguluje množství cukru v krvi tak, aby krev obsahovala stále 80-120 mg %.

Receptor slinivky břišní je na obou chodidlech v blízkosti receptorů žaludku (viz obrazová příloha).

Poruchy a onemocnění:

nemoci výměny látek z nedostatku enzymů, poruchy v procesu regenerace orgánů pro nedostatečné využití regeneračních látek obsažených v potravě, cukrovka.

Poruchy výměny látkové a poruchy regenerace

Proč dochází k nedostatečnému tvoření enzymů? Z výpovědi pacientů vyplývá, že tento druh potíží souvisí se špatnou funkcí dvanácterníku. Křečovitě stažení dvanácterníku způsobí, že jen malá část enzymů odchází ze slinivky břišní; tím se omezuje její funkce nebo se dokonce zcela zablokuje.

Cukrovka

V krvi zdravého člověka je normálně 80-120 mg % glukózy. Glukóza vzniká v lidském těle jako produkt trávení cukrů a škrobů. Po vydatném jídle se do krve dostává velké množství glukózy, které slinivka břišní prostřednictvím hormonu inzulinu sníží zpět na normál. Pokud slinivka břišní neprodukuje dostatek inzulinu, probíhá rozpad cukru v krvi mnohem pomaleji a množství cukru se tedy v krvi zvyšuje. Když množství cukru v krvi překročí 160 mg %, aktivují se ledviny a přebytečný cukr se začne vylučovat močí.

Jaké jsou možnosti léčby?

Umělé dodávání inzulínu do těla injekcemi nebo tabletami nebo omezení jídel obsahujících cukry a škroby.

Povzbuzení slinivky břišní, aby produkovala dostatek inzulínu. Důležitou funkci při tom má dvanácterník, neboť jeho správná funkce umožní odčerpávání hormonů Langerhansových ostrůvků. Cukrovku v každém případě léčíme masážími receptorů slinivky břišní a dvanácterníku.

*** Paní N. se musela jednou měsíčně podrobovat vyšetření cukru v krvi, které rok od roku přinášelo horší výsledky. Musela držet přísnou dietu bez všech sladkostí, pečiva, chleba a brambor, protože nesnášela inzulínové tablety. Třikrát denně prováděla kontrolu moči, zda správně dodržuje dietu. Když se paní N. dozvěděla o receptorologii, svitl jí paprsek naděje. S elánem se pustila do masáží receptorů a začala pozvolna měnit dietu tak, že začala jíst více chleba, brambor, rýže a občas dokonce i nějakou sladkost.

Vyhýbala se syrovému ovoci, mléku, kávě a čaji s mlékem. V průběhu týdne nezjistila kontrolou moči žádné změny. Ve druhém týdnu se kontrolní papírek silně zbarvil a v následujících sedmi dnech vyloučila močí značné množství cukru. Nebylo třeba se znepokojovat touto reakcí. Po uplynutí těchto sedmi dnů se zdravotní stav normalizoval.

Pokud někdo trpí cukrovkou, musí postupovat trpělivě, aby udržel rovnováhu mezi cukrem v krvi a inzulínem ze slinivky břišní. Každodenní kontrola moči indikátorovými papírky je důležitá pro upřesnění diety, eventuálně pro doplňování inzulínu do organismu uměle.

Paní N. zpočátku dodržovala pravidla léčby pečlivě, ale jak vše probíhalo hladce, stala se lehkovážnější a chuť na sladkosti u ní zvítězila nad rozvahou. Slinivka břišní, která byla právě v procesu regenerace, vypověděla službu v důsledku náhlého přetížení. Paní N. zeslábla, začala trpět žízní a musela mnohem více močit. Barva moči se změnila na barvu piva a paní N. začala pociťovat nepříjemný vnitřní žár. Zavolala tedy svému lékaři, který jí hned po příchodu dal injekci inzulínu. Poruchy trvaly ještě pět dnů.

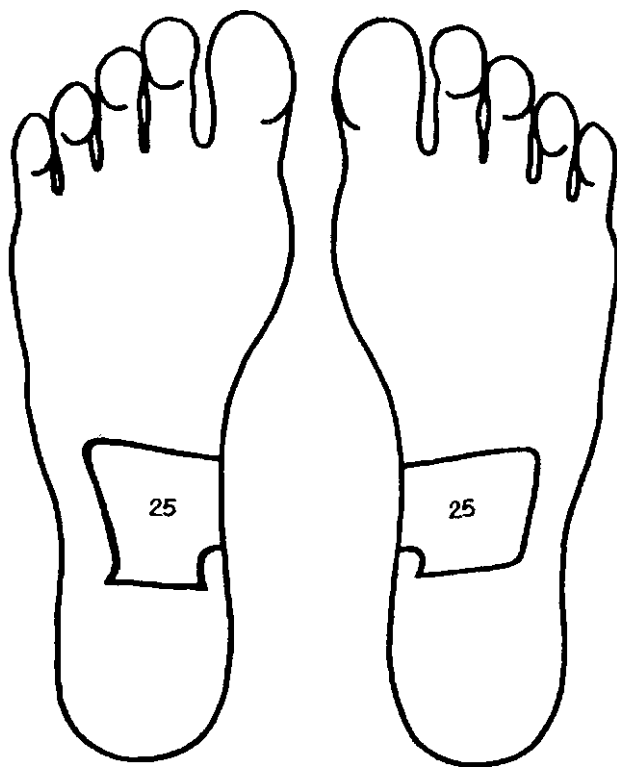
Paní N. začala znovu s masážemi, ale tentokrát pečlivě sledovala změny svého organismu. Léčba probíhala hladce bez dalších komplikací. Už dva roky jí paní N. normálně, v její moči ani v její krvi se už neobjevil nadbytečný cukr. Lékař je s jejím zdravotním stavem spokojen a jen pro klid svědomí ji volá jednou za rok na kontrolu.

7. Tenké střevo

Tenké střevo, asi pět metrů dlouhé, vyplňuje svými četnými kličkami střed břišní dutiny. Začátkem tenkého střeva je dvanácterník. Stěnami tenkého střeva se vstřebávají patřičně natrávené živiny.

Část tenkého střeva má receptor na levé noze a část na noze pravé (viz obrazová příloha).

Obr. 9



25 – tenké střevo

Poruchy a onemocnění:

nadýmání (viz dvanácterník a červovitý výběžek slepého střeva), průjem. Jednorázový průjem není ničím vážným, trvá-li však delší dobu nebo je dokonce chronický, jedná se většinou o velmi vážnou poruchu. Neboť kde má organismus brát regenerační látky, když potrava prochází tělem bez užitku? Vedle stálých bolestí břicha, stále únavy a depresivních stavů, taková porucha urychluje stárnutí a vypadávání vlasů.

*** Ve věku 33 let trpěla paní A. více než rok chronickým průjmem. Velice zhubla, kůže se zvrásnila a objevily se na ní hnědé skvrny, vlasy ztratily lesk; zkrátka vypadala na víc než padesát let. Kromě toho byla stále předrážděná a měla mírně zvýšenou teplotu. Všechny předepsané léky se minuly účinkem. Až se od jednoho pacienta dozvěděla o receptorologii. Okamžitě se rozhodla, že

metodu vyzkouší. Změnila dietu ve smyslu pokynů, které jsou v této knížce ve XII. kapitole a začala systematicky provádět masáže receptorů. Po krátké době nastalo zlepšení, časem průjem zcela ustal a po půl roce vypadala paní A. stejně mladě jako před onemocněním.

8. Tlusté střevo

Tlusté střevo se skládá z těchto částí:

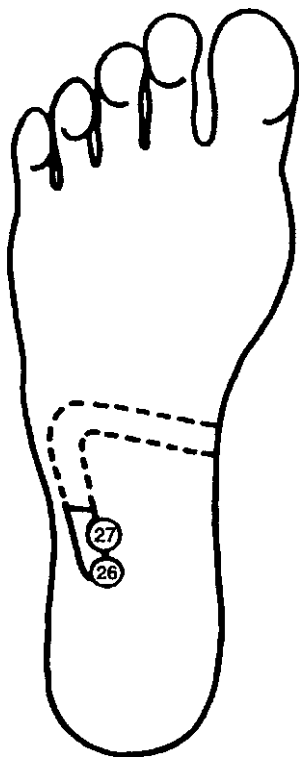
slepé střevo s červovitým výběžkem vzestupný tračník příčný tračník sestupný tračník esovitá klička konečník

Slepé střevo, červovitý přívěsek

Na pravé straně podbřišku, kde tenké střevo přechází do tlustého střeva, je slepé střevo s červovitým přívěskem. Mezi tenkým a tlustým střevem je záklopka – Bauhinská chlopeň, která zabraňuje zpětnému pohybu tráveniny do tenkého střeva. Ze slepého střeva vybíhá asi 6 až 12 cm dlouhý červovitý přívěsek; pokud mluvíme o operaci slepého střeva, jedná se právě o tento přívěsek.

Receptor najdeme na ploše pravého chodidla blíže k patě na malíkové straně (viz obrazová příloha). V bezprostřední blízkosti jsou zde receptory červovitého přívěsku a Bauhinské chlopně.

Obr. 10



26 – červovitý výběžek

27 – Bauhinská chlopeč

Poruchy a onemocnění:

nadýmání podbřišku; příčinou je špatná funkce Bauhinské chlopeč, která nezamezí zpětnému pohybu tráveniny do tenkého střeva, kde vlivem fermentace vznikají plyny, které způsobují křečovitě bolesti tlakem na stěny střeva;

zánět červovitého přívěsku slepého střeva.

*** Paní B. si delší dobu stěžovala na křečovitě bolesti v podbřišku. Receptor slepého střeva byl výrazně citlivý. Po čtyřech týdnech každodenních masáží a změně životosprávy přestal být receptor citlivý a zároveň pominuly bolesti břicha.

Zánět červovitého výběžku slepého střeva

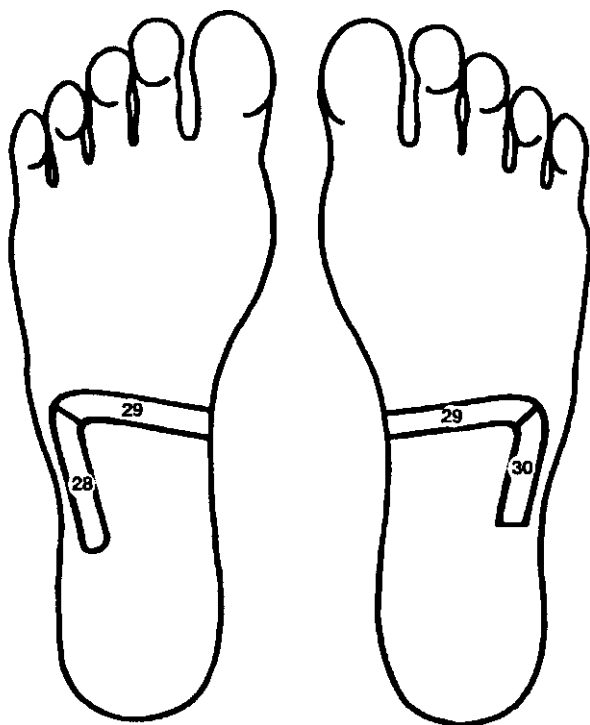
*** Moje dobrá známá paní Th. mi do telefonu sdělila, že má zánět slepého střeva a že s tím musí jít na operaci. Vrátila se od lékaře a datum operace bylo stanoveno na pozítří. Okamžitě jsem ji navštívila a půl hodiny jsem masírovala příslušný receptor. Po této půlhodině paní Th. pocítila úlevu, bolesti břicha ustoupily. Ukázala jsem manželku paní Th., který bod je třeba masírovat, a on pak pokračoval v masážích po celý týden. Operace byla odvolaná, bolesti zcela zmizely a během dvou let, které od té doby uplynuly, nedošlo k recidivě.

Tlusté střevo

Peristaltickými pohyby je trávenina v tlustém střevě posouvána směrem ke konečníku. Přitom je zahušťována odnímáním tekutin, které jsou vstřebávány stěnami tlustého střeva.

V chodidle pravé nohy jsou receptory vzestupného tračníku a poloviny příčného tračníku, ve šlapce levého chodidla jsou receptory druhé poloviny příčného tračníku, sestupného tračníku, esovité kličky a konečníku (viz obr. 11).

Obr. 11



28 – vzestupný tračník

29 – příčný tračník

30 – sestupný tračník

Poruchy a onemocnění:

bolesti břicha nejčastěji působné dysfunkcí tlustého střeva průjem větry (třeba brát zřetel na množství plynů)

*** Pan E. pociťoval z levé vnitřní strany pupečního důlku ohraničené bolesti. Již několik let trpěl zácpou a delší dobu bral pravidelně laxativa. Receptor ukázal blokádu v místě ohybu, kde příčný tračník přechází do sestupného. Receptory ostatních částí tlustého střeva byly v pořádku. Když pan E. tři dny pravidelně masíroval bolestivý receptor, ustoupila zácpa a s ní zmizely i bolesti. Po delší době mohl přestat užívat laxativa.

Samozřejmě tak snadno nejde vyřešit každý případ zácpy. Na zácpě se často podílí špatná funkce tlustého střeva, dvanácterníku a jater. Funkci všech těchto orgánů je třeba normalizovat a teprve pak začne zácpa ustupovat.

Konečník

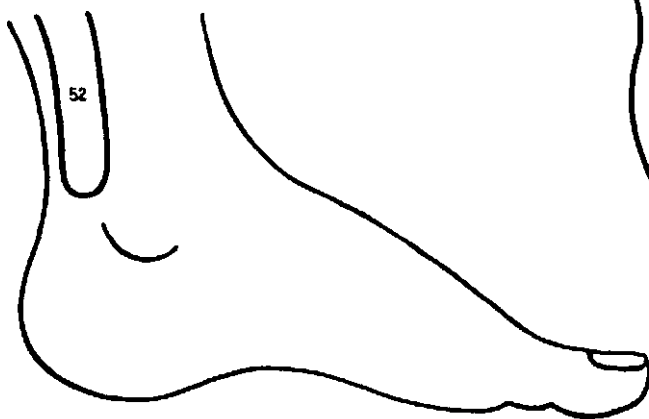
Konečník je poslední část střeva, vně je uzavřen kruhovým svě-račem řiti. Při přeplnění tlustého střeva vyvolává pocit nutkání k vyprázdnění se.

Receptor konečníku je na šlapce levého chodidla blíže paty (viz obr. 12, 13). Dalším receptorem konečníku jsou vnitřní strany lýtek na obou nohách.

Poruchy a onemocnění:

zácpa z důvodu neprůchodnosti konečníku zánět hemeroidy

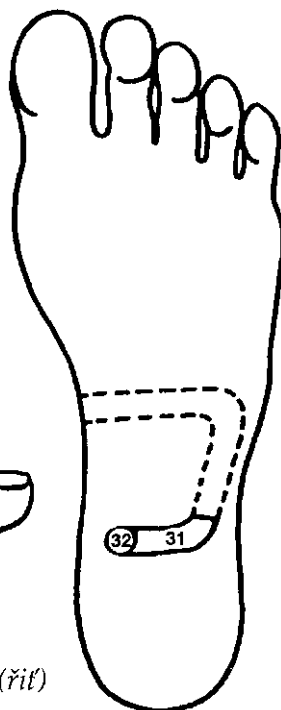
Obr. 12 52 – konečník (hemeroidy)



Obr. 13

31 – konečník

32 – ústí střeva (řiť)



Bez ohledu na to, o který druh poruchy konečnicku jde, lze poruchu zcela odstranit masážemi receptorů. Samozřejmě zánět se léčí rychleji než hemeroidy, ale zmenšení bolestí a zastavení krvácení se dosáhne i u tohoto onemocnění poměrně brzy. Má-li už někdo hemeroidy, musí sedávat na tvrdé židli; až do vyléčení „otevřených hemeroidů“ je vhodné přikládat obklady ze lněného semene a v případě zácpy užívat glycerinové čípky. Hlavní metodou léčení jsou však masáže receptorů.

IV. SRDCE

Srdce

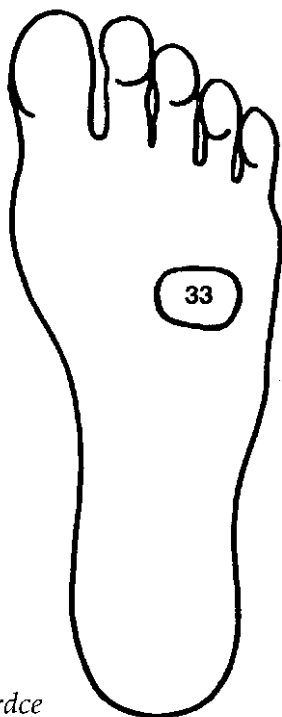
Srdce je svalnatý orgán velikosti pěsti toho kterého člověka. Je vazivý zavěšeno v hrudním koši dvěma třetinami v levé a jednou třetinou v pravé půlce hrudi. Jeho hlavním úkolem je pumpování krve, kterou přečerpává jednak do plic, kde se krev okysličuje, a jednak ji čerpá do celého organismu. Srdce se skládá ze dvou předsíní a ze dvou komor.

Mezi předsíněmi a komorami jsou záklopy, chlopně, které zabraňují zpětnému toku krve. Mezi pravou předsíní a komorou a levou předsíní a komorou je tzv. přepážka srdeční. Ve stavu embryonálním je v této přepážce mezi pravou a levou předsíní otvor a krev protéká z pravé do levé předsíně s vynecháním plicního oběhu. Hned po narození se tento otvor zacelí. Všechna krev z pravé předsíně pak jde do pravé komory a odtud do plic, kde se obohatí kyslíkem a pak se vrací do levé předsíně. Úmyslně jsem upozornila na tento otvor, stává se totiž poměrně často, že se tento otvor po narození zcela nezacelí, což je příčinou vrozené vady srdeční.

Srdce svou výživu a kyslík dostává ze své vlastní soustavy cév, tzv. věnčitých cév.

Receptor srdce je na plosce levé nohy (viz obr. 14).

Obr. 14



33 – srdce

Poruchy a onemocnění:

vady srdce vrozené nebo získané po infekčních nemocích angina pectoris, infarkt onemocnění a vady krevního oběhu arytmie srdce

Srdeční křeče, tlak na srdci, potíže s dýcháním

Nadmutý žaludek tlačí přes bránici na hrot srdce a vyvolává poruchy jeho funkce (viz žaludek a dvanácterník). Podobné potíže mohou však mít i jinou příčinu, např. při oslabené hrudní části páteře může dojít k uskřínutí nervů řídících srdeční činnost.

Vady srdce

Nejčastěji se jedná o vady chlopní mezi předsíněmi a komorami nebo o otvor mezi oběma předsíněmi. Receptorologie upravuje vady srdce bez ohledu na to, jsou-li vrozené nebo získané.

*** Nejmladším dítětem paní R. byla holčička. Brzy po narození si maminka všimla, že s holčičkou není vše v pořádku. Malá P. byla mongoloidní a jako všechny děti s touto vadou měla vrozenou vadu srdce. Tato vada a časté infekční choroby značně zpozdily vývoj holčičky, takže ve dvou letech ještě sama neseseděla. Každý pohyb jí působil potíže. Rty, dlaně a plosky chodidel měla stále sinavé, a to až do doby, než se paní R. seznámila s receptorologií.

Co ukázaly receptory? Citlivé byly receptory ledvin, nadledvinek, močového měchýře, žaludku, dvanácterníku, srdce a lymfatických uzlin.

Přes všechnen křik a pláč a šubání nohama začala malá P. dostávat denně dvacetiminutovou dávku masáže. Podle očekávání se nejprve změnila moč; až do té doby jasná jako studniční voda, po započetí masáže ztemněla a začala pronikavě páchnout. Už po třech týdnech bylo nápadné zrůžovění rtů, dlaní a chodidel, které dostaly normální barvu. P. se stala méně náchylná k infekčním nemocím.

Po třech měsících byla paní R. s holčičkou na lékařské prohlídce. Lékař byl velice překvapen: „Holčička se nám změnila, vypadá mnohem lépe.“ Jako obvykle poslouchal srdce a plíce. Srdce poslouchal déle než jindy, jako by chtěl něco najít. Když zpozoroval tázavý pohled matky, řekl: „Šelesty zmizely, srdce P. pracuje bez poruch.“ Paní R. byla potěšena, neboť co může matce udělat větší radost, než možnost pomoci vlastnímu dítěti.

Angina pectoris

Tak se nazývá arteriosklerosa věnčitých tepen. Přísun kyslíku a živin je dostatečný pro normální činnost srdce, ale při zvýšeném zatížení srdečního svalu, ať z důvodu fyzické námahy nebo

psychického rozčilení, je srdce nedostatečně zásobeno kyslíkem a živinami, což se projevuje bolestmi v oblasti hrudní kosti.

Příčiny:

špatná funkce ledvin, nadledvinek, močovodu a močového měchýře dlouholetá nepravidelná životospráva (přejídání, nadýmání)
psychické problémy

Infarkt

K infarktu dojde tehdy, když sraženina krve zablokuje některou z věnčitých tepen a jí prokrvovaná část srdce přestane dostávat potřebné živiny a kyslík a začne odumírat. Je-li zablokovaná některá z větších věnčitých tepen, může infarkt končit smrtí.

Prevence je zvláště u tak nebezpečného onemocnění vždy lepší než léčení. Pokud dbáme na řádnou funkci ledvin a pokud nad-ledvinky vytváří dost adrenalinu a srdce není utiskováno přes bránci přeplněným nebo nadmutým žaludkem, pak můžeme být klidni, nejsme ohroženi infarktem. Pokud máte za sebou jeden nebo více záchvatů infarktu, je nutno postupovat podle stejné zásady: dát do pořádku ledviny, nadledvinky a žaludek, a můžete být klidni, nic dalšího vám nehrozí.

K problematice infarktu je třeba ještě poznamenat, že častěji přežívají infarkt nekuřáci, kouření totiž ničí ochranné látky potřebné pro přežití infarktu.

Funkční poruchy srdce – kolaps

*** V době, kdy jsem začínala s receptorologií, jsem jednou doprovázela skupinku nemocných do lázní v S. Asi v polovině cesty se na mne obrátila jedna spolucestující se žádostí, abych se podívala na její sousedku, která se jí „nelíbí“ a která jí neodpovídá, když na ni mluví. Paní A. byla duchem nepřítomná, nebyl patrný dech ani hmatatelný puls. Okamžitě jsem začala s masáží receptorů srdce na ruce, protože v autobuse by bylo obtížné masírovat receptor na noze.

Po třech „nekonečných“ minutách paní A. otevřela oči a zašeptala: „To bolí.“ Bez ohledu na to jsem pokračovala v masáži asi deset minut. To se již paní A. začala cítit dobře. Teď jsem se potřebovala dozvědět, proč paní A. jede do lázní a co měla k snídani. Její odpověď: „Mám delší dobu bolesti srdce, proto jedu do lázní. Ke snídani jsem měla kávu s mlékem a housku.“ A právě tato káva s mlékem byla příčinou nadmutí žaludku a tím tlaku na hrot srdce. Přičteme-li nevolnost z jízdy autobusem, nepřekvapí nás, že srdce zastávkovalo. Vysvětlila jsem paní A. v čem dělá chybu. Sledovala můj výklad s výrazem překvapení. „Možná máte pravdu, jak si uvědomuji, je mi vždycky po snídani hůř. Že by káva s mlékem?“ Paní A. změnila životosprávu (viz kapitola XII) a začala masírovat příslušné receptory. „Nehoda“ z autobusu byla obratem v jejím životě, bolesti srdce zcela zmizely.

Vysoký krevní tlak

Při měření krevního tlaku naměříme dvě hodnoty – horní a dolní. Je-li krevní tlak normální, je horní hodnota v rozmezí od 110 do 140 a dolní hodnota od 60 do 90 mmHg. Rozhodně neplatí, jak se uvádělo dříve, že je normální tlak 100 plus věk.

Co znamenají tyto dvě hodnoty? Horní nám ukazuje tlak krve při stažení srdeční komory, dolní tlak krve v tepnách mezi dvěma tepy. Dolní hodnota je důležitější, neboť čím je vyšší, tím méně si srdce může odpočinout.

Co je příčinou vysokého krevního tlaku? Hlavní příčinou je nedostatečná funkce ledvin. Jedovaté odpadní látky nejsou ledvinami odfiltrovány z krve a usazují se v cévách. Tím se cévy zúží a sníží se jejich pružnost, srdce pak na přečerpání stejného množství krve musí vyvinout větší tlak.

*** Paní L. se dozvěděla, že masáží receptorů je možno snížit krevní tlak. Sama již delší dobu trpěla vysokým krevním tlakem a musela pravidelně brát léky na snížení tlaku, proto pro ni byla receptorologie přitažlivá. Začala každodenní masáží receptorů

ledvin, močovéhoodu a močového měchýře – hodinu denně. Po pěti dnech se její zdravotní stav prudce zhoršil a když ani šestý den nenastalo zlepšení, šla k lékaři. Ten jí naměřil tlak 100/60, a to při poslední kontrole měla tlak 200/95. Odkud taková změna? Paní L. se rozhodla lékaři říct pravdu. Ten se jí nevysmál, jak očekávala, ale doporučil jí pokračovat v masážích při pozvolném snižování dávek tablet proti vysokému krevnímu tlaku.

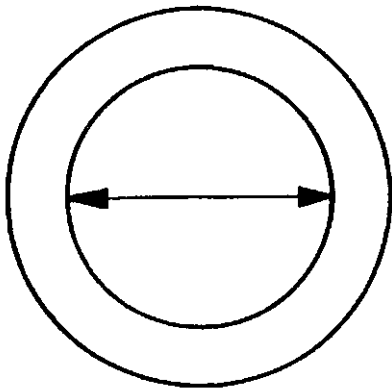
*** Paní S. brala léky na snížení vysokého krevního tlaku víc jak deset let, a přesto její krevní tlak neklesal pod 220/120. Masážemi dosáhla během jednoho roku snížení krevního tlaku na normál, tedy na 140/80, a to i přesto, že zcela přestala brát léky.

Arytmie srdce – viz nadledvinky

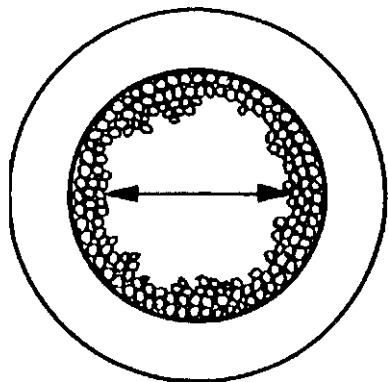
Městky – křečové žíly

Usazeniny v žilách, hlavně v záhybech chlopní, zhoršují jejich normální funkci tak, že průtok krve je nedostatečný. Musíme si ale uvědomit, že do nohou může přitéct jen tolik čerstvé krve, kolik jí z nohou odteče. Vedle usazenin, které mechanicky snižují průtočnost žíly, může k poruše dojít i z důvodu zablokování nervových zakončení, čímž žíla přestane podléhat kontrole, záklopy se neuzavírají a krev teče tam i zpět.

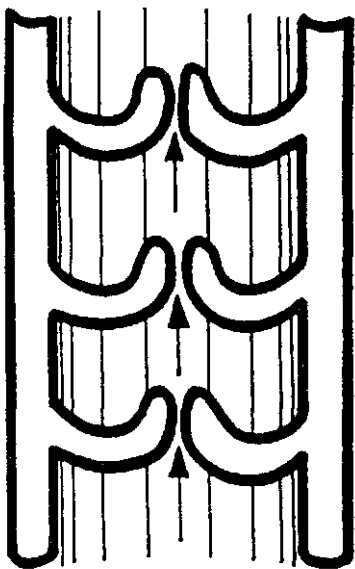
Je možné léčit městky masážemi receptorů? Samozřejmě. Pokud jde o městky v nohách – křečové žíly můžeme bez obav masírovat plošky chodidel. Nejprve se při masážích zaměříme na receptory ledvin, močovéhoodu a močového měchýře, které masírujeme šest týdnů denně. Pak, pokud nenastane náprava, přejdeme na další citlivé receptory, jako např. receptor konečníku.



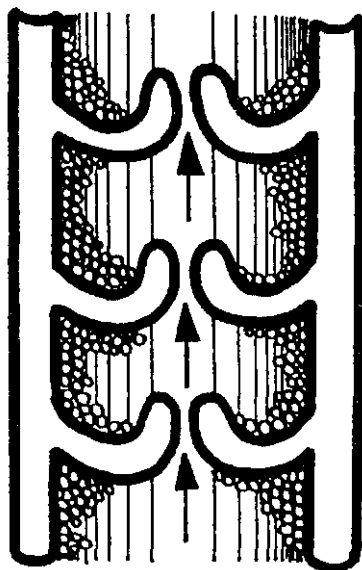
Obr. 15: Průřez zdravé žíly při krevním tlaku 125/75



Obr. 16: Průřez zanesené žíly při krevním tlaku 170/130

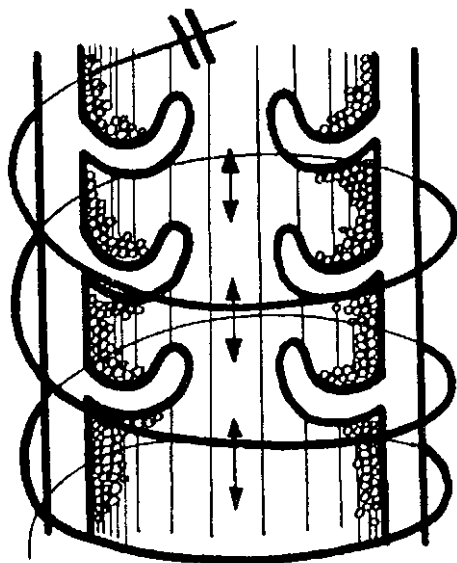


Obr. 17: Zdravá žíla s fungujícími chlopněmi



Obr. 18: Zanesená žíla s poruchou chlopní

Obr. 19: Zanesená „trojale“
rozšířená žíla, která ztratila
svou elastičnost



V. NERVOVÁ SOUSTAVA

Hlava

1. Mozek

Mozek je uložen v dutině lebeční, leží na spodině lebky a shora je chráněn lebeční klenbou.

Mozek bývá charakterizován jako centrála lidského těla. Každý orgán je s mozkem spojen dostřednými a odstřednými nervy. Mozek se dělí na tyto části:

mozkový kmen, ke kterému patří malý mozek, most Varolův a prodloužená mícha. V mozkovém kmeni se nachází centrum dýchací, centrum emoční, centrum řídící činnost srdeční a tlak krve, funkce žaludku a střev; je zde i centrum pro smích;

velký mozek – mozková kůra se skládá z levé a pravé poloviny. V nich se nachází centrum řeči, smyslů a centra pohybová. Zde také probíhá rozhodování a myšlení;

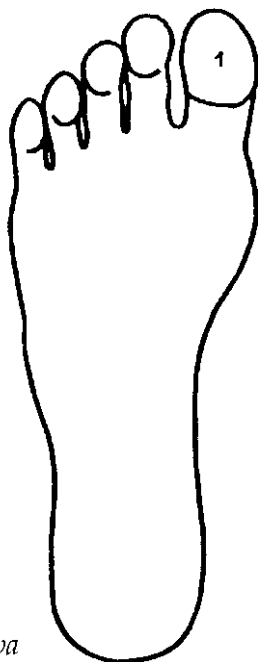
mozeček – rovněž ze dvou polovin – je centrem pro řízení malých a nejmenších pohybů.

Oba palce nohou představují hlavu. Pravá polovina hlavy má receptor v levém palci, levá polovina v pravém (obr. 20).

Poruchy a onemocnění:

onemocnění či špatná funkce všech orgánů otřes mozku bolesti hlavy, migrény

Obr. 20



1 – hlava

Onemocnění nebo špatná činnost všech orgánů

Činnost všech orgánů závisí na řídicí činnosti centra, poškozením některé části mozku vznikají funkční poruchy v té části těla, kterou tato část mozku řídí. Např. při otřesu mozku, kdy dojde k náhlému odkrvení mozku, ledviny, které nebyly vůbec poškozeny, začnou náhle vykazovat funkční poruchy způsobené špatnými pokyny z centra. To se může stát s kterýmkoliv orgánem.

Otřes mozku

*** V době zimní dovolené při bruslení slečna S. ošklivě upadla a zůstala ležet. Přivolaný lékař konstatoval těžký otřes mozku a ztuhnutí šíje a hrudní části páteře. Slečna S. byla okamžitě odvezena domů, lékař nařídil naprostý klid na lůžku na dobu šesti týdnů. Polekaná matka slečny S. si vzpomněla na možnost masáží receptorů. Oba palce nohou, před úrazem nijak zvlášť citlivé, teď ostře reagovaly na každý dotek. Podobně i receptory krku a hrudní páteře měly silnou reakci. Proto mohla paní S. provádět jen velice mírnou masáž, což dělala třikrát denně. Brzy mohla pacientka lehce pohybovat krkem, pominulo i strnutí hrudní části páteře. I hlava se po každé masáži zlepšovala, mdloby zcela přestaly. Po deseti dnech poprvé vstala. Cítila se naprosto v pořádku a prosadila si, že po dvoutýdenní absenci začala znovu chodit do školy.

Bolesti hlavy – migréna

Bolesti hlavy jsou pravděpodobně nejrozšířenější lidskou potíží. Kvůli bolestem hlavy polykají lidé obrovská kvanta tablet. Co však je příčinou bolestí hlavy? Zdá se, že příčin je celá řada:

a) *obuv* (viz též kapitola XII)

Zamyslete se nad svými palci u nohou! Jsou v botách volné nebo jsou přitíštěny k ukazováčkům? Jsou na nich kuří oka, zatvrdliny?

*** Paní V., která byla cvičitelkou léčebné gymnastiky, se mne zeptala na radu. Ve středu, vlastně vždy ve středu pravidelně, měla bolesti hlavy. Proč? Jedno prohlédnutí jejích chodidel mně stačilo k nalezení odpovědi. Paní V. má širokou nohu, ale boty nosí elegantní, úzké. Pro palce v nich vůbec nemá místo. Jejich prokrvení bylo značně omezené, časem se v nich utvořily značné usazeniny. Každému, kdo už něco ví o receptorologii, je teď jasné, že její hlava byla málo prokrvovaná a tím i náchylná k bolestem. Proč se ale bolesti objevovaly ve středu? V rozhovoru jsem se dozvěděla, že v pondělí, v úterý, ve čtvrtek a v pátek cvičí paní V. se svými pacienty doma, jen ve středu dochází do nemocnice. Doma nosí pohodlné

sandály, ale na kliniku si bere vždy elegantní boty. V sandálech bylo prokrvení více méně pravidelné, ale v úzkých elegantních botách se zhoršilo natolik, že po dvou, třech hodinách se dostalo na kritickou mez. Od té doby nosí paní V. sice méně elegantní, ale zdravotně nezávadné boty. Po několika masážích palců na nohách dnes už neví, co to jsou bolesti hlavy.

b) žaludek, střeva

Poruchy trávení jsou častou příčinou bolestí hlavy. Jedna z mých známých, zabývající se rovněž receptorologií, vyřešila bolesti hlavy jednoho svého pacienta masážími receptorů červovitého přívěsku slepého střeva.

c) změny počasí (viz rovnováha)

d) menstruační potíže

Mladá žena si stěžovala na bolesti hlavy trvající tři dny. O ty tři dny se jí už opozdila menstruace – ale souvisí to nějak? Receptor pravého vaječníku byl velice citlivý. Po pětiminutové masáži bolesti hlavy ustaly a druhého dne se dostavilo opožděné krvácení.

e) přílišná námaha očí

f) psychické problémy

g) úrazy, nehody

*** Dvouletá D. se udeřila čelem o podlahu. Ustaraní rodiče ji důkladně prohlédli, ale když nenašli viditelnou ránu usoudili, že se nic vážného nestalo. Na nehodu se brzy zapomnělo. Po více jak jednom roce malou D. silně rozbolela hlava a zvracela. Přivolaný lékař nenašel příčinu. Naordinoval děvčeti čípek proti bolesti, což přineslo úlevu. Neodstranila se tím ale příčina nemoci. Záchvaty bolestí hlavy se zvracením se periodicky opakovaly a stávaly se stále častějšími. Lékař pacientce předepsal vitamín B6 a při záchvatech bolestí čípky proti bolestem. Stav se však nezlepšoval. V jedenácti letech nebylo týdne, aby alespoň na půl den nemusela opustit školu. Není divu, že to mělo vliv i na školní výsledky.

Tehdy se paní D. dozvěděla o receptorologii a začala masírovat receptory své dcerky. Nejprve oba palce, ale i receptory ledvin, nadledvinek, močovodu, močového měchýře, lymfatických uzlin, zkrátka všechny receptory, které našla příliš citlivé. Brzy nastala

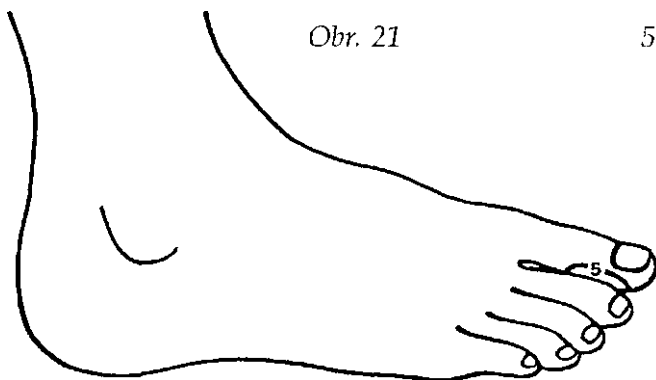
náprava a malá D. už nemusela opouštět školní lavice. Tím nezameškávala a její prospěch se zlepšil. Časem přestala brát léky a dnes je z D. zdravá slečna.

Migréna

Vyvolává ji křeč skrāňových plátků, bývá jednostranná, může však být i oboustranná. Při porušení rovnováhy ji provází mdloby a zvracení.

Nejčastější příčinou migrény jsou úzké boty, proto také migrénou častěji trpí ženy, které si potrpí na parádu.

Receptor skrāní je na vnitřní straně palců nohy ze strany ukazováčku v místě, kde tyto prsty na sebe tlačí (viz obrazová příloha). Levá skrāň má receptor na palci pravé nohy, pravá skrāň na palci levé nohy.



Obr. 21

5 – trojklanný nerv

*** Šla jsem do města nakupovat. Mimo jiné jsem navštívila obchod Boritigue, kde jsem často kupovala pěkné věci. Prodavačka bývala vždy velice milá a snažila se vyplnit každé mé přání. Teď však byla jako vyměněná, polomrtvá se potácela mezi regály. Měla hroznou migrénu a téměř neviděla na oči. Stěžovala si, že si už vzala dva nejsilnější čípky, ale bez výsledku. Záchvat trval už třetí den, druhý den hodně zvracela. Vypadala zbědovaná. Zeptala jsem se jí, jestli už slyšela o masážích receptorů. Přikývla, ale pochybovala, že by jí to mohlo pomoci. Vzala jsem si ji stranou a začala masáž

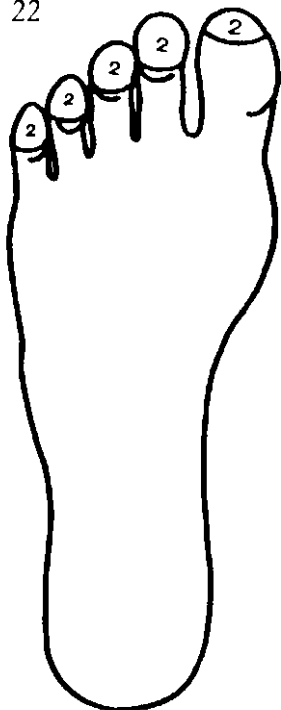
receptorů nejprve velice jemně, protože reakce byly velice výrazné. Bolest pomalu ustupovala, což jsem mohla s uspokojením číst z jejích očí, které s úlevou hleděly na svět. Po desetiminutové masáži každého palce zmizely všechny bolesti a nepříjemné pocity.

2. Mozkové komory, čelní dutiny

Čelní dutiny se nachází nad a za dutinami nosními. Jsou podobně jako nosní dutiny vystlány sliznicí a jsou s nosními dutinami propojeny.

Receptory čelních dutin jsou na bříškách všech prstů na nohách, a to levé čelní dutiny mají receptor na pravé noze a pravé čelní dutiny na levé noze (viz obr. 22).

Obr. 22



2 – čelní dutiny

Poruchy a onemocnění: – zánět čelních dutin

Zánětu čelních dutin zpravidla předchází rýma. Rýma postoupí dál do hlavy a vyvolá zánět čelních dutin spojený s bolestmi hlavy a s vyšší teplotou. Léčení je zdlouhavé a nepříjemné, ale ne pro ty, kteří znají receptorologii.

*** V dětství onemocněl pan P. chřipkou se zánětem čelních dutin. Od té doby nemohl normálně dýchat nosem. V noci spal s otevřenými ústy, která pak mívával ráno nepříjemně vyschlá. Ve dvaceti letech byl odborně vyšetřen lékařem laryngologem. Ten nenašel ani polypy, ani srůsty, byl toho názoru, že jde o one mocnění vedlejších nosních dutin. Tak uplynulo několik dalších let, kdy pan P. trpěl navíc čím dál častěji bolestmi hlavy. Náhodně se seznámil s receptorologií a rozhodl se metodu vyzkoušet. Masíroval tři a půl týdne receptory dutin, než se přes hrtan a nos začaly uvolňovat hrudky hlenu o průměru pět milimetrů. To velké pročišťování trvalo tři dny a pak zmizely definitivně potíže s dýcháním, nosem i bolestí hlavy.

*** Pan E. přišel na celkovou prohlídku receptorů. Stav většiny receptorů byl v normě, jen receptory čelních dutin na obou palcích byly výrazně citlivé. Pan E. si však nevzpomínal, že by někdy měl zánět čelních dutin, mluvil jen o angínách v dětském věku. Že by si nepamatoval? Rozhodla jsem se provést důkladnou masáž receptorů, po které pan E. prohlásil, že se cítí lépe. Následujícího dne mi telefonoval: „Představte si, dnes ráno jsem lehce vysmrkal velké množství hlenu a krve. Cítím se velice dobře. Ani jsem netušil, že je možné mít takový pocit lehkosti v hlavě, jako mám teď.“

3. Páteř

Úkolem páteře je nést hlavu a žebra a chránit míchu. Páteř nese větší část váhy celého těla. Páteř se dělí na:

7 obratlů krčních – krční obratle jsou nejpohyblivější. Umožňují nám kývání hlavou nahoru a dolů, naklánění do stran a otáčení o 90 stupňů;

12 obratlů hradních – hrudní obratle jsou méně pohyblivé a každý z nich nese jeden pár žeber;

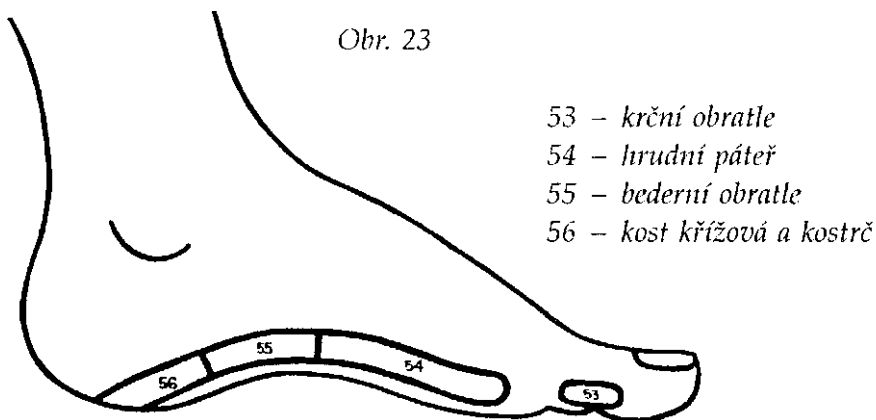
5 obratlů bederních – bederní obratle nesou největší část lidského těla. Umožňují otáčení trupu, předklony, záklony a úklony do stran;

5 obratlů křížových, které jsou srostlé v kost křížovou, což umožňuje pevnost lidské pánve;

– 4-5 obratlů kostrčních – pozůstatek ocasu našich předků. Tyto obratle jsou rovněž více méně srostlé a tvoří kost kostrční.

Esovitě prohnutí páteře umožňuje tlumení nárazů. Mezi každými dvěma obratli je meziobratlová ploténka z elastické chrupavky a vaziva s funkcí nárazníku. Funkci páteře vedle obratlů zajišťuje více než dvě sta svalů a množství vazů. Z míchy v párech pod jednotlivými obratli vycházejí nervová vlákna vedoucí k určitým orgánům. Tak například od krčních obratlů vede sedm párů nervů řídících pohyb ramen a rukou, od bederních obratlů vede sedm párů nervů řídících nohy.

Receptor páteře je na vnitřní straně klenby chodidla. Zde je možno prohmatáním zjistit přesně stav páteře. Receptory je třeba masírovat na obou nohách (viz obr. 23).



Poruchy a onemocnění:

Je třeba vědět, že čalouněná židle a matrace představují nebezpečí pro páteř. Břemena máme nosit tak, aby těžiště procházelo koleny. Když neseme břemeno např. 50 kg nad koleny, je páteř zatížena váhou 50 kg, když ale s tímto břemenem na natažených nohách uděláme předklon, zatížení páteře se zvýší tak, jako bychom měli nad koleny břemeno o váze 760 kg!

Poruchy v inervaci orgánů

Protože každý orgán je inervován, může se stát, že se jeho funkce zhorší špatnou inervací v důsledku zánětu nervových vláken nebo jejich přiškrcení:

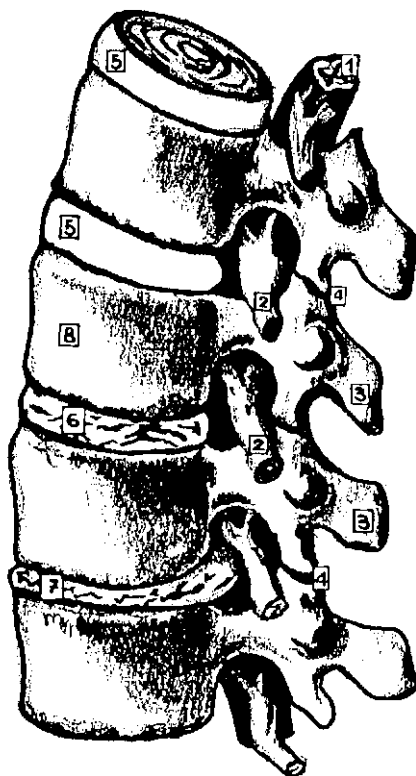
ischias, ustřel choroba Scheuermannova choroba Bechtěrevova vyřeznutí ploténky bolesti v ramenu v důsledku strnutí svalů bolesti v kostrči při sezení

Opotřebování ploténky

Tato porucha není častá, nejedná se také o skutečné opotřebování ploténky. Kdyby se části našeho těla opotřebovávaly jako strojní součástky, musely by se nejdříve opotřebovat nohy a ruce. Mluvíme-li tedy o opotřebování plotének, máme na mysli jejich deformaci. Jak dochází k deformaci ploténky? Meziobratlové ploténky podléhají jako všechny části těla procesu regenerace – látky rozpadu jsou odváděny krví a lymfou a jsou nahrazovány regeneračními látkami dodávanými krevním oběhem. Při křečovitém stažení či následném ztuhnutí určitých svalů vznikají poruchy v oběhu krve v místě a regenerační látky se přes takto ztuhlá křečovitá místa nemohou dostat na místo určení, nebo jedná-li se o křeče žaludku, dvanácterníku či vývodu jater, nedostanou se regenerační látky vůbec do krevního oběhu. Proto u lidí trpících na „ploténky“ najdeme většinou citlivé receptory žaludku, dvanácterníku, jater a žlučníku.

Špatnou funkcí těchto orgánů prochází mnoho regeneračních látek obsažených v potravě tělem bez užitku a nepřekvapí, že ploténky bez regeneračních látek ztrácejí svou elasticitnost.

Obr. 24



- 1 – mícha
- 2 – nervový kořen
- 3 – trnitý výčnělek
- 4 – kloub výčnělku
- 5 – zdravé ploténky
- 6 – počátek poškození ploténky
- 7 – úplná deformace ploténky

Co můžeme proti tomu dělat?

povzbudit prokrvení receptorů páteře;
zaktivnit odstraňování odpadních látek z těla masáží receptorů ledvin, močovodu a močového měchýře a receptorů lymfatických žláz;

masírovat receptory dvanácterníku, žaludku, jater a žlučníku.
Změnit dietu tak, aby tělo dostávalo dost regeneračních látek. Pak dojde k regeneraci i zcela „opotřebovaných“ plotének.

*** Přestože pan H. byl aktivním sportovcem – plavcem, stav jeho receptorů před započítím masáží byl špatný. Trpěl bolestmi

hlavy, nadýmáním a velkou únavou, nápadné byly bolesti páteře. Od šesti let míval bolesti v zádech, které se věkem šířily do celé páteře od krku až po kostrč. V noci často nemohl pro bolest spát, ve dne pak byl stále unaven. Lékaři odvodní komise prohlíželi rentgenové snímky páteře pan H., zprostiti ho vojenské služby a řekli mu, ať je rád, že vůbec ještě může chodit. Odborný lékař označil onemocnění jako neléčitelné, diagnóza zněla: Scheuermannova choroba, tedy opotřebenosti meziobratlových plotének a tvoření se spondylózy. Jediné léčebné možnosti – plavání a gymnastika – nepřinášely úlevu, bolesti se naopak zvyšovaly. Lékař doporučoval operaci, čím dříve tím lépe, alternativou je jen invalidní vozík. To byla tvrdá slova, že by normální život měl končit v osmadvaceti letech. Pan H. nechtěl a nemohl přijmout takový ortel. Přece musí být nějaké východisko; hledal a zkoušel různé metody – bezúspěšně, až do seznámení se s receptorologií.

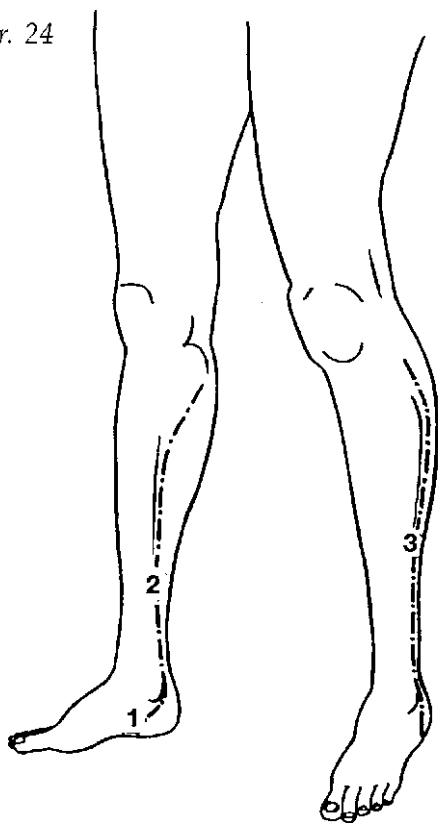
Začal masírovat svá chodidla, po každé masáži cítil úlevu, která mu dotvrzovala, že se dal správnou cestou. Masíroval každodenně deset minut receptory páteře na obou nohách a k tomu i receptory ledvin a močových cest a receptory žaludku, dvanácterníku, jater a žlučníku. Radikálně změnil dietu. Pozvolna docházelo ke zlepšování stavu, po dvou měsících masáží ustoupily bolesti. Dnes jsou jeho záda zcela v pořádku, zvedá stokilové činky bez jakýchkoliv potíží.

Zánět sedacího nervu

Sedací nerv vychází z páteře v oblasti bederní a dělí se na pravý a levý. Je to nejdelší a nejsilnější nerv našeho organismu (jeho průměr je jako průměr maličku dotyčného člověka). Je to nerv, který inervuje nohy bez chodidel. „Ischias“ vznikne když:

člověk udělá „hloupý pohyb“, tedy náhle přetíží páteř dojde k zánětu nervových vláken dojde k prochlazení nervu a následnému zánětu chemické příčiny – zpravidla nadbytek jedovatých odpadních látek v krvi – buď otrava jídlem, nebo špatná funkce ledvin psychické problémy mohou být za zánětem sedacího nervu

Obr. 24



- 1 – ukončení sedacího nervu
- 2 – podkolení nerv vnitřní
(kost lýtková)
- 3 – podkolení nerv vnější
(kost holenní)

Ischiatický, čili sedací nerv probíhá podél kosti stehenní a lýtkové. Při bolestech je třeba masáž provádět velice opatrně, masírujeme odpovídající místa na ruce, tedy podél kosti pažní a vřetení. Masírujeme rovněž výchozí bod nervu a receptor bederní páteře (viz obr. 24).

*** Jednou večer jsem byla pozvána k příteli. Byla tam také jeho přítelkyně, která už šest hodin trpěla silnou bolestí v oblasti kosti křížové a v pravé noze. Nemohla se vůbec postavit na nohy.

Co jsem zjistila prohmátáním receptorů? Usazeniny v plášti kolenního nervu – receptor kolena, špatná činnost ledvin – receptor ledvin velice citlivý.

Z pohovoru jsem se dozvěděla o příkladné špatné dietě – 6-8 šálků kávy s mlékem a kilo syrového ovoce denně. Začala jsem masírovat receptory nadledvinek, ledvin, močovodu, močového měchýře a kolena a začala jsem opatrně rozpouštět usazeninu v plášti nervu kolenního ohybu. Po čtyřiceti minutách zcela ustoupily a pacientka tancovala radostí. Ne vždy se podaří odstranit bolesti tak rychle. Je-li zanícených bodů více, trvají masáže delší dobu než se dosáhne úlevy.

Ustřel

Ustřel, též lumbago či houser, je blokáda nervů v kanálcích bederních obratlů, nejčastěji způsobená přetížením páteře při náhlém pohybu.

Vysunutí ploténky

Příčinou je oslabené vazivo a svaly, které normálně drží ploténku na správném místě. Posunutá ploténka tlačí na míšní nervy a způsobuje silné bolesti.

Co v takovém případě dělat? Masáž receptorů páteře na odpovídajícím místě nejen odstraní bolesti, ale napomůže ploténce vrátit se do správné polohy. Reakce bývá rychlá. Lépe prokrvené svaly vrátí ploténku na její správné místo a bolesti ustanou.

Bolesti v zádech

Osmdesát procent bolestí v zádech pochází od křečovitého napnutí zádových svalů. Bolesti se dají odstranit masáží receptorů páteře a tím zlepšení prokrvení zad. Viz rovněž bolesti pánve a lopatek.

Bolesti v kostrči

*** V dětských letech jsem si narazila kostrč. Ve dvanácti letech jsem nemohla sedět ve školní lavici. Sedlo jízdního kola jsem si musela vypořstrovat pěnovou gumou a i tak jsem na něm vydržela sedět maximálně pět minut. Stav jsem napravila masážemi krku (receptorů kostrče) a dnes nejraději sedávám na tvrdé židli.

4. Krk

Vedle receptorů páteře je ještě zvláštní receptor krku. Je v obou chodidlech na vnitřní spodní straně palců (viz obr. 25).

Příčinou bolesti krku bývá nesprávná obuv. Dokonce i tehdy, když je obuv jen o trochu užší, zhoršuje prokrvení receptorů krku a tím i samotného krku. Je-li noha trvale utiskována, tvoří se v místě receptorů usazeniny, často až velikosti hrachu. Špatné prokrvení zvyšuje sklon ke křečím a k zatuhnutí krčního svalstva, což jsou stavy bolestivé.

5. Solar plexus – sluneční pleteň

Solar plexus patří k vegetativní nervové soustavě, je to nervová pleteň sympatiku ovlivňující činnost žaludku a střev. Receptor solar plexus je blízko receptorů žaludku (viz obr. 26), je třeba masírovat receptory v obou chodidlech.

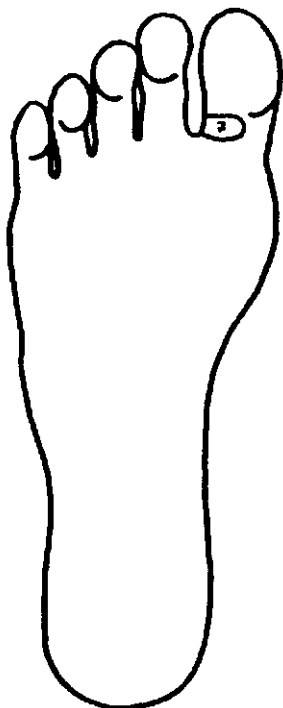
Poruchy a onemocnění:

– nervové žaludeční potíže. Špatná zpráva nám často vyvolá „těžký žaludek“, každý to dobře zná. To psychická zátěž přes solar plexus zatíží žaludek – vyvolá stažení žaludku a střev (viz. žloutenka).

-průjem nervového původu;

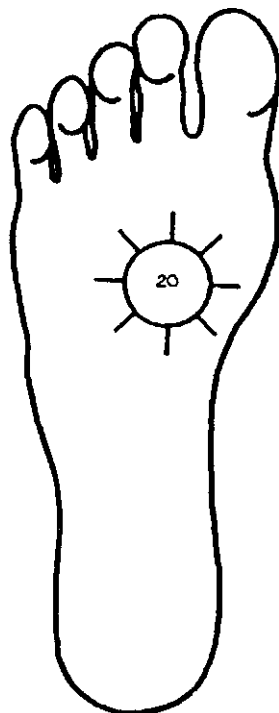
-ztráta vědomí nebo mdloby po udeření do žaludku.

Obr. 25



7 – krk

Obr. 26



20 – solar plexus

VI. PROTILÁTKY

1. Systém lymfatický

Vedle krevního oběhu máme ještě lymfatický systém. Lymfatické cévy začínají jako drobné uzavřené „slepé“ trubičky, které se spojují do větších cév vedoucích do centrálního vedení. Tak z orgánů dolní poloviny těla přichází lymfa do komory ve tvaru nádržky umístěné pod bránicí. Odtud lymfa přechází do prsního lymfatického oběhu, který rovněž shromažďuje lymfu z horní poloviny těla a vpravuje ji posléze do velkých žil.

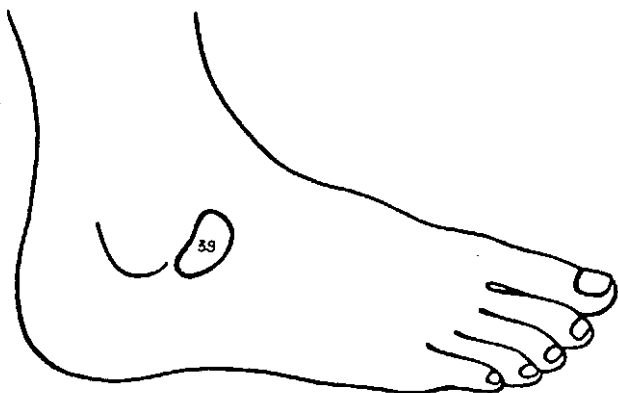
Co přenáší lymfatický oběh? Denně kolem dvou litrů tkáňových tekutin, tuků ze střev, ale i bakterie a další látky jako uhlík, popeloviny apod.

Na lymfatických drahách jsou lymfatické uzliny, jejichž úkolem je pročišťování lymfy a vytváření lymfocytů, neboli bílých krvinek, které se musí regenerovat každý druhý den.

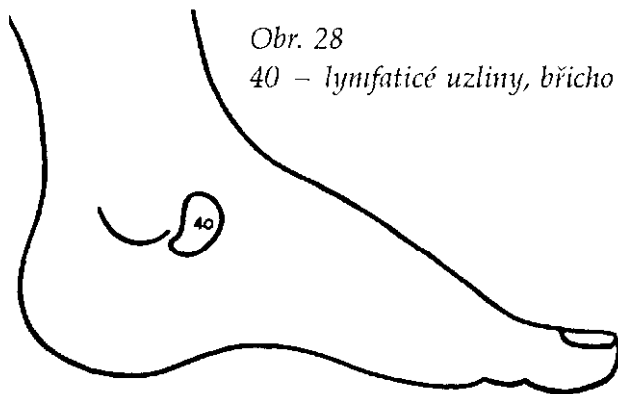
Kde se nachází lymfatické uzliny? Jsou zvláště v pojivové tkáni pánve, v břišní dutině, v hrudním koši, rovněž v okolí žaludku; při zánětech jsou dobře patrné na pohmat uzliny ve slabinách, v podpaží a na krku. Je-li některý orgán infikován, pak nejbližší mízní uzlina reaguje zvýšenou produkcí lymfocytů. Uzlina při tom zduří a stává se citlivá na tlak. K lymfatickému systému patří rovněž červovitý výběžek slepého střeva, mandle a slezina.

Receptor lymfatického systému horní poloviny lidského těla je před vnějším kotníkem na obou nohách, receptor lymfatického systému dolní poloviny těla se nachází před vnitřním kotníkem a hrudní lymfatická komora s prsním rozvodem lymfy má receptor na vrchní straně chodidla mezi palcem a ukazováčkem (viz obr. 27).

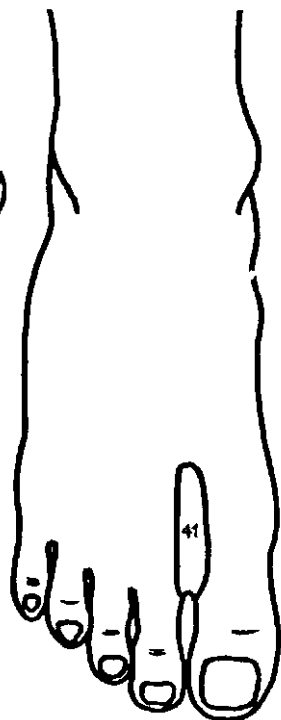
Obr. 27
39 – lymfatické
uzliny, horní polovina
těla



Obr. 28
40 – lymfaticé uzliny, břicho



Obr. 29
41 – hrudní lymfatická komora
s prsním rozvodem lymfy



Poruchy a onemocnění:

- voda v nohách, oteklé kotníky
- cellulitis
- nedostatek protilátek
(nemoc bez horečky)
- poruchy ve všech orgánech – nádory,
cysty, vředy, rakovina

Voda v nohách, oteklé kotníky

*** Nohy paní W. byly oteklé už několik let. Od lýtek až ke kotníkům byl obvod nohy stejný, ani náznak zúžení. Nehledě na to, že taková noha není pěkná, tento stav nohou paní W. velice vadil proto, že nohy byly těžké jako z olova. Paní W. prodávala v obchodě, byla tedy pořád na nohou. Jednoho dne, když už sotva mohla stát, ji jedna zákaznice upozornila na receptorologii. Začala se o tuto metodu zajímat a rozhodla se ji vyzkoušet. Rozhodla se v pravou chvíli, právě začínala dovolenou a masáže byly dobrou náplní volného času. Věnovala masážím receptorů více jak půlhodinu denně. Při masáží receptorů lymfatických uzlin jí pomáhal manžel, zpočátku totiž nebylo vůbec jednoduché dostat se do „důlků“ před kotníky. Ale pan W. nelitoval času a věnoval každému lymfatickému receptorů deset minut, tedy celkem hodinu denně. Otoky začaly pomalu ustupovat. To bylo povzbuzením k dalším masážím. Po čtyřech týdnech každý kotník zmenšil obvod o pět centimetrů. Paní W. si pochvaluje: „Cítím se úžasně lehce a můžu už zase nosit sukně.“

Cellulitis

Mnoho žen trpí na cellulitis, neboli pomerančový vzhled kůže především na rukou a na nohách. Příčinami jsou špatné funkce lymfatického systému a hormonální poruchy. K dosažení trvalé nápravy je třeba odstranit kořen zla. Nestačí jen povrchní přesunutí lymfy dosahované při tzv. lymfatické drenáži, ale je třeba dosáhnout obnovení tvorby hormonu a zvýšení produkce lymfy.

*** Paní R. masírovala více než rok dva až třikrát týdně všechny tři receptory lymfatického systému, každý asi tak dvě minuty. Výsledek: úbytek obvodu každého údu o devět centimetrů a ošklivý pomerančový vzhled zcela zmizel.

Nedostatek protilátek

Mnoho dospělých nedostává horečky při nemocích. Úbytek sil je značný, ale krev je „čistá“ – až příliš. To proto, že organismus má málo leukocytů a tím i málo protilátek. Když se bakterie dostanou do organismu s takto „čistou“ krví, mají značně ulehčenou práci. Nemusí se potýkat s protilátkami, naráží jen na nepatrný odpor, a tak se usazují na určitém místě a odtud oslabují celý organismus. Člověk se cítí celý rozlámaný, unavený, nemocný jako při chřipce, ale teplota se pohybuje okolo 37°C. Pokud by bylo dost protilátek, začal by boj s bakteriemi, čili horečka. Pokud však tělu pomůžeme masážemi receptorů lymfatických uzlin, můžeme počítat s rychlým zvýšením množství protilátek a tím i vítězstvím nad nemocí a návratem ke zdraví. Není třeba se vzrušovat, pokud teplota po masážích stoupne na 39 až 39,5°C, to se takto účinně organismus horečkou brání proti infekci. Pokud budeme horečku snižovat léky, snížíme schopnost sebeochrany organismu a může se nám stát, že pak týdny budeme unavení a oslabení.

Při masážích receptorů lymfatického systému se může rychle zvýšit teplota, respektive teplota se zvýší tehdy, je-li kdekoliv v organismu infekce. Tělo dostane zvýšenou dávku leukocytů a začne tedy bojovat s bakteriemi.

Rakovina

*** Sedmnáctiletý G. v září poprvé zpozoroval ochablost v levé noze nad kolenem. Nevěnoval tomu velkou pozornost. Když se během dvou měsíců bolest stupňovala, rozhodl se zajít k lékaři. Ten nejprve zkusil odsát tekutinu z nohy pomocí injekce, což se mu nepodařilo. Když přijal pacienta na sledování, pokoušel se nejprve odstranit otok (který se mezitím zvětšil na 12 ccm) znehybněním nohy na závěsu při současném užití masti proti otokům.

Otok se však nezmenšil. Mladý G. byl převezen do krajské nemocnice, kde mu operativně odstranili nádor a tkáň poslali na histologické vyšetření. Po několika dnech dostali lékaři výsledek: rakovina. Rozbor krve neukázal rovněž nic povzbudivého – játra,

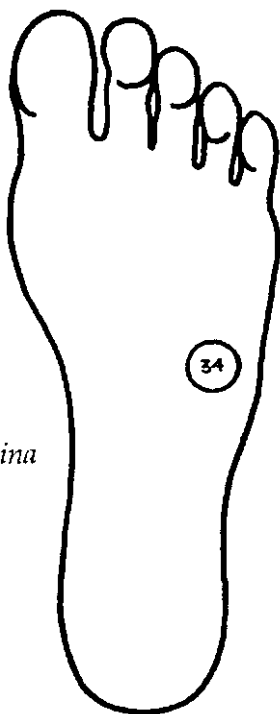
ledviny a slezina pracovaly velice špatně. Lékaři začali uvažovat o amputaci nohy. Po dalším důkladném vyšetření doplněném lymfografií byla stanovena definitivní diagnosa: rakovina lymfatického systému. O operaci se už více nemluvilo. Bylo ještě vyzkoušeno ozařování celkem dvaceti dávkami a k tomu každý desátý den pět injekcí cytostatik. G. se cítil stále hůře. Bylo před vánočními svátky a podle lékařů mladému G. nezbývaly více jak tři měsíce života. Proto mu bylo dovoleno slavit vánoční svátky doma. Na svátky měla rodina G. návštěvu, přijeli strýc a teta, kteří se vyznali v receptorologii. Když uslyšeli o špatném zdravotním stavu G., rozhodli se hned začít s masážemi. G. se ale měl vrátit zpět do nemocnice na dalších dvacet dávek ozáření. Proč, když mu lékaři stejně nedávali naději na přežití? Rodiče G. se ohlásili na rozhovor k primáři, řekli mu o masážích i o svém přesvědčení, že jenom tyto masáže mohou mladému G. pomoci, a po delší diskusi dosáhli toho, že si G. mohli na revers vzít domů. Hned toho dne se ohlásili u mne. Celkový stav G. byl velmi špatný, ozařovaná končetina a slabiny otevřeně hnisaly. Téměř všechny receptory byly bolestivé na dotek, nejvíce ale receptory lymfatického systému. Kde jsou normálně důlky (všechny receptory lymfatického systému leží v důlcích), byly u G. „výstupky“.

Od toho dne byl G. masírován dvě hodiny denně. Hodinu receptory lymfatického systému (každý deset minut) a hodinu receptory ledvin, nadledvinek, močovodu, močového měchýře, hlavy, žaludku, dvanácterníku, jater, žlučníku a sleziny. Celkově změnil životosprávu (viz kapitola XII). Všechny injekce a tabletky putovaly do odpadkového koše. K povzbuzení regenerace užíval denně tři lžice pylu z květů. Rány na noze se pomalu začaly hojit. Krevní obraz se stále zlepšoval, což ukazovaly pravidelné laboratorní zkoušky. Po třech měsících nastal radostný den: v krvi nebyly nalezeny rakovinné buňky. Dnes je G. naprosto zdravý a plně práce-schopný. Dvakrát týdně dvacet minut profylakticky masíruje receptory lymfatického systému.

2. Slezina

Slezina je plochý orgán dvanáct centimetrů dlouhý, osm cm široký a tři cm silný. Je uložena mezi levou ledvinou, žaludkem a příčným tračníkem tlustého střeva.

Obr. 30



34 -- slezina

Slezina je vstřebávací orgán s větším množstvím funkcí. K nejdůležitějším patří:

tvorba bílých krvinek a protilátek
filtrace a rozklad starých červených krvinek
skladování krve

Receptor sleziny je na plosce levého chodidla od receptorů srdce blíže k patě (viz obr. 30).

Poruchy a onemocnění:

malé množství hemoglobinu v krvi nedostatek protilátek bolesti (píchnutí) v boku

*** Mladá třicetiletá paní R. byla už delší dobu v lékařské péči mimo jiné i pro onemocnění sleziny. Několik týdnů trpěla bolestmi břicha, zvláště v horní části. Její krevní obraz byl špatný: hemoglobinu 50 % (normál 90-100 %), červených krvinek 2,8 mil. (normál 4,5 mil.). Úbytek červených krvinek byl vážný a vzhledem k tomu, že podávané léky stav nezlepšily, doporučil jí lékař operativní odstranění nemocné sleziny. Tehdy se paní R. dozvěděla o receptorologii. To, co uslyšela, ji zaujalo, a proto mne navštívila. Chodidla mi prozradila, jaký je celkový zdravotní stav paní R. Poškozena nebyla jen slezina, ale celý lymfatický systém, vedle toho v pořádku nebyly ani žaludek, střeva, játra a žlučník (zácpy trvající až 19 dnů!). Citlivé byly i receptory ledvin, močového měchýře, hlavy (trpěla migrénami), krku a vaječníků. Paní R. se mnou plně spolupracovala. Přestala užívat chemické léky. Chodila ke mně zpočátku dvakrát, později třikrát týdně na hodinové masáže receptorů, doma pak sama podle mého návodu masírovala chodidla půl hodiny denně. Námaha se vyplatila. Po dvou týdnech se začaly ztrácet bolesti sleziny a celkový pocit zdraví se začal obnovovat. Výsledky léčby potvrdila analýza krve: po pětiměsíční terapii bylo v krevním obrazu zjištěno 80 % hemoglobinu (nárůst o 32 %) a 4,1 mil. červených krvinek (nárůst o 1,3 mil). Funkce sleziny byla v normě. Dnes je v normě nejen krevní obraz paní R., ale i celý její organismus. Paní R. se podle svých vlastních slov nikdy necítila tak dobře, jako dnes.

*** Dvanáctiletý chlapec R. M. vynikal ve škole ve všech předmětech kromě tělocviku. Nemohl delší dobu běžet, již po pár stech metrech se objevily silné křečovitě bolesti v boku. Usoudila jsem, že jde o poruchu sleziny. Můj odhad se ukázal být správný, i na malé stisknutí v místě receptorů sleziny chlapec prudce reagoval. Dotazem jsem zjistila, že asi před rokem měl chlapec menší úraz při bruslení, kterému nevěnoval žádnou pozornost. Po dvou týdnech každodenních masáží receptorů sleziny se obnovila činnost a receptor přestal být citlivý na dotek. R. M. mohl zase bez omezení běhat.

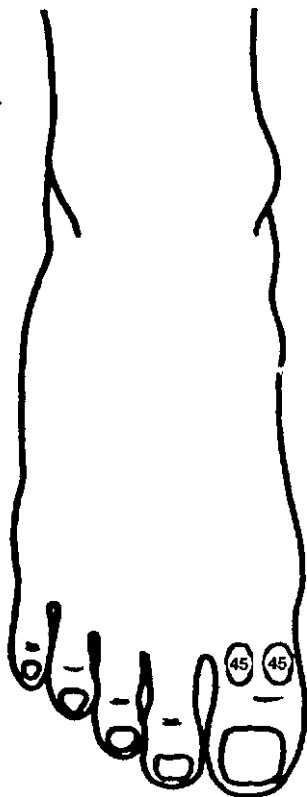
3. Mandle

Nosní a krční mandle patří rovněž k lymfatickému systému. Jejich úkolem je chránit organismus neutralizováním škodlivých činitelů. Rozhodně nejsou „zbytečným orgánem“ a je třeba se zamyslet, je-li navrhováno jejich operativní odstranění. Operace většinou problém nevyřeší, člověk sice onemocní angínou, ale jeho krk se může stát semeništěm mnoha různých choroboplodných zárodků.

Bolestivé, zvětšené a hnisající mandle zcitliví svůj receptor. Překvapí vás, jak rychle účinkuje masáž. Pět minut masáže na každé noze a pacient se bude cítit mnohem lépe. Nebude třeba další terapie. Zkuste to! Krční a nosní mandle mají své receptory na hřbetě palců po stranách první prstní kůstky (viz obr. 31).

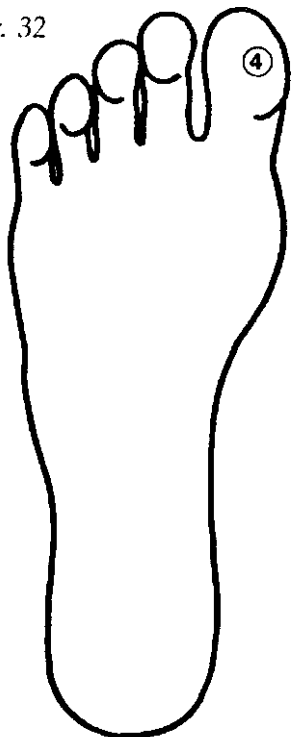
Obr. 31

45 – mandle



VII. ŽLÁZY S VNITŘNÍ SEKRECIÍ

Obr. 32



4 – hypofýza

1. Podvěsek mozkový – hypofýza

Hypofýza je uložena v komoře mezimozku. Je to nejdůležitější žláza s vnitřní sekrecí, která mimo jiné řídí:

štítnou žlázu kůru nadledvinek pohlavní žlázy

Hypofýza vytváří růstový hormon. Receptor hypofýzy je uprostřed plosky palce na obou nohách (viz obr. 32).

2. Nadledvinky

Nadledvinky tvoří jakoby pokrývku obou ledvin. Tkáň nadledvinek se skládá z kůry a dřeně, ve kterých se vytváří různé hormony.

a) Dřeň nadledvinek

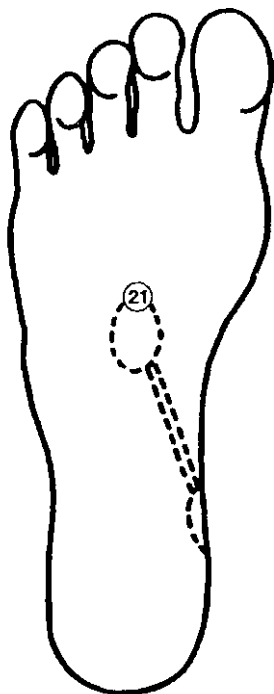
Ve dření nadledvinek se tvoří adrenalin potřebný pro práci srdečního svalu. Množství adrenalinu v krvi řídí sílu a rychlost práce srdce a tím i prokrvení celého těla. Adrenalin urychluje výměnu látek v těle a tím i zvyšuje produkci tepla.

Poruchy a onemocnění:

arytmie srdce mdloby

*** Kněz P. trpěl již několik let těžkými poruchami srdeční činnosti. Různé léčby přinesly jen krátkodobou nápravu. Jak se vrátil ke své práci, poruchy se obnovily s ještě větší intenzitou. V době, když jsem ho poznala, míval 25 až 30 záchvatů denně. Při záchvatech ztrácel vždy na okamžik vědomí, čímž si způsoboval mnoho drobných zranění a škod. Byl zcela závislý na své hospodyni, která mu musela se vším pomáhat, aby si neublížil.

Obr. 33



21 – nadledvinky

Co mi odhalily jeho receptory? Receptor srdce byl poměrně v pořádku, ale receptory ledvin a nadledvinek byly velice citlivé. Tedy srdce bylo schopno dobře pracovat, ale nedostávalo se mu adrenalinu. Začala jsem masáže receptorů ledvin, nadledvinek, močovodu a močového měchýře. Hospodyně mne přitom pozorně sledovala, aby mohla v masážích pokračovat. Doma pak masírovala tyto receptory kněze dvacet minut denně. Po týdnu jsem potkala kněze na ulici, jeho zdravotní stav se už výrazně zlepšil, již po prvních masážích se počet záchvatů snížil na pět za den.

b) Kůra nadledvinek

Vytváří kortikoidy, z nichž nejznámější je kortizon. Tyto hormony ovlivňují tvorbu protilátek a lymfocytů, řídí nerostnou rovnováhu, podílí se na tvorbě pohlavních hormonů a ovlivňují růst.

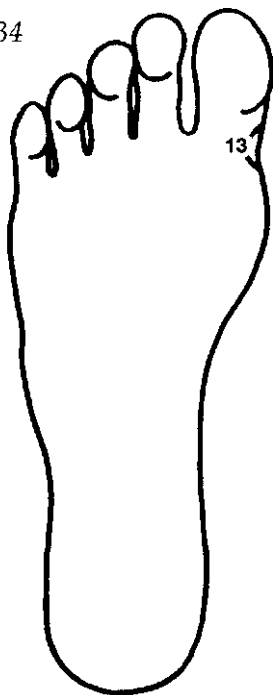
Poruchy a onemocnění:

Nedostatek kortikoidů způsobuje mimo jiné revmatismus, záněty kloubů, astma, kožní nemoci atd.

Receptor nadledvinek je nad receptorem ledvin, je rovněž umístěn dosti hluboko (viz obr. 33).

3. Příštítná tělíska

Obr. 34



13 – příštítná tělíska

Čtyři žlázy příštítných tělísek mají velikost a tvar čtyř zrněk čočky, jsou umístěny na týlní straně štítné žlázy. Produkují parathormon, který řídí hospodaření s vápníkem v těle.

Receptor příštítných tělísek je na vnitřní straně plosky u hlavního kloubu palce. Receptor není ani na plosce, ani na boku nohy, ale na hraně (viz obr. 34).

Poruchy a onemocnění:

zvýšená činnost nedostatečná činnost

Masáže upravují zvýšenou i sníženou činnost na normál.

Zvýšená činnost je zřidkavá a vede k poruchám v ústrojí kosterním.

Nedostatečná činnost – obvykle lidé neumírají, jak se mezi lidmi věří, na zvápenatění, ale naopak, na nedostatek vápníku. Jak tomu předcházet? Polykáním pilulek? To nám může pomoci nejvýše dočasně, ale nevyřeší to náš problém. Všichni dostáváme ve stravě nadbytek vápníku, a to i tehdy, když nepijeme mléko. U mnoha lidí ale příštítná tělíska pracují „lenivě“ a velká část vápníku odchází z těla bez užitku.

K čemu organismus potřebuje vápník?

k regeneraci kostní tkáně, zubů a nehtů k činnosti svalů ke srážení krve vápník mění průtočnost cév k léčení zánětu a infekcí k neutralizaci kyselin obsažených v potravě

Poruchy a onemocnění z nedostatku vápníku:

lámavé nehty, zubní kazy, pórovité kosti unavenost, zemdlenost zácpa městky, křeče v lýtkách a v chodidlech (migréna, studené nohy a ruce)

velké modřiny i po lehkém uhození se nespavost

*** Starý pan fotograf mi sdělil, že se každou noc budí s křečemi v lýtkách. Co má proti tomu dělat? Navrhla jsem masáže receptorů příštítných tělísek. Od toho dne začal s masážemi receptorů vždy před spaním. Výsledek byl vynikající, od první masáže se už v noci neprobudil.

*** Bývalá ošetřovatelka z Rakouska nemohla vůbec chodit. Nohy měla ztuhlé a ruce pokroucené. S nejvyšším úsilím dokázala jakž takž otevřít dlaň. Zeptala jsem se, má-li dostatek vápníku v krvi, na což mi odpověděla, že nikdy nebyla na kontrole. Receptory příštítných tělísek byly značně bolestivé. To mne přesvědčilo, že

nedostatek vápníku je příčinou potíží. Masírovala jsem oba receptory, každý deset minut. Výsledek byl překvapující, po dlouhé době mohla pacientka otevírat a zavírat pěst. To ji velmi potěšilo. Následujícího dne se nechala dopravit do nemocnice na vyšetření množství vápníku v krvi; výsledek byl horší než jsem očekávala, v krvi byla jen polovina normálního stavu vápníku. Po dvou týdnech každodenních masáží „šla“ na kontrolní vyšetření. Stav vápníku se zvýšil na 9,6 mg%, tedy jenom něco málo pod normál. V té době se však ošetřovatelka cítila celkem zdravě.

*** Paní G. trpěla zácpou. Receptory střev a dvanácterníku byly však naprosto v pořádku. Proč tedy dochází k zácpě, že by nedostatek vápníku? Zkusila jsem masáž receptorů. Na jedné noze jsem masírovala receptor příštinných tělísek pět minut a na druhé noze mě paní G. po dvou minutách přerušila, že musí jít...

4. Štítná žláza

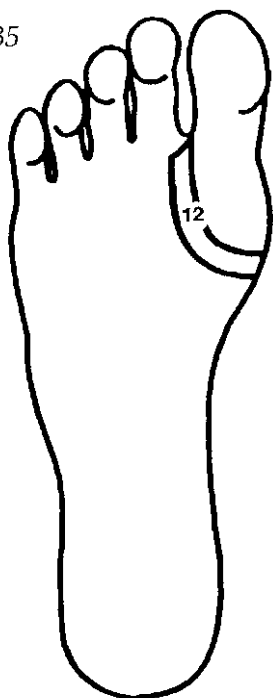
Štítná žláza se skládá ze dvou plátků přiléhajících k hrtanu. Řídí výměnu látkovou v těle, tedy procesy spalování živin. Ve své funkci je štítná žláza do značné míry závislá na hypofýze. Ke své normální činnosti potřebuje malé množství jódu.

Receptor štítné žlázy se nachází na plosce chodidla mezi první a druhou nártní kůstkou a okolo bříska kořene palce. Je třeba masírovat na obou chodidlech (viz obr. 35).

Poruchy a onemocnění:

snížená činnost zvýšená činnost vole

Obr. 35



12 – štítná žláza

Nedostatečná činnost vyvolává poruchy v přeměně látek, vede k obezitě a lenivosti.

Zvýšená činnost vyvolává předrážděnost nervového systému, vyhublost, pocení, vypadávání vlasů a bušení srdce (Basedowova choroba).

Vole je zvětšení, zduření tkáně štítné žlázy.

*** Jedna mladá Němka měla delší dobu vole. Nosila proto i v létě rolák. Po masážích receptorů vole nejprve změklo a pak se postupně během sedmi měsíců zcela ztratilo.

VIII. POHLAVNÍ ORGÁNY

A. Pohlavní orgány ženské

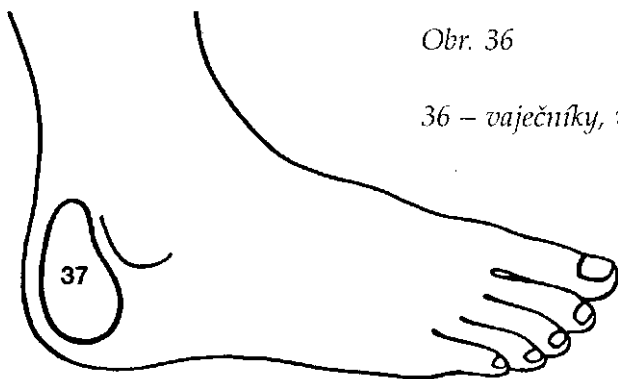
1. Vaječníky a vejcovody

Oba vaječníky jsou zavěšeny na vazech ve vnitřní pánvi, mají vajíčkovitý tvar, délku asi tři centimetry. Oba obsahují okolo půl milionu buněk – vaječných zárodků, z nichž v průběhu života ženy dozraje a je schopných oplodnění asi 400 vajíček. Vejcovody jsou svalové trubičky dlouhé 12 centimetrů vedoucí od vaječníku do dělohy.

Vaječníky vedle vajíček vytváří hormony (dvě třetiny ženských a jednu třetinu mužských pohlavních hormonů).

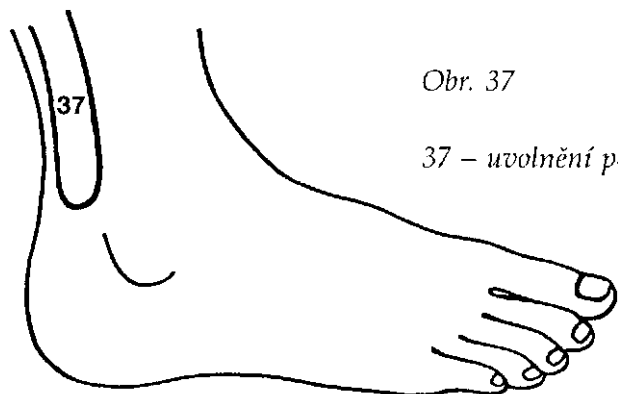
Menstruační cyklus

Ve vaječnících jsou drobné skupinky buněk, tzv. folikuly. Každý folikul obsahuje jedno nedozrálé vajíčko. Vlivem hormonů hypofýzy se ve vaječnících rozvíjí množství takových folikulů. V sedmém dni menstruačního cyklu získává jeden z folikulů nad ostatními převahu a pokračuje v růstu, zatímco růst ostatních se zastaví. Mezi dvanáctým a patnáctým dnem cyklu hypofýza vyloučí do krve hormon, který způsobí prasknutí tenké blány folikulů, vajíčko je vypuzeno z vaječníku a míří do nálevkovitého konce vejcovodu. Při cestě vejcovodem, která vajíčku trvá deset dnů, může být oplodněno. Když takové oplodněné vajíčko dospěje do dělohy, „zahnízdí“ se tam. Pokud však oplodněno nebylo, tak osmadvacátého dne cyklu se odloupnou povrchní sliznice dělohy a vajíčko je spolu s nimi vypuzeno ven; začíná menstruace.



Obr. 36

36 – vaječníky, vejcovod



Obr. 37

37 – uvolnění podbřišku

Receptory vaječníku i vejcovodu jsou na vnější straně paty, a to levého na levé patě a pravého na pravé patě nohy (viz obr. 36, 37). Masáže receptorů působí snížení tlaku v podbřišku, zmenšení bolesti a omezení přílišného krvácení při menstruaci. Masírujte rovněž svaly lýtek na vnější straně obou nohou.

Poruchy a onemocnění:

bolesti v době ovulace bolesti menstruační, silné krvácení
nepravidelný cyklus neplodnost cisty

Bolesti při ovulaci a menstruaci

*** S první menstruací začalo pro slečnu M. dosud nepoznané trápení. Bolesti při menstruaci byly tak velké, že po čtyři dny musela ležet. Opakovaly se pak každých osmadvacet dnů. Bez utišujících tabletek nemohla vůbec vydržet, často bylo třeba volat lékaře, aby aplikoval injekce proti křečím. Bolesti břicha však nezačínaly až menstruací, ale byly stejně silné i první dva dny ovulace, kdy musela slečna M. rovněž zůstat v posteli. To pochopitelně komplikovalo slečně M. i její pracovní zařazení, těžko se najde zaměstnavatel, který by přijal sekretářku s tím, že mu každý měsíc bude sedm dní v práci chybět.

Slečna M. si ale našla cestu k receptorologii. Receptorů vaječníku a dělohy se nebylo možno ani dotýkat, jak byly bolestivé. Slečna M. ale přesto začala s masážemi, denně věnovala každému receptorů vaječníku pět minut, dalších pět minut masírovala oba receptory dělohy a po pěti minutách věnovala též masáží vnějších stran obou lýtek proti menstruačním bolestem. Při následující ovulaci se už bolesti neobjevily, takže mohla zůstat v práci. Menstruace byla sice ještě bolestivá, ale snesitelně, zůstala doma jenom první den. V dalším cyklu došlo k dalšímu zlepšení; dnes jsou receptory slečny M. bez usazenin a nebolestivé, masáže provádí už jen profylakticky před menstruací.

Nepřavidelný menstruační cyklus

*** První menstruace slečny R. přišla ve stresové situaci, když jí zemřel otec. Druhá menstruace se dostavila až po šesti měsících. U mladých dívek počáteční nepřavidelnosti v menstruačním cyklu mnoho neznamenají, ale u slečny R. přetrvávaly až do jednadvaceti let, kdy měla nepřavidelný cyklus dlouhý 29 až 45 dnů. Šla tedy k lékaři a ten jí naordinoval hormonální tablety. Pokud tablety užívala, bylo vše v pořádku, menstruační cyklus měl pravidelnou délku 27 dní. Tehdy se ale přestěhovala a tablety jí došly, rozhodla se vyzkoušet, jak to půjde bez nich. Celé tři měsíce se menstruace

nedostavila. Má tedy jít znovu k lékaři? Rozhodla se raději vyzkoušet bylinné léky, bohužel bez úspěchu. A právě tehdy jí někdo poradil masáže receptorů. Zpočátku měla k této metodě velkou skepsi, ale rozhodla se vyzkoušet ji, škodit to nemůže. Po 28 dnech se dostavila menstruace. Slečna R. pokračovala v masáží a dnes má pravidelný cyklus 30 až 32 dní.

Neplodnost

*** Mladí manželé R. toužili po dítěti, ale paní R. nemohla otěhotnět. Protože v mládí měla zánět vejcovodů, připouštěla, že tam mohlo zůstat něco v nepořádku. Šla tedy ke gynekologovi, ale ten po důkladné prohlídce nenašel žádnou nepravidelnost. Poradil paní R. profouknutí vejcovodů. Tento zásah jí provedli na klinice a paní R. se s nadějami vracela domů. Také její manžel se nechal vyšetřit a byl ujistěn, že po této stránce je naprosto v pořádku. Když ani po roce neotěhotněla, šla na profouknutí znovu a pak po čase ještě jednou.

Manželé si už začaly zvykat na myšlenku bezdětnosti, když se dozvěděli o receptorologii. Od toho dne masírovali oba všechny oslabené body, mimo jiné věnovali pozornost receptorům vaječniku a dělohy paní R. U obou se dostavil pocit zlepšeného zdraví a znovu začali doufat. Po půl roce paní R. otěhotněla. Těhotenství bylo bez problémů a dnes mají manželé R. zdravého syna.

2. Děloha a pochva

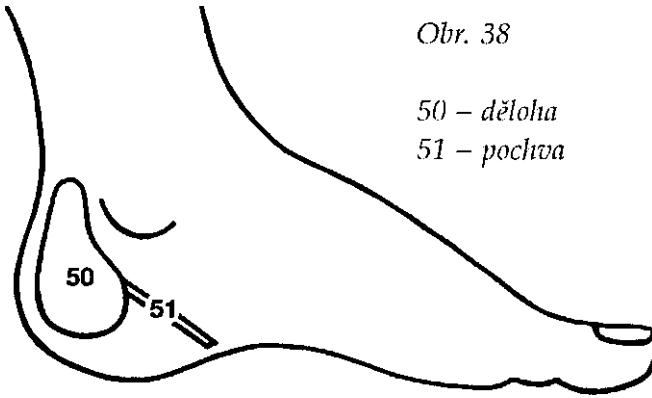
Děloha je vazivy zavěšena mezi močový měchýř a konečník. Je to svalnatý hruškovitý orgán, složený z třeně a krčku. Třeně je nakloněn dopředu a krček míří dolů do pochvy.

Receptor dělohy je na vnitřní straně obou pat. Přímo nad vy-puklinou paty nalezneme nejčastěji bolestivé místo, které je v recepci s ústím dělohy. Receptor pochvy vychází z receptorů dělohy a míří k receptorů močového měchýře (viz obr. 38).

Obr. 38

50 – děloha

51 – pochva



Poruchy a onemocnění:

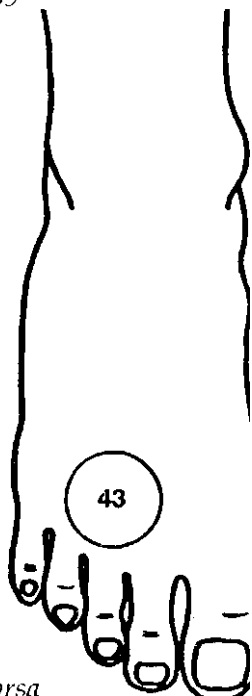
výtok z důvodu oslabení a infekce bolesti v čase menstruace snížení dělohy, děloha může tísnit močovody nádor způsobený špatnou funkcí lymfatických žláz

*** Paní S. se každoročně podrobovala kontrolnímu gynekologickému vyšetření. Při jednom z těchto vyšetření našel lékař na děloze nádor velikosti pomeranče. Paní S. si nestěžovala na žádné potíže, nádor nebyl zhoubný a lékař tedy nepokládal operaci za nutnou. V následujících letech se nádor nezvětšoval, při poslední kontrole se lékař o nádoru vůbec nezmínil. Proto se ho paní S.

přímo zeptala. Lékař odpověděl: „ Ano, vzpomínám si. Zřejmě zmizel, rozhodně teď je děloha v naprostém pořádku.“ Ovšemže nádor nezmizel sám od sebe, pokud vím, masírovala paní S. půl roku třikrát týdně receptory dělohy a lymfatických žláz.

3. Prsa

Obr. 39



43 – prsa

Do dvanácti let věku nejsou rozdíly mezi prsy chlapců a dívek. Zhruba po dvanáctém roku se z dozrávajících vaječníku dívek uvolňují hormony, které způsobují růst prsů. Prs se skládá z 15 až 20 mléčných žláz, z tuku a z vazivové tkáně. Více méně uprostřed prsu je dvorec s bradavkou tmavší barvy.

Receptory prsů jsou na nártu mezi druhou a čtvrtou kůstkou nártní (viz obrazová příloha).

Poruchy a onemocnění:

otoky opakující se vždy před menstruací cysty

*** Jednou večer mi rozrušeně zavolala paní H. a rozpačitě mi sdělila: „Mám rakovinu prsu. Můžu k vám ještě dnes přijít?“ O dvě hodiny později jsme seděly proti sobě. Nechala jsem ji mluvit. Před deseti dny objevila na vnitřní straně prsu zatvrdlinu bolestivou na tlak. Otok se rychle zvětšoval a stával se bolestivější. Poslední den prs silně otekl, proto paní H. navštívila lékaře a ten vyslovil podezření na rakovinu a navrhl okamžitě amputaci prsu. Pro mne byl největší problém paní H. uklidnit. Nejdříve jsem jí vysvětlila, že rakovinu nelze s určitostí zjistit pouhou vnější prohlídkou nemocného místa, a že já jsem přesvědčena, že nejde o rakovinu, ale o cystu. Z prohmátání chodidla vyplynulo:

velice citlivý receptor levého prsu, citlivé receptory lymfatického systému, levý receptor vaječníku velice citlivý (vaječník hormonálně řídí prs).

Masírovala jsem intenzivně třičtvrtě hodiny tyto receptory. Paní H. se poněkud uklidnila, bolesti v prsu se trochu zmenšily. Následující ráno mi telefonovala, že otok zmizel. Ptala se, co má dále dělat. Poradila jsem jí, aby změnila lékaře a mezitím pokračovala v masáží. Diagnóza nového lékaře zněla jednoznačně: cysta. Paní H. se však nemohla zbavit obav, jestli se lékař nemýlí, a proto navštívila třetího lékaře, a když i ten diagnostikoval cystu, navštívila ještě čtvrtého. Ten sice také diagnostikoval cystu, ale doporučil její operativní odstranění. Paní H. si sjednala nejbližší termín operace a ve zbývajících šesti dnech pokračovala v masáží receptorů denně víc jak půl hodiny. Kdyby paní H. měla větší trpělivost, mohla se operaci vyhnout. Masáží receptorů by dosáhla lepšího prokrvení prsu a zaktivování lymfatického systému. Tyto dva faktory by stačily k tomu, aby se otok i cysta ztratily. Všechno, co je organismem vytvořeno, může být tímto organismem znovu vstřebáno.

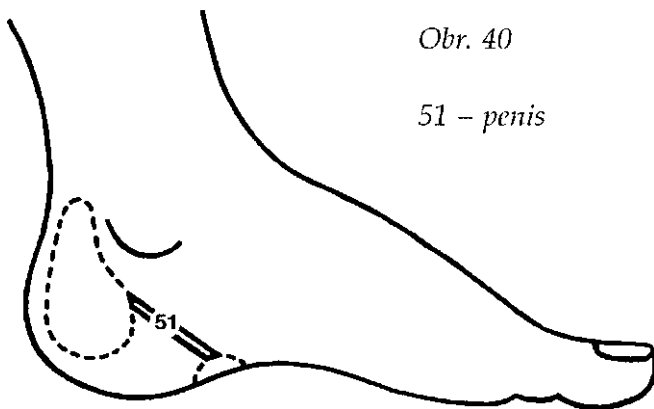
I když je cysta operativně odstraněna, je dobré pokračovat v masáží, aby nedošlo k recidivě. Pokud nejsou receptory zcela v pořádku, může se cysta znovu objevit i na místě, odkud byla vyoperovaná.

B. Mužské pohlavní ústrojí

1. Penis

Penis se skládá z údu a žaludu. Žalud je překryt kožní řasou – předkožkou. Úd je tvořen porézní tkání, která se při erekci naplňuje krví, čímž úd ztvrdne. Dolní částí penisu prochází močová trubice.

Receptor penisu odpovídá svou polohou receptorů pochvy (viz obr. 40).



Obr. 40

51 – penis

2. Varlata

Obě varlata se vyvíjejí v břišní dutině, odkud krátce před narozením sestoupí přes tříselný otvor do šourku. U dospělých dosahují délky 36 milimetrů.

Varlata produkují mužské pohlavní hormony a vytváří sperma.

3. Nadvarle

Spleť kanálků prochází semeno z varlete do přilehlého nadvarlete. Zde se dokončuje zrání spermií a spermie se zde hromadí.

4. Chámovod

Chámovody jsou asi 40 centimetrů dlouhé tenké trubičky napojené na nadvarlata. Vedou ze šourku vzhůru přes tříselný otvor a přes prostatu ústí do močové trubice.

Receptory varlat, nadvarlat a chámovodu se nachází na vnější straně paty jako receptory vaječníku a vejcovodu (viz obr. 36).

Poruchy a onemocnění:

záněty otoky impotence kryptorchismus (nesestouplé varle)

*** Pan T. upozoroval jednoho dne lehký tlak v levém varleti. Prohlédnutím nezjistil nic zvláštního, jenom nepatrné zvětšení. Nevěnoval tedy věci víc pozornosti. Druhého dne však došlo ke zhoršení a třetího dne bylo ještě hůř. Nepřetržitá bolest se rozšířila i na chámovod a levé varle se zvětšilo téměř na dvojnásobek. Proto pan T. navštívil lékaře, který mu předepsal tabletky proti zánětům. Stav se však po nich nezměnil.

Celé čtyři měsíce trpěl pan T. uvedenými potížemi až do chvíle, kdy se dozvěděl o receptorologické terapii. Nejprve přistupoval k celé věci dosti skepticky: „Když mi mačkáte na hranu kosti, není divné, že to bolí?“ Přesvědčila jsem ho tím, že jsem mu ukázala, že stejný tlak na druhé noze nevyvolává bolest. Pan T. masíroval receptor pět minut denně. Bolesti postupně zmizely. Rovněž otok se zmenšoval a po třech týdnech bylo varle opět v pořádku. Dnes je pan T. velkým propagátorem receptorologie.

*** Pan a paní N. žili už dva roky ve šťastném manželství, ale jejich sexuální život byl komplikován poruchami potence mladého pana N. Proto zašel pan N. k lékaři, který diagnostikoval městky v pravém varleti, jinými slovy špatně prokrvené jedno varle. Lékař navrhol operaci. Matka pana N., která se vážně zabývala receptorologií, doporučila synovi, aby vyzkoušel masáže. Pan N. začal masírovat všechny slabé body s důrazem na receptor pravého varlete.

Nejprve se zlepšil jeho celkový zdravotní stav. Zmizela bezdůvodná únava, která ho provázela celé dny. Cítil se svěží i po celodenní práci. Po pěti měsících pak přestaly jeho potíže s potencí. Díky Bohu, neboť v každém manželství hraje sexuální život důležitou úlohu.

Impotence je často důsledkem celkově špatného zdravotního stavu. K regeneraci organismu je třeba posílit krevní oběh, nervovou soustavu a trávicí trakt.

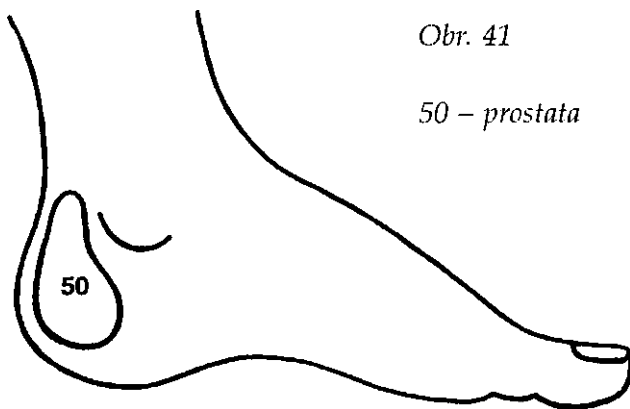
5. Prostata

Prostata je žlázoovitý orgán velikosti a tvaru kaštanu, který se nachází u dolní části močového měchýře a kterým prochází začátek močové trubice. Prostata produkuje mléčnou tekutinu, která je vystřikována spolu se semenem.

Receptor prostaty je na vnitřní straně paty, na stejném místě jako receptor dělohy (viz obr. 41).

Poruchy a onemocnění:

– zduření prostaty, zánětlivé změny ztěžující průchod moči močovou trubicí



Obr. 41

50 – prostata

*** Až do 28 let pan B. nevěděl, co to je noční vstávání kvůli močení. Pojednou se situace změnila, každou noc musel vstávat, aby odlehčil močovému měchýři. Časem musel vstávat vícekrát za noc, po roce už vstával pětkrát za noc. Zašel tedy k lékaři, který diagnostikoval zvětšení prostaty a předepsal panu B. léky, protože operace prostaty se v tak nízkém věku ještě neprovádí. Léky panu B. nepomohly, a tak je přestal užívat. Po tři roky se stav nezměnil. Tehdy se pan B. seznámil s receptorologií a začal hned masírovat receptory prostaty pět minut denně. Výsledek byl pro něj milým překvapením, již po několika dnech masáží musel v noci vstávat jen jednou, nejvýše dvakrát. Po třech týdnech už mohl nerušeně spát celou noc. Dnes je panu B. čtyřicet let a od té doby dodnes neměl žádné potíže s prostatou.

*** Pan L. jednoho dne objevil krev v moči. Znepokojen sledoval svou moč i v dalších dnech. Vše bylo v pořádku a už se přestával věci zabývat, když se po delším pěším výletě objevila krev v moči znovu a navíc tentokrát cítil nepříjemné pálení v močové trubici. Obrátil se na svého domácího lékaře, který ho důkladně vyšetřil, ale ani při rentgenovém vyšetření nenašel nic, co by mohlo být příčinou poruchy. Proto lékař poslal pana L. na vyšetření ke specialistovi – urologovi. V moči se stále objevovala krev, jednou více, podruhé méně. Když pan L. seznámil urologa se svými problémy, ten okamžitě usoudil na prostatu. Pan L. se ale podivil: „Ale vždyť já nemusím nikdy v noci vstávat kvůli močení.“

„To nic neznamená, jsou různé varianty nemoci a některé mají stejné symptomy, jaké jste mi právě popsal.“ Pro jistotu byl pan L. znovu snímkován a snímek potvrdil lékaři diagnosu. Lékař doporučil operaci, pan L. se však s myšlenkou na operaci nemohl hned smířit a vyžádal si proto čas na rozmyšlenou.

Doma řekl ženě o výsledcích vyšetření a o doporučení operace a ona mu na to řekla, že zrovna dnes slyšela od sousedů o receptorologii. Pan L. mne navštívil, nechal si vysvětlit, jak receptorologie funguje, a nechal si ukázat příslušné receptory. „Ne nehty“, vykřikl, když jsem se lehce dotkla receptorů prostaty, který byl plný usazenin krystalků kyseliny močové a jejich solí, které

svými hroty způsobovaly bodavou bolest. Přesvědčila jsem pana L. o účinnosti metody a on jako muž činu začal denně věnovat masážím receptorů každé nohy pět minut. Pálení v močové trubici zmizelo a již po první masáži se přestala v moči objevovat krev. Po dvou měsících šel pan L. znovu na kontrolu k urologovi, kterému hned řekl, že už nemá žádné obtíže. Moč byla v pořádku a rentgenový snímek ukázal jen nepatrné zduření prostaty. Pan L. pokračuje v masážích až do doby, kdy bude receptor zcela volný od usazenin.

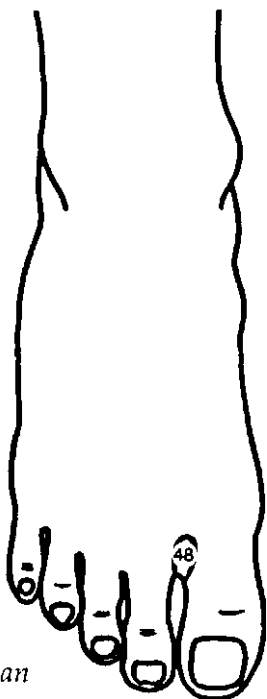
IX. ÚSTROJÍ DÝCHACÍ

1. Hrtan

Hrtan se skládá z pěti chrupavčitých destiček, spojených vazivy a svaly; v hrtanu je hlasový orgán.

Receptor hrtanu je na chodidle umístěn z vrchu mezi palcem a ukazováčkem na obou nohách (viz obr. 42).

Obr. 42



48 - hrtan

Poruchy a onemocnění:

slabý, tichý hlas chrapot, ztráta hlasu

*** Pan T. byl představitelem velké firmy. Dosahoval dobrých výsledků v prodeji, ale měl čím dál větší potíže s hlasem. Hlavně večer po dni, kdy více mluvil. Přemýšlel již o změně zaměstnání, když se dozvěděl o receptorologii. Proč to nezkusit. Tak se jednou večer, zcela ochraptělý, dostavil ke mně. Mé oko padlo hned na jeho elegantní úzké boty, receptor hrtanu byl celý dne stlačen a tím i málo prokrven. Nebylo divu, že odpovídající orgán vypovídal službu. Masírovala jsem mu oba receptory, každý pět minut, když chrapot povolil. Pan T. byl překvapen. Na mou radu si koupil širší boty a denně masíroval příslušné receptory. V prvních dnech ještě ztrácel hlas, ale po masážích se mu rychle vracel, dnes už však žádné potíže s hlasem nemá.

*** Paní W. se svými hlasovými potížemi navštívila v průběhu šesti let tři různé specialisty. Mohla mluvit jen šeptem, na hrtanu a průdušnici pociťovala stálý tlak, záklopka hltanu, která při jídle a pití uzavírá hrtan, pracovala nepravdělně. Paní W. mohla polknout jen jeden hlt tekutiny, druhým se už rozkašlala, což bylo někdy provázeno záchvatem dušení. Bylo překvapující, jak mohla takový život vůbec snášet. Od lékařů se jí nedostalo pomoci, zkoušela i různé metody, které jí poradili známí, rovněž bez úspěchu. Teprve když jí její švagr řekl o receptorologii, zazařila jí jiskřička naděje.

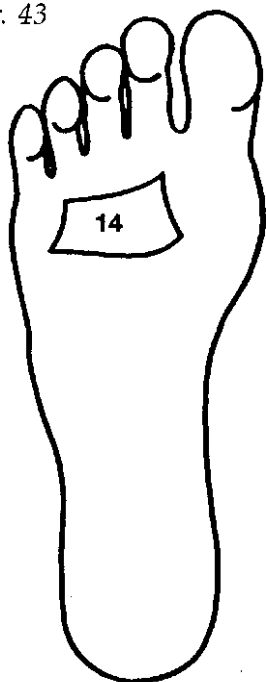
Pan W. masíroval příslušný receptor své ženy dva až třikrát denně. Bylo to mučení, ale paní W. se statečně držela. Po třech týdnech už sklízela první ovoce své trpělivosti: při masáži najednou cítila, jako by se jí v krku něco uvolnilo a vykašlala červenavou žlutou odporně páchnoucí masu. Tlak na hrtanu okamžitě ustoupil a hlas se stal silnějším. Paní W. dostala vysokou horečku, která nepolevila několik dní. Po celou tu dobu vykašlávala hnis. Později plivala hnis jen po masážích. Po půl roce zmizely všechny potíže. Dnes má hlas naprosto v normě, může si dokonce zpívat, což ji těší ze všeho nejvíce.

2. Průdušnice, průdušky, plíce

Průdušnice, délky okolo třinácti centimetrů, pokračuje z hrtanu směrem dolů. Na úrovni pátého hrudního obratle se rozdvouje na dvě průdušky. Průdušky se v plicích větví na drobnější a ještě drobnější trubičky – průdušinky, vedoucí do plicních sklípků, kde probíhá vlastní výměna plynů – dýchání.

Při dýchání se kyslík obsažený ve směsi plynů vzduchu spojuje s hemoglobinem červených krvinek a těmi je roznášen do všech tkání. Kysličník uhličitý a voda jsou pak naopak vydechovány. Vydechovaný vzduch obsahuje 16 % kyslíku a 4 % kysličníku uhličitého, vdechovaný vzduch má proti tomu 21 % kyslíku, ale jen 0,03 % kysličníku uhličitého.

Obr. 43



14 – plíce a průdušky

Dospělý člověk v klidu dýchá průměrně 16 až 20 krát za minutu, což odpovídá asi šesti litrům vzduchu. Při práci a při pohybu množství dechů značně stoupá. Dýchání je řízeno dýchacím centrem v mozkovém kmeni.

Receptor průdušnice se překrývá s receptorem hrtanu, průdušky a plíce mají svůj receptor na ploskách chodidel (viz obr. 43).

Poruchy a onemocnění:

kašel bronchitida zápal plic astma

*** Jedenadvacetiletý P. trpěl delší dobu záchvaty suchého kašle, tedy bez vykašlávání. Poněvadž záchvaty se dostavovaly často, zašel k lékaři, který ho poslal na rentgenové vyšetření. Lékař však nenalezl žádné patologické změny, a proto také nedoporučil žádnou terapii. Když ani po roce kašláni neustupovalo, zašel P. znovu k lékaři, byl znovu vyšetřen rentgenem a protože v rodině měl úmrtí bratra na tuberkulózu, byly provedeny i tuberkulínové testy – vše bez patologického nálezu. Na otázku, co tedy má dělat, doporučil lékař, aby přestal kouřit. Ale pan P. nikdy nekouřil. Řekl to lékaři, který jen zakroutil hlavou a pozval ho na další kontrolu za rok. Tak trpěl pan P. kašlem –“bezdůvodným kašlem“ – deset let a trpěl by možná dodnes, kdyby se neseznámil s receptorologií. Příčinou kašle pana P. byly totiž úzké boty. Dlouhodobě tísněné receptory průdušek a plic se zanesly usazeninami. Tyto orgány pak trpěly špatným prokrvením, což vyvolávalo záchvaty kašle. Podráždění průdušek nebylo hlavním problémem pana P., masáže receptorů byly jen doplňkové –hlavně musel změnit boty! Po třech měsících masáží a chození v širokých botách se začalo na průduškách něco rozpouštět. Začal vykašlávat hustý zelenavý sliz, látku, která se po léta ukládala v plicích a průduškách. Sliz vykašlával čtrnáct dní a pak jeho potíže skončily.

Astma

*** Dvaatřicetiletá žena velmi trpěla astmatem. Každoročně jezdila na léčení do hor, kde se cítila mnohem lépe než ve městě v

nízině. Pobyt v horách byl pro ni velkou úlevou, ale nemoc se nezlepšila. Když jsem poprvé promačkávala receptory paní K., zjistila jsem poruchy plic a průdušek. Receptory byly velice citlivé, což bývá zřídka. Tyto receptory jsou na plosce chodidla umístěny tak, že se při chůzi samočinně masírují, a tak jen zřídka dochází k tomu, že poškození orgánů má původ v receptorech – s výjimkou špatného prokrvení v příliš úzkých a těsných botách. Vysvětlila jsem to paní K. a ta se rozesmála: „Tak teď už je mi to jasné, jestli dovolíte, tak vám něco řeknu. Jak víte, jezdívám na léčení do D. Po večerech tam často chodívám tancovat a kupodivu při tanci jsem ještě nikdy neměla dechové potíže. Řekla jsem o tom lékaři, ale ten se smál, že to tak na mne působí přítomnost mužů. Ale v tom to nebude, žiji ve šťastném manželství. Ale myslím, že teď už té záhadě rozumím. Při tanci jsou chodidla v takovém pohybu, jako nikdy jindy, nejméně polovina kroků se dělá na špičkách, tedy přímo na receptorech.“ V tom měla paní K. naprostou pravdu. Od té doby dala své receptory do pořádku a může dobře dýchat, i když netancuje.

*** Dvašedesátiletá paní W. se před šesti lety silně nachladila a dostala kašel. Ten se jí vracel i později, kdykoliv se trochu ochladilo. Doma v teple pak nutkání ke kašli vždy zmizelo. V létě mívala paní W. pokoj, ale s prvními chladnějšími dny se na podzim kašel vracel a provázel ji až do jara. Lékař jí dával kapky proti kašli, které vždy trochu na chvíli pomohly. Po čase však kapky přestaly účinkovat a kašel nepřestával ani když se paní W. držela v teple. Zdravotní stav paní W. se zhoršoval, zhubla, v noci nemohla spát, probouzela se potřebou vzduchu. Lékař jí předepsal injekce a při záchvatu navíc tabletky kortizonu. Po letech se zase cítila dobře, ale protože šlo jen o odstraňování symptomů, nemoc se stále vracela. Když se její stav opět vážně zhoršil, navštívila mě její neteř. Pověděla mi o zdravotním stavu své tety a prosila mne, abych ji navštívila. Paní W. přerušovaně dýchala. Prohmatala jsem její chodidla a zjistila jsem, co se dalo očekávat: velká citlivost receptorů všech důležitých orgánů, nejvíce nadledvinek (kortizon), průdušek a lymfatických žláz. Masáž přinesla paní W. úlevu a sama se rozhodla v masážích denně pokračovat. Od té doby uplynuly už dva roky, paní W. se cítí

mnohem lépe. Čas od času měla ještě dýchací potíže, ale zdaleka ne takové, jako dřív. Spala dobře, přibrala opět na svou původní váhu. Zvládá vedení domácnosti, může chodit i na delší procházky. Denně však dosud věnuje hodinu masážím receptorů. Receptory všech orgánů, až na receptor nadledvinek, má už v pořádku; až se jí podaří odstranit usazeniny z tohoto receptorů, bude zcela bez potíží.

X. SMYSLOVÉ ORGÁNY

1. Oči

Obě oční bulvy jsou umístěny v očních důlcích vystlaných sliznicí. Jejich pohyb do všech stran umožňuje šest okohybných svalů. Tyto svaly pracují symetricky, takže se obě oči pohybují stejně. Tento proces je řízen třemi páry mozkových nervů.

V horním zevním okraji očnice jsou umístěny slzné žlázy, odtud slzy slznými kanály jdou do slzných váčků a dále přes slzovod odtékají do dutiny nosní. K zabezpečení oka před zrníčky prachu slouží řasy na očních víčkách.

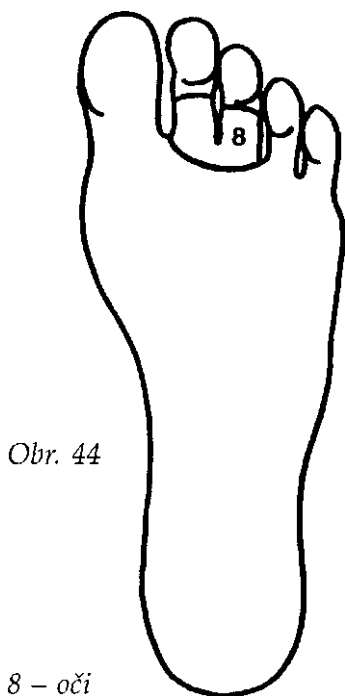
Receptory očí jsou umístěny na spodní straně krčků ukazováku a prostředníku a na základně, odkud prsty vyrůstají. Receptor pravého oka je na levé noze a receptor levého na pravé (viz obr. 44).

Poruchy a onemocnění:

ječné zrno a podobná hnisavá onemocnění víček zánět spojivek – zarudnutí bělma očí, pocit pálení v oku zánět slzného váčku (častý u kojenců)

šilhavost – porucha koordinace okohybných svalů (u novorozenců normální)

zakalení čočky – tedy šedý oční zákal vnitrooční tlak způsobující odumírání sítnice, tzv. zelený oční zákal krátkozrakost dalekozrakost



Obr. 44

8 – oči

*** Starší dvaosmdesátiletý muž se mne jednou přišel zeptat, dá-li se něco dělat proti zelenému očnímu zákalu. Ukázala jsem mu receptory očí a upozornila jsem ho na souvislost s ledvinami. Jako důchodce měl dosti času a měl ještě dost energie, denně tedy věnoval masážím receptorů očí, ledvin a močových cest tři hodiny. Po deseti dnech se dostavil, jeho oči vypadaly mnohem lépe. Před započítím masáží už na křížovatkách nerozeznával, zda je červená nebo zelená, teď už barvy viděl dobře. Před tím mohl noviny číst jen s lupou, teď se bez ní obešel. Byl šťasten.

Málokdo má tolik času a tolik energie jako tento pán. Také výsledek masáží se u tak těžkého onemocnění jen málokdy dostaví tak rychle. Většinou je třeba mnohem víc trpělivosti. Platí zhruba zásada: čím zastaralejší nemoc, tím delší dobu bude trvat léčení, ale výsledek se nakonec přece dostaví.

*** Před dvěma lety jsem prožívala dovolenou na motorové jachtě v Jaderském moři s dvacetičlennou skupinou rekreantů. Předposlední den jsme byli pozváni kapitánem lodi na oběd. Jídlo bylo vynikající, všichni byli navýsost spokojeni, jen má sousedka u stolu měla v očích slzy. Dopoledne jí něco spadlo do oka, které teď měla začervenalé, slzící a s opuchlým víčkem. Kouř v kajutě ji ještě víc dráždil. Slečna H. vyzkoušela už borovou mast, ale nepřinesla jí úlevu. Bylo mi jí líto, a tak jsem ji pozvala do své kajuty. Receptor levého oka byl v pořádku, ale receptor pravého oka byl výrazně citlivý. Opatrně jsem začala masáž a pomalu jsem stupňovala tlak. Masírovala jsem receptor přes deset minut. Během těchto deseti minut se oko, které před tím bylo už ve stádiu počínajícího zánětu, podstatně změnilo. Otok víčka splaskl, oko přestalo pálit a zčervenání se zmenšilo. Po našem návratu do společnosti byli všichni překvapeni a začali se zajímat o tuto metodu. Takovými příklady se nejspíše přesvědčí i ti největší skeptici.

*** Pan W. už více let nosil brýle. Jednoho dne zjistil, že se jeho zrak opět zhoršil. Lékař mu předepsal dvouohniskové brýle. Krátce na to se dozvěděl o receptorologii. Začal ji hned zkoušet, denně masíroval receptory očí více jak pět minut. Pomalu se dostavovalo zlepšení. Zprvu oči lépe snášely kouř, vítr a změny teploty. Po půl roce pan W. vyměnil své dvouohniskové brýle za slabší, a i s těmi mohl číst lépe než dříve.

*** Pan H. byl už více jak rok v péči očního odborníka. Přes různé kapky a masti zánět rohovky stále pokračoval. Jednou spíše na pravém, podruhé zase na levém oku, ale pořád jedno oko bylo začervenalé a slzící. Protože ztratil důvěru k očnímu lékaři, začal se zajímat o jiné metody léčení. Zaujala ho receptorologie. Začal masírovat receptory očí tři minuty denně. Pozvolna se oči zlepšily, až nemoc zmizela. Po půl roce zašel na kontrolu k očnímu lékaři, který po důkladné prohlídce řekl, že zánět je zcela vyhojen a že pan H. už nemusí na další kontroly. Pan H. pověděl lékaři o metodě, kterou se vyléčil. Lékař, který už o této metodě něco slyšel, blahopřál panu H.

k vyléčení a doporučil občas pokračovat v masážích preventivně proti recidivě.

Mohla bych uvést další příklady úspěšného léčení očních neduhů, ale zkuste to na sobě nebo na svých blízkých a brzy budete mít příklady vlastní.

2. Uši

Ucho dělíme na tři části: vnější ucho, střední ucho a vnitřní ucho. Vnější ucho se skládá z ušního boltce, který usměrňuje zvuk do vnějšího zvukovodu. Ve vnějším zvukovodu jsou mazové žlázy.

Střední ucho je od vnějšího ucha odděleno ušním bubínkem. Ve středním uchu zvuk přenášejí zvukové kůstky – kladívko, kovádlínka a třmínek. Do středního ucha ústí Eustachova trubice, která spojuje střední ucho s dutinou ústní a nosní. Eustachova trubice se otevírá při každém polknutí a vyrovnává tlak mezi oběma dutinami.

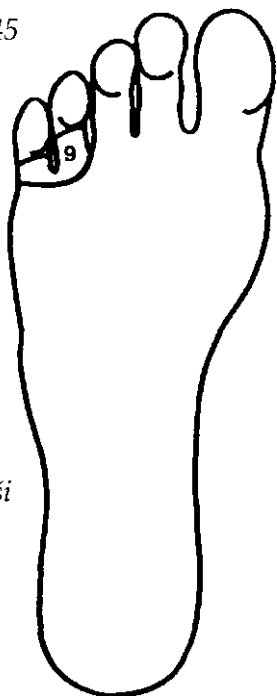
Vnitřní ucho sestává z labyrintu s půlkruhovými kanálky, z hlemýždě se sluchovými nervy. Ve vnitřním uchu má vedle sluchu svůj orgán i ústrojí rovnováhy.

Receptory uší jsou vzhledem k orgánům překřížené, receptor levého ucha na pravé noze, receptor pravého ucha na levé. Jsou na spodní straně prsteníčku a malíčku a na přilehlé části plosky chodidla (viz obr. 45).

Poruchy a onemocnění:

- prudký zánět Eustachovy trubice zánět středního ucha šumění v uších (šumy, třesky)
- zeslábnutí sluchu

Obr. 45



9 – uši

Prudký zánět Eustachovy trubice je komplikací rýmy. Sliznice v Eustachově trubici zduří a naběhne tak, že tato je neprůchodná, není možné vyrovnávání tlaku mezi dutinou středního ucha a dutinou nosní, což způsobuje napětí v ušním bubínku s pocitem zalehnutí nebo praskavých zvuků při polykání a po čase způsobuje i další poruchy sluchu. Masáží receptorů ucha a nosu se lépe pro-krví stěny trubice a dutin, a pokud masírujete současně i receptory lymfatického systému, stoupne produkce protilátek a infekce se zastaví a vyléčí. Tak lze během krátké doby vyléčit zánět Eustachovy trubice.

*** Jednou mi zatelefonovala paní O., že její osmiletý syn už týden leží s vysokou horečkou. Stěžuje si na velkou bolest pravého ucha, ze kterého mu vytéká hnis. Rodina O. měla už zaplacený zájezd do zahraničí, který měl začít za tři dny, teď ale pro nemoc chlapce budou muset odřící. Uklidnila jsem paní O. a nařídila jsem jí

tříkrát denně masírovat receptor pravého ucha na levé noze a všechny receptory lymfatických žláz. Paní O. jednala podle mé instrukce a syn se uzdravil tak rychle, že mohl s rodinou jet na zahraniční zájezd.

Většina zánětů středního ucha, o kterých se soudí, že jsou vyléčeny antibiotiky, je ještě po letech zjistitelná na receptorech. To ovšem znamená, že se zánět nevyléčil úplně, ale spíše se jen lokalizoval a z tohoto ohniska mohou vznikat recidivy.

*** Kontrolovala jsem chodidla osmačtyřicetiletému muži, který se těšil dobrému zdraví. Jak jsem se ale dotkla receptorů uší, prudce ucukával nohou. Vzhledem k velkým usazeninám jsem usoudila, že prodělal oboustranný zánět středního ucha. Když jsem se ho na to ptala, tvrdil, že nikdy zánět středního ucha neměl.

Potkala jsem ho po týdnu, kdy mi řekl, že toho dne, kdy jsem mu masírovala receptory uší, v noci špatně spal a ráno měl na polštáři krev a hnis, které mu vytekly z uší. Vyptal se tedy své matky a ta si vzpomněla, že když mu bylo osmnáct let, prodělal oboustranný zánět středního ucha.

Šumění, hučení v uších (šumy, třesky) mohou mít různé příčiny. Nejčastěji to jsou:

zánět sluchového nervu, porucha v prokrvení vnitřního ucha, vysoký krevní tlak.

*** Před dvaceti lety paní L. poprvé při předklonu uslyšela šum v uších, který brzy sám od sebe zmizel. Šum se však vracel při každém podobném pohybu. Po půl roce, když byla s angínou u lékaře, řekla mu i o svých šumech v uších. Lékař ji odbyl slovy, že to je hloupost. Když se však po roce stav dále zhoršil a šum v uších téměř vůbec nepřestával, vypravila se znovu k lékaři. Ten usoudil, že se jedná o nervovou poruchu a předepsal jí tablety na uklidnění, které však nijak nepomohly. Šla tedy ke specialistovi laryngologovi. Po důkladném vyšetření specialista uzavřel, že příčinou poruchy je nedostatečné prokrvení. Předepsal proto injekce pro zlepšení krevního oběhu. Ani tyto injekce však nepomohly a šum se stal stálým společníkem paní L. až do doby, kdy se seznámila s

receptorologii. Tehdy ke mně přišla. Jediný pohled na její nohy stačil: pro tak široké nohy se dámské střevice nevyrábí. Proto už dlouhá léta nosí boty příliš úzké pro její nohy. Nejméně místa v botě měl malíček, byl stále přitisknutý k prsteníčku, a tak živořil. Receptory byly špatně prokrvené a tím byly samozřejmě špatně prokrvené i uši. Paní L. začala nosit širší boty a masírovala receptory uší pět až deset minut denně. Brzy došlo ke zlepšení a po roce paní L. slyšela slabý šum jen občas.

Zeslábnutí sluchu

*** Pan Sch., starší muž, už dvanáct let používal naslouchací aparát. Samozřejmě každá protéza je jenom protéza. Při rozhovoru s jedním člověkem v místnosti bez jiných hluků rozuměl dobře, ale např. v restauraci, kde mluví více lidí najednou, rozuměl jen s velkými obtížemi. Pan Sch. chápal své „druhé ucho“ jako nutné zlo, bez kterého by se rád obešel. Když se tedy od kolegy dozvěděl o masážích receptorů, hned se do nich s chutí pustil. Denně masíroval každý receptor ucha pět minut. Sluch se začal skutečně zlepšovat a po půl roce se zlepšil natolik, že své ženě už rozuměl bez naslouchacího přístroje.

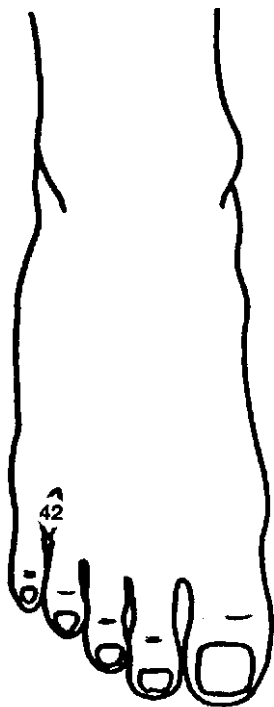
3. Smysl rovnováhy

Poruchy rovnováhy jsou častější u žen než u mužů, protože ženy častěji nosí úzké boty. Receptor je umístěn na chodidle shora mezi malíčkem a prsteníčkem (viz obr. 46). Při poruše rovnováhy je třeba masírovat na obou nohách.

Poruchy a onemocnění:

motání se hlavy po náhlém vzpřímení točení se hlavy při tanci, v autě, dopravních prostředcích a při horských túrách závratě z výšek nízký tlak

Obr. 46



42 – smysl rovnováhy

*** Paní Ch. se potýkala delší dobu s poruchami rovnováhy. Dosud jí nepomohly žádné léky a její stav se pozvolna, ale stále, horšil. Už se neodvažovala jít sama na ulici, když už několikrát předtím upadla. Samozřejmě musela zanechat tance, což byla její záliba. Když paní Ch. něco upadlo na zem, nemohla se normálně bez rizika upadnutí sehnout. Žila ve strachu ze závratí, při kterých se jí dělalo temno před očima. Ztratila už naději na zlepšení stavu.

Tehdy spolupracovník manžela paní Ch. poradil, aby vyzkoušela masáže receptorů, a tak se paní Ch. dostala ke mně. Její celkový zdravotní stav byl hluboko pod normou, ledviny, nadledvinky, močovody i močový měchýř pracovaly nedostatečně. Mnoho jedovatých látek tak zůstávalo v organismu. Rovněž krevní oběh byl nedostatečný, hlava byla špatně prokrvená a trávicí trakt měl celou řadu poruch. Ke zlepšení zdravotního stavu bylo třeba změnit boty a začít s masážemi. Hlavní úkol připadl manželovi, který pilně

prováděl doporučené masáže. Potíže postupně ubývaly a dnes, po roce, je paní Ch. zdravá.

Tlak krve paní Ch. před započítím masáží byl 90/60, což bylo příčinou závratí i zatmívání před očima při předklonech. Už po dvou měsících masáží tlak stoupl na 120/70, tedy na normál. Od té doby paní Ch. se cítí dobře a neví, co jsou závratě.

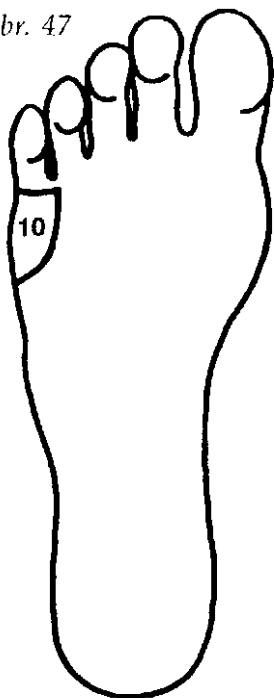
XI. KLOUBY

1. Rameno

Bolesti v ramenou jsou časté u žen, které nosí úzké boty. Tyto bolesti se nejčastěji ozývají při věšení prádla, při česání vlasů; zkrátka ruce je obtížné zvednout nad hlavu. Poškození ramenního kloubu je časté, a pokud je receptor zanesen usazeninami, léčí se těžce a po létech vede k zánětu kloubu. Je třeba uvážit, že ramenní kloub sám je receptorem kyčelního kloubu, a tak může nemocné rameno po delší době vyvolat i potíže s kyčelním kloubem.

Pravé rameno má receptor na chodidle pravé nohy, levé rameno na chodidle levé nohy. Receptory jsou na vnější hraně chodidla, hned pod malíčkem (viz obr. 47). Doplnkovým receptorem je kyčelní kloub a pánevní oblast.

Obr. 47



10 – rameno

*** Pan F., muž asi pětadesátiletý měl potíže s ramenem. Pravý ramenní kloub měl už několik let tak zablokovaný, že nemohl dát ruku ani deset centimetrů od těla. Všechna různá léčení nevedla ke zlepšení tohoto stavu. Když jsem prohmatala jeho chodidla, přestala jsem se divit. Něco takového jsem ještě neviděla, a to jsem měla v ruce už několik tisíc chodidel. Nejen malíček, ale i celý pátý metatarsus nebyly na svém místě, ale byly zmáčknuté pod prsteníček a čtvrtý metatarsus. Nepřekvapilo tedy, že rameno bylo tak zablokováno. Pan F. nosil módní úzké špičaté boty. Masírovala jsem mu energicky celou čtvrt hodinu receptor ramene. Pak jsem ho vyzvala, aby zvedl ruku. Dokázal ji zvednout o třicet centimetrů výše než před tím. Znehybnělé rameno je vděčným příkladem účinnosti receptorologie.

*** Byla jsem na návštěvě u jedné ženy, které jsem chtěla pomoci masážemi receptorů. Bylo přítomno dalších dvanáct osob, které s napětím očekávaly, co jim předvedu. Jedna z přítomných měla bolesti v rameni. Už dva měsíce měla zánět ramenního kloub, což jí značně omezovalo pohyblivost ramene. Pro demonstraci jsem ji požádala, aby ukázala, jak může ramenem pohybovat. Pak jsem začala masáž receptorů na pravé noze. Kolem mne byly tváře s ironickými úšklebky. Po 15 minutách jsem ukončila masáž a požádala tu paní, aby zvedla ruku. Odpověděla: „Ale já s ní přece nemůžu ani hnout...“, odmlčela se a pomalu zvedla ruku a na tváři se jí objevil úsměv. Ostatní úžasem oněměli; to co viděli, je okamžitě zbavilo skepse.

*** Mladý fotbalista odbýval všechny informace o receptorologii pokrčením ramen, dokud nebyl odnesen uprostřed utkání ze stadiónu s naraženým ramenem. Našla jsem ho v šatně, kde mu masér právě masíroval poškozené levé rameno. Vyzvala jsem maséra, aby toho okamžitě nechal. **Nikdy se nesmí masírovat poraněné místo!** Tím se často ještě více zhorší poškození. Místo, které můžeme a máme masírovat, je receptor.

Vzala jsem do ruky jeho pravé chodidlo a našla receptor ramene. Triumfálně zvolal: „Nic tam nebolí, vaše metoda je pro kočku!“ Řekla jsem mu, že v pravém chodidle je receptor pravého ramene a v levém... „Ukažte mi levou nohu.“ Jen jsem se dotkla receptorů ramene prudce ucukl a vykřikl. Požádala jsem ho, aby mi ještě jednou podal levou nohu a začala jsem pozvolna důkladnou masáž. Po deseti minutách se bolest v rameni zmenšila a po dalších deseti minutách zmizela úplně. Přesto jsem panu B. doporučila rentgenové vyšetření. Považoval to za zbytečné, ale slíbil mi, že bude pokračovat v masážích. Po pěti týdnech už zase hrál ve svém mužstvu.

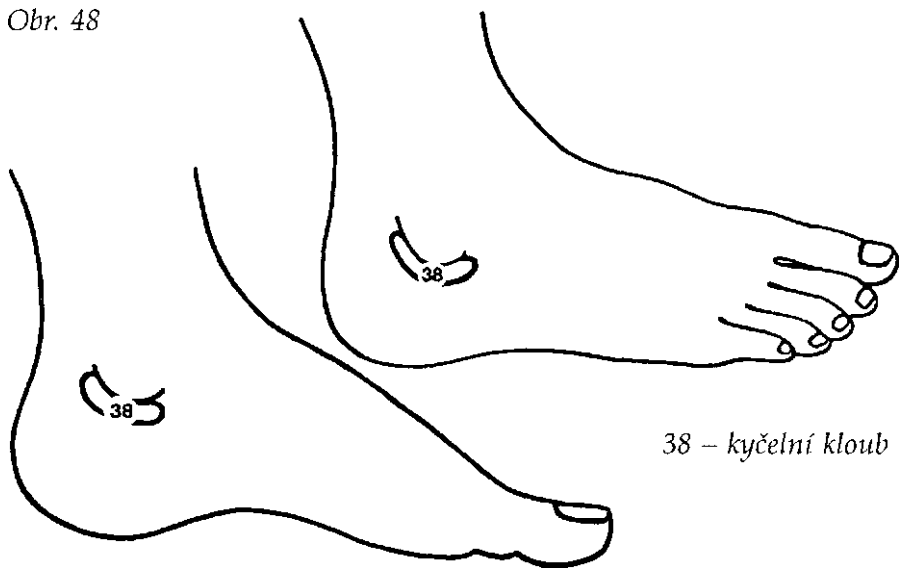
2. Kloub kyčelní

Bolesti v kyčelních kloubech mají často původ ve starším poškození ramenního kloubu. Léčí se tedy masážími obou receptorů.

Receptor kyčle je na chodidle pod vnitřním i pod vnějším kotníkem, a to levé kyčle na levém chodidle a pravé na pravém (viz obr. 48). Pomocným receptorem kyčelních kloubů jsou ramena.

*** První bolesti, které však brzy pominuly, ucítil v kyčelním kloubu pan R. při gymnastice. Bolesti se vracely při každé větší zátěži, jednou mu dokonce zabránily dohrát zápas v odbíjené. Zašel tedy

Obr. 48



k lékaři, který ho doporučil na ortopedickou kliniku. Zde ho důkladně prohlédli. Rentgenový snímek ukázal stíny na hlavicích kyčelních kloubů, tedy první známka „opotřebování“. Postupně byly vyzkoušeny různé terapeutické postupy: gymnastika, zábaly minerálním bahnem, podvodní masáže; vše bez úspěchu. Více jak

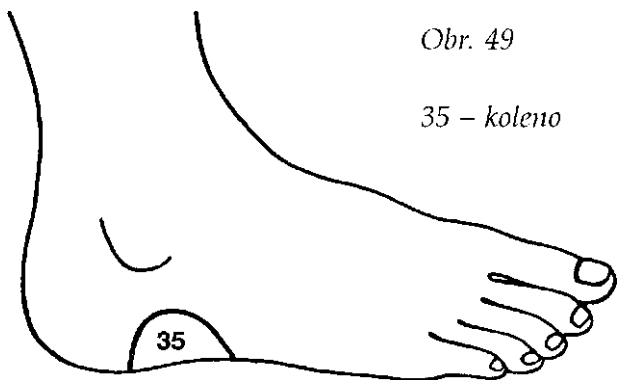
půl roku jezdil pan R. na kliniku. Poslední závěr lékaře zněl: jediná možnost je operace. Protože pan R. byl mladší šedesáti let, nemohl při operaci dostat umělý kloub, takže i po operativní úpravě by zde zůstala perspektiva další operace po letech, při které by poškozený kloub byl vyměněn za umělý. Pan R. souhlasil s operací a byl už stanoven i její termín.

Tehdy se dozvěděl o receptorologii. Když ke mně přišel, silně kulhal, kyčelní klouby ho stále bolely, bolest vystřelovala do kolen a do lýtek. Receptor kyčelního kloubu byl citlivý, mne však zajímalo, kde je příčina těchto bolestí. Proto jsem prohmatala celá chodidla. Poruchy jsem našla na receptorech ledvin, nadledvinek, močovodu a močového měchýře (tedy špatný odvod jedovatých látek z těla), žaludku, dvanácterníku, jater a žlučníku (tedy špatná tvorba regeneračních látek), krku a bederních obratlů (porucha inervace). Pan R. potvrdil, že měl potíže s páteří. V důsledku uskřípnutí nervových vláken v obratlích bederní páteře došlo k jejich deformaci. Do určeného termínu operace zbývalo ještě pět měsíců a tento čas nezůstal nevyužit. Pan R. si masíroval příslušné receptory více jak půl hodiny denně a k tomu jednou týdně dostával hodinovou porci masáže ode mne. Po poměrně krátké době se jeho bolesti zmenšily, míval dokonce dny, kdy bolesti vůbec necítil. O operaci už ani neuvažoval, po půl roce už zapomínal, že někdy kulhal, bolesti se už neobjevovaly ani při větších zátěžích. Když někdo dnes vidí pan R., nemůže uvěřit, že tento silný, vitální muž před poměrně krátkou dobou sotva chodil.

3. Koleno

Poškození kolene je poměrně časté. Každé poranění kolene je třeba doléčit, jinak může někdy podějí vést k zánětu kloubu.

Postupujeme-li po vnější hraně chodidla od paty k malíčku, ucítíme zhruba pod kotníkem důlek (často vyplněný usazeninami). To je receptor kolene, na levém chodidle levého, na pravém pravého (viz obr. 35). Druhým receptorem je loket stejné poloviny těla.



Obr. 49

35 – koleno

*** Paní S. žila na vsi. Když jednou byla ve městě nakupovat, porazilo ji auto a musela být odvezena do nemocnice. Levé koleno měla vážně pohmožděno. Tři týdny ležela paní S. v nemocnici a zranění se pořád nechtělo hojit. Když jsem ji byla v nemocnici navštívit, poradila jsem jí, aby si masírovala loket, aby tak zlepšila prokrvení kolene. Paní S. se ale mou radou neřídila, komu není rady, tomu není pomoci. Po šesti týdnech byla paní S. propuštěna z nemocnice – neuzdravená. Poslali ji ještě na čtrnáct dnů do léčebny, ale jak jsem se dozvěděla od jejího muže, necítila se tam dobře, vrátila se domů dříve a stále ještě, a to dva měsíce po úrazu, silně kulhala. Promluvila jsem s ní tedy znovu o receptorologii, ukázala jsem jí receptor na chodidle i receptor v lokti. Konečně se dala přesvědčit, masírovala denně oba receptory a po třech týdnech už opět chodila normálně.

*** Pětasedmdesátiletá paní N. se mne dotázala, zda by mohla pomocí receptorologie vyléčit artrózu v obou kolenou, kterou trpěla již několik let. Hned jsem jí ukázala, že změna je možná –po desetiminutové masáži receptorů pravého kolene bolest v tomto kolenu ustoupila. Nemohla to pochopit. Doporučila jsem jí, ať zkusí vyjít pár schodů, aby dobře ucítila rozdíl mezi oběma koleny. Když to vyzkoušela, řekla, že tak dobře se jí do schodů nešlo už deset let, a hned měla zájem o vyléčení druhého kolene. Po masáži receptorů na levém chodidle se uvolnilo i levé koleno. Doporučila jsem paní N. změnu životosprávy a každodenní masáže receptorů na obou kolenou, nadledvinek, ledvin, močovodu a močového měchýře, pokud chce, aby se jí i nadále dobře chodilo.

4. Části těla, které jsou si navzájem receptory

Indikace masáží těchto receptorů:

po úrazech nebo operacích, lepší prokrvení vede k lepšímu a rychlejšímu hojení;

rány, které se nechtějí hojit nebo které hnisají (v tom případě jsou receptory citlivé);

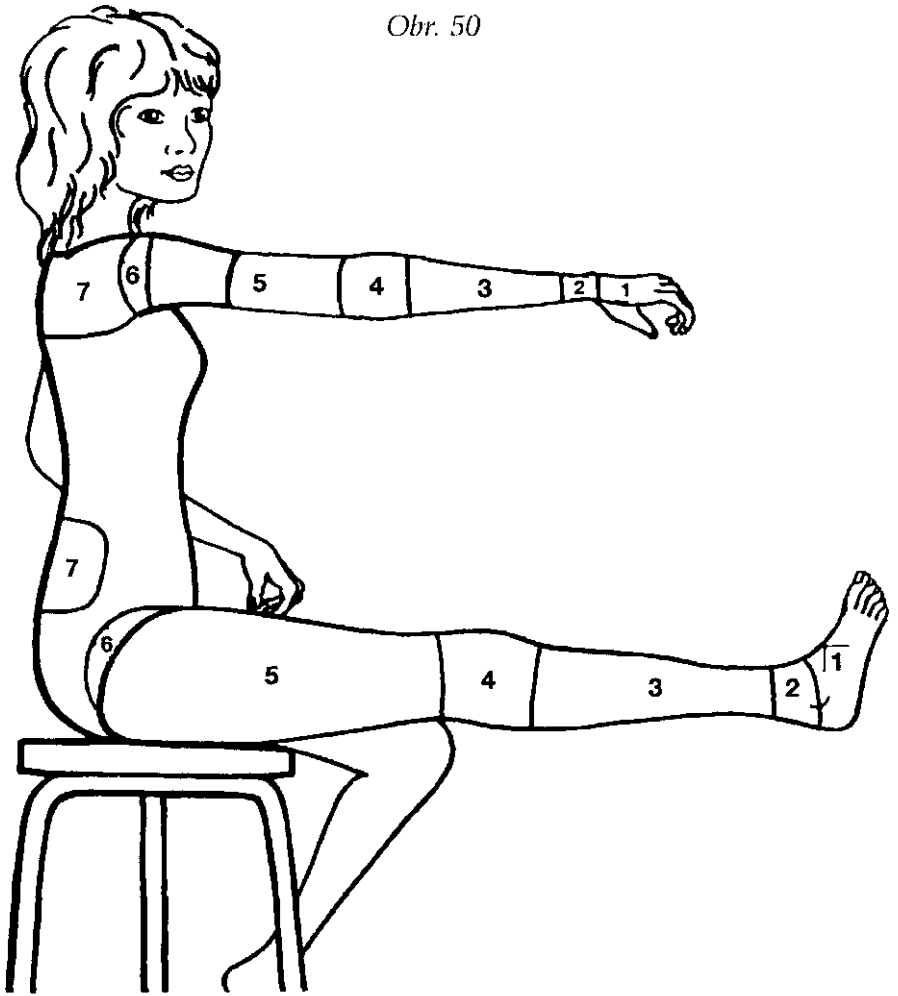
nejčastěji je receptor zablokován usazeninami nebo jizvami po starých úrazech. U zastaralých zranění, která se ozývají při změnách počasí, pomůže zlepšení prokrvení;

při křečích v pánevní a bederní oblasti, při potížích při sezení

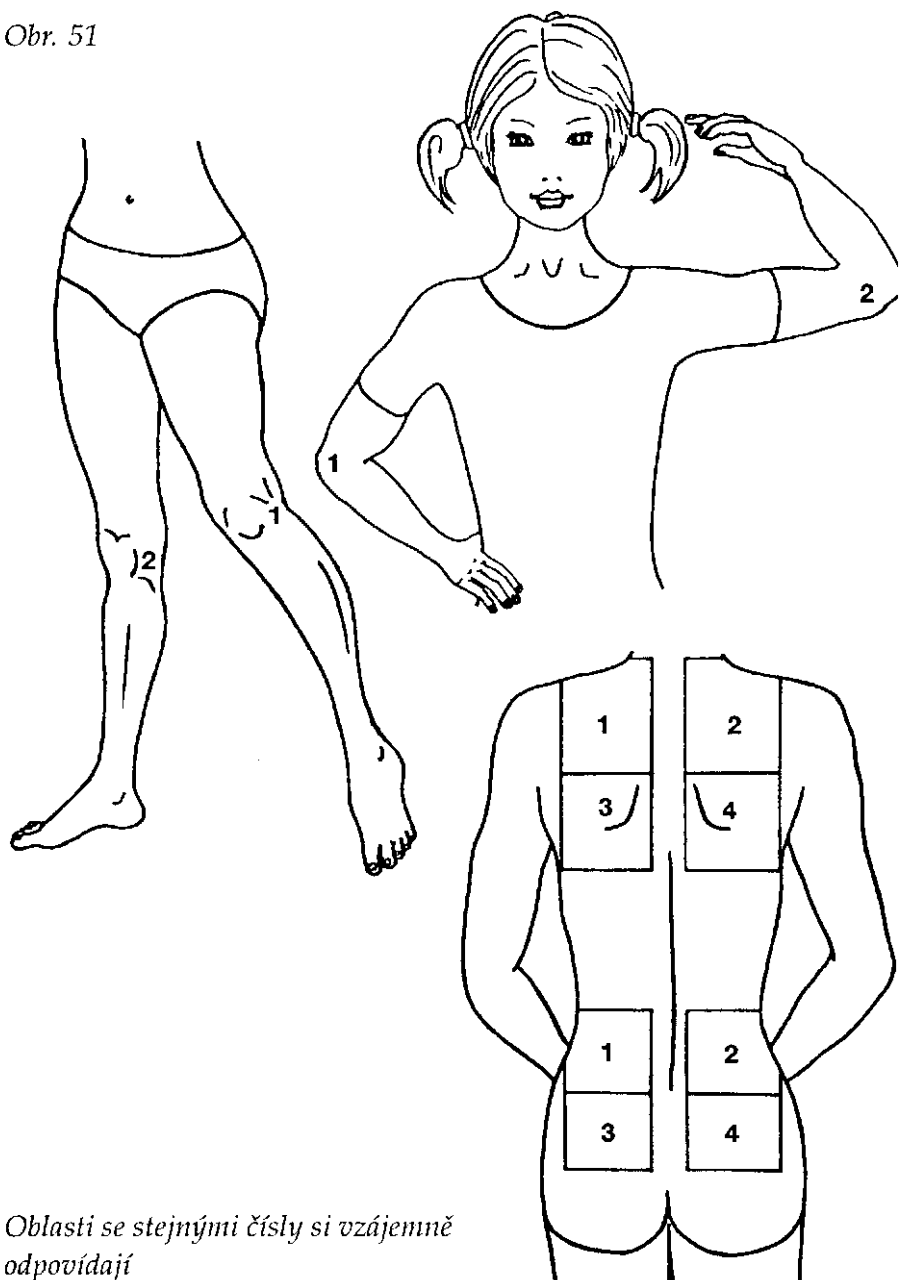
Všechny tyto receptory jsou na stejné straně těla:

ruka je receptorem chodidla a chodidlo je receptorem ruky
identicky jednotlivé prsty nohy a ruky zápěstní kloub je v recepci s kotníkem předloktí a holeň jsou v recepci loket a koleno rameno a kyčel krk a kostrč pletenec lopatkový a pánev

Obr. 50



Obr. 51



Oblasti se stejnými čísly si vzájemně odpovídají

*** Paní L. se probudila s prudkou bolestí v prostředníčku levé ruky. Nebylo to poprvé, už dvakrát v tomto roce se jí stala podobná věc. V obou případech na radu lékaře léčila prst koupelemi a obklady. Léčení touto metodou trvalo dva až tři týdny. Od posledního onemocnění se však paní L. seznámila s receptorologií. Začala tedy masírovat prostředník na levé noze, který byl velice citlivý. Po šesti minutách masáže bolest ustoupila a po dvou dnech masáže (dvakrát pět minut) byl prst naprosto v pořádku.

*** Dvanáctiletý chlapec S. narazil na jízdním kole a zlámal si obě zápěstí. Po fixaci v sádrovém obvazu začala matka pravidelně masírovat jeho kotníky na nohou. Bolesti brzy přešly a když po čtyřech týdnech byla sejmuta sádra, S. neměl žádné potíže s pohybem rukou. Často není produkce vápenatých solí dost rychlá a srůstání pak trvá déle.

*** Ve středisku zimních sportů jsem se seznámila se ženou, která měla celou ruku v sádře. Při řeči mi sdělila, že už více měsíců je v péči čtyř různých specialistů kvůli zánětu šlach. Dosud jí nepomohly ani koupele, ani bahenní zábaly, ani injekce. Lékaři se tedy rozhodli končetinu zcela znehybnět. Dosud však nedošlo k žádnému zlepšení, ruka bolela stále stejně. Řekla jsem jí o masážích receptorů. Poslouchala s nedůvěrou. Abych dodala váhy svým slovům, požádala jsem ji o nohu a začala masírovat odpovídající místo, které bylo velice bolestivé. Při takovém množství usazenin se nebylo čemu divit. Dobrému prokrvení receptorů bránily vysoké přezkové boty, tím i ruka byla špatně prokrvená a hojení pokračovalo pomalu. Masírovala jsem jí nohu dvacet minut a pak jsem jí odvázala sádrovou dlahu a vyvádla jsem ji, ať zkusí pohnout rukou. Bojácně opatrně uposlechla. Najednou se změnil výraz její tváře a radostně mi oznámila, že už může rukou pohybovat a že to vůbec nebolí. Její manžel, který toto vše sledoval, pokračoval v následujících dnech v masážích vždy deset minut denně. Po týdnů už po bolestech nebylo ani památky.

*** Pan Z. si zlomil kosti lýtky, tedy kost lýtkovou a kost holenní. Byl hospitalizován v nemocnici, ale přesto ještě po osmi týdnech musel užívat tablety proti bolestem. Zlomenina se pro špatnou produkci vápníku nehojila. Tehdy se jeho žena dozvěděla o receptorologii. Naučila se ode mne, jak se masáž provádí, a při návštěvních hodinách v nemocnici to hned na manželovi vyzkoušela. Zajímavé na tomto případě bylo, že v místě receptorů na pravém předloktí měl pan Z. před několika lety rovněž zlomeninu. Ta se uspokojivě vyhojila, ale prokrvení tohoto místa zůstalo zhoršené. Usazovaly se zde usazeniny, které byly odpovědné za horší prokrvení kosti v lýtku a když v tomto místě došlo ke zlomenině, zpomalovaly hojení. Paní Z. masírovala předloktí svého muže každý den dvacet minut. Hojení začalo probíhat normálně a po čtyřech týdnech bylo možno sundat sádku, noha byla naprosto v pořádku.

*** Dvanáctiletá dívka si při pádu na bruslích zlomila lýtkovou kost. Matka jí hned po fixaci nohy sádkou začala masírovat malíkovou stranu předloktí. Po měsíci, když dívce sundali sádku, mohla hned chodit.

*** Pan T., mladý fotbalista, musel opustit hřiště pro poranění vaziva v koleně. Sportovní lékař mu naordinoval čtyři týdny klidu, předepsal tablety a obklady. Pan T. však znal receptorologický způsob léčení a začal hned masírovat loket a receptor kolene na chodidle. Tak již po čtrnácti dnech mohl znovu začít trénovat.

*** Pan J. měl delší dobu potíže s kolenem a s lýtkem. Příčinou byla střepina granátu z války, kvůli které se pan J. podrobil už čtyřem operacím. Po poslední operaci měl špatně prokrvenou a špatně inervovanou pravou nohu. Trpěl stálými bolestmi. Když šel po roce na kontrolu a řekl lékaři o svých bolestech, ten ho „potěšil“ útechou, že po takové operaci se to dalo čekat a že je třeba být trpělivý. Ke spontánní nápravě však nedošlo ani během dalších tří let. Tehdy se pan J. seznámil s receptorologií a začal masáže odpovídajících receptorů. Už po deseti minutách pociťoval změnu, pocit tepla pronikal do kolene a do celé nohy. Dobře prokrvené

koleno přestalo bolet. Pan J. masíroval receptory dále dvakrát týdně, až do rozpuštění usazenin.

*** Pan P. trpěl zánětem vaziva v levém lokti. Loket nesnesl ani lehký dotek. Masáže kolene (které bylo plné usazenin) došlo k rychlé nápravě stavu. Po třech dnech každodenních desetiminutových masáží kolene loket přestal bolet, pan P. však pokračoval v masážích až do úplného rozpuštění usazenin.

*** Pan S. při autonehodě utrpěl zlomeninu stehenní kosti asi patnáct centimetrů nad kolenem. Otevřená zlomenina byla velice bolestivá. Po třech týdnech jsem ho navštívila v nemocnici. Čtvrt hodiny jsem mu masírovala ruku patnáct centimetrů nad loktem. Bolesti, kterými trpěl od autonehody, poprvé ustoupily. Pan S. pokračoval v masážích až do úplného vyléčení. Dnes necítí žádné bolesti ve stehně a díky dobrému prokrvení toto místo nebude ani náchylné k revmatickým zánětům či jiným komplikacím.

*** Paní W., starší žena, uklouzla a při pádu si zlomila krček stehenní kosti. U starších lidí je tento úraz často hotovou tragédií, zlomenina se hojí velice pomalu a dlouhodobé upoutání na lůžko vede k dalším komplikacím. U paní W. tomu však bylo jinak: manžel jí pravidelně deset minut denně masíroval kost ramenní u ramenního kloubu, a tak po čtyřech týdnech byla zlomenina k velké radosti paní W. a k překvapení lékaře vyhojena a paní W. mohla začít chodit.

*** Pan A. za mnou přišel s bolestmi v rameni. Šlo o staré poranění, které nebylo zcela doléčeno. Řekla jsem panu A., aby si přesně vzpomněl o co šlo, a zatím jsem na noze našla odpovídající místo a začala jsem masáž. Po deseti minutách bylo rameno v pořádku a pan A. si mezitím vzpomněl, že před pětácti lety měl rameno poraněné rezavým nožem a rána se tehdy špatně hojila.

*** Slečna L. měla bolesti v pravém kyčelním kloubu, což jí ztěžovalo chůzi. Po deseti minutách masáží (pět minut receptor na

chodidle a pět minut ramenní kloub) bolesti zmizely a kloub byl normálně pohyblivý.

*** Silné bolesti v oblasti krku činily život jedné paní nesnesitelným. Bolesti trvající celé dny neustupovaly ani v noci a byly příčinou stálého nevyspání. Přes usilovné masáže receptorů krku na chodidle bolesti nepřestávaly. Teprve masáž kostrče (kterou měla tato paní dvakrát zlomenou) přinesla žádaný výsledek. V souvislosti s tím si paní vzpomněla, že bolesti krku začaly krátce po druhém zlomení kostrče.

*** Mnoho žen trpí na bolesti v oblasti pánevní, zvláště před menstruací. Pravou příčinou je často stažení v oblasti lopatek (ramínka podprsenky). Paní D. se léčila na bolesti pánve bezvýsledně několik let. Desetiminutová masáž lopatek jí přinesla uvolnění. Poprvé po letech byla bez bolestí.

XII. CO JEŠTĚ PATŘÍ K TÉMATU

1. Jídlo

Mnoho příkladů prakticky dosvědčuje, že nestačí masírovat receptory orgánů výměny látkové, když se současně dopouštíme řady hříchů v oblasti výživy. Dietetických předpisů je jako stromů v lese. Následující dietetické pokyny jsem určila podle stavu receptorů před jídlem a po jídle. Receptory totiž reagují na každou poruchu a ukázalo se, že po nevhodném jídle se receptory trávicího traktu stávají citlivými, a pokud jsou taková jídla v jídelníčku často, vzniká nedostatek regeneračních látek, který může být příčinou celé řady dalších poruch. Z potravin, které jsou často na jídelníčku, takovéto poruchy vyvolávají:

- káva s mlékem, káva se smetanou, se šlehačkou, zkrátka každá směs kávy s mléčnými výrobky. Rovněž čaj s mlékem.
mléko;

-syrové ovoce – hrušky, jablka, švestky, broskve, meruňky a všechny ovocné šťávy připravované za studena;
-citrusové plody – citrony, pomeranče, mandarinky, grepy a džusy z nich.

Dále je moudré se vyhýbat:

bílému vínu a lihovinám
instantní kávě a čaji
celozrnnému chlebu a všem těžko stravitelným chlebům
výrobkům z listkového těsta
coca-cole
čokoládě
vývarům z masa
vnitřnostem
syrové cibuli a česneku

a) Káva a čaj s mlékem nebo smetanou

Jakoukoliv směs kávy nebo čaje s mlékem nebo smetanou náš žaludek nedokáže normálně zpracovat. Proč je tomu tak, to já nevím, ale ze zkušenosti se stovkami případů mohu potvrdit, že pití kávy nebo čaje s mlékem nebo se smetanou vyvolává poruchy žaludku, dvanácterníku, jater a střev a v důsledcích takových poruch i poruchy dalších orgánů, třeba kolene.

Nejlepší je pít místo těchto nápojů bylinné čaje, budete se cítit mnohem lépe a nebudete trpět nadýmáním nebo pocitem těžkého žaludku po snídani. I když jste dosud nepocítovali žádné potíže, věřte, že káva a čaj s mlékem poruchy vyvolávají, jen váš žaludek dosud neprotestoval. Udělejte mu na zkoušku pohodlí a měsíc nebo dva nepijte tyto nápoje a pak zkuste vypít množství, na které jste teď zvyklí. Nejspíše vám nebude chutnat a žaludek se bude bránit. Přijatelná je jedna černá káva po obědě. Proč po obědě? Po vydatném jídle se člověk cítí zemdlený a neškodí tedy organismus trochu stimulovat. Černá káva rozšiřuje periferní cévy a tím zlepšuje prokrvení. Člověk se hned cítí lépe. Milovníci čaje mohou místo

kávy pít šálek silného čaje. A co káva bez kofeinu? Káva bez kofeinu je pražená tak dlouho, dokud se neodpaří větší část kofeinu. Prodloužením pražení se v kávě zvyšuje množství dehtových látek, které lidskému organismu škodí rozhodně více než kofein.

b) Mléko

Už slyším vaši otázku: Cože mléko, nejhodnotnější potravinu podle většiny lékařů vy zakazujete? Máte tak trochu pravdu, ale je třeba mít na paměti, že každá potravina, má-li tělu přinést užitek, musí být řádně promíšena se slinami. Nemluvně, když saje mléko z prsu i z láhve, mísí při sání mléko se slinami. Tak se mléko dostává do žaludku v malých a dobře stravitelných dávkách. Problém však začíná, když se mléko začne pít z hrnku. Mléko se velkými hlty dostává neprosliněné do žaludku, který ho hned nedokáže zpracovat a problémy pak pokračují i ve dvanácterníku. Není bez zajímavosti, že nejvíce trávicích problémů mají děti, které často pijí mléko. Jak často rodiče nutí děti pít mléko: „Dokud to nevypiješ, nepůjdeš od stolu.“ Dítě raději mléko zhltně a pak s těžkým žaludkem, unavené trávením sedí ve školní lavici.

Druhým ještě závažnějším nedostatkem mléka je, že mléko, které je běžně v prodeji, není čerstvým mlékem. Úpravou, tj. odstředěním, pasterizací nebo sterilizací se znehodnocují nebo dokonce z mléka odstraňují jeho cenné složky. Zničené enzymy jsou nezbytné pro využití mléka, když chybí, mléko je stravitelné jen částečně. Dnes se speciálními postupy prodlužuje životnost mléka (tedy doba jeho prodejnosti) na úkor našeho zdraví. Ve Skotsku provedli experiment: osm telat krmili čerstvě nadojeným mlékem a druhých osm telat mlékem kupovaným v obchodě. Telata první skupiny prospívala, zato telata druhé skupiny živořila. Do šesti týdnů šest z těchto osmi telat pošlo a zbývající dvě se podařilo zachránit jen podáváním čerstvého mléka.

Mléčné výrobky – jogurt, kefír, smetana, máslo, tvaroh, sýry – jsou bezvadné potraviny, protože při jejich výrobě se neničí biologicky cenné látky (s výjimkou tavených sýrů). Při jejich požívání je však třeba dbát na dokonalé proslinění nezbytné pro jejich trávení.

c) Syrové ovoce

Běžně prodávané ovoce je z 90 % nezralé. Jistě jste někdy v dětství snědli nezralá jablka a pak vás jako zasloužený trest bolelo břicho. Možná vám dosud v hlavě zní: „Přece víš, že nemáš jít nezralé ovoce.“ A jak to většinou děláme? Ovoce se česá nezralé, aby dobře snášelo transport a skladování. Ve skladech se pak nechá „dozrát“ než se začne prodávat. Nejde však vůbec o dozrávání, ale o počáteční hnití, které ovoce pěkně vybarví, že vypadá jako zralé. Je však stejně nezralé, jako bylo při česání ze stromu, k dozrávání může dojít jen na stromě!

Nezralé ovoce obsahuje mnoho kyselin. Pro dobře pracující trávicí systém je jeden kus ovoce za den maximální dávkou, kterou ještě dokáže strávit.

Dále nelze podceňovat, že ovocné stromy jsou často proti škůdcům postřikovány chemickými jedy. Ovoce z takových stromů sice není červivé, ale často nemá žádnou vůni a chuť.

Převařené ovoce – kompoty jíst můžete. Ovocné kyseliny se varem mění v lehčeji stravitelné sloučeniny, pro náš organismus přijatelné.

Jahody se zpravidla česou ve zralém stavu, jsou zásadotvorné a tedy pro organismus velmi cenné.

Banány se sice rovněž sklízí nezralé, obsahují však tak málo kyselin, že nepůsobí potíže jako ostatní ovoce. Vedle toho banány staví průjem.

d) Citrusové plody

Co zde bylo řečeno o ovoci vůbec, platí dvojnásob o citrusových plodech. Trhají se v barvě trávy a tak se podchlazené transportují. Při transportu a následném skladování „dozrávají“, respektive jejich kůra se zbarvuje na žluto nebo oranžovo v důsledku hnití. Dozrát může ovoce jen na stromě, provitaminy se mění ve vitamíny až v posledních dnech dozrávání. V ovoci česaném předčasně je pouze kyselina askorbová, prvotní stádium vitamínu C, pro lidský organismus nepřijatelná. Že požíváním citrusových plodů pokrýváme spotřebu vitamínu C je všeobecným omylem. Když je zcela

přestaneme jíst, nevznikne v organismu žádný nedostatek důležitých látek, ale žaludek a střeva si odpočinou od těžké práce s neutralizováním tak velkého množství kyselin. Odkud tedy brát vitamín C? Prostě z těch potravin, které ho lidem zajišťovaly dříve: tedy hlavně z brambor a zeleniny (pokud možno syrové ve formě salátů). Náš žaludek a střeva utrápené dlouholetým špatným zacházením nebudou možná hned reagovat na zlepšení diety zlepšením funkce. Nová dieta nám možná zpočátku nebude chutnat, mohou se objevit i dočasné poruchy jako průjem, větry nebo zácpa. To jsou však jen reakce na změnu, které se brzy zlepší a zlepšování celkového zdravotního stavu organismu bude pak postupně následovat.

Náš žaludek už „něco snese“, jinak je tomu ale u novorozenců. Když hledáme příčinu silných průjmů u kojenců často zjistíme, že matka v dobré víře snědla větší množství ovoce nebo vypila více citrusových šťáv. To změnilo nepříznivě skladbu mléka a nezkažený žaludek kojence patřičně zareagoval.

e) Bílé víno

Zatímco při výrobě červeného vína se nechávají zkvasit celé hrozny, při výrobě bílého vína se nejprve z hroznů vylisuje mošt a slupky jsou pak z dalšího procesu kvašení vyloučeny. Tím se do hotového vína nedostanou některé cenné složky, které jsou obsaženy v červeném víně. Obecně je známo, že pití bílého vína vyvolává záchvaty dny a revmatismus.

f) Rozpustný čaj

V rozpustném čaji jsou obsaženy chemické látky, které mnoha lidem způsobují potíže.

g) Vývar z ovocných slupek

Vývar nebo „čaj“ z ovocných slupek – z jablek, pomerančů a citronů má negativní vliv na naše zdraví.

h) Celozrnné šrotové chleby

Jsou prostředkem pročišťujícím, jsou velmi těžce stravitelné a zpravidla nemohou být v trávicím traktu náležitě využity. Teoreticky „cenné“ látky jsou jen zbytečným balastem, kterého se střeva snaží co nejrychleji zbavit, což vyvolává trávicí potíže. Známe paní, která vždy pět hodin po snědení celozrnného chleba trpěla bolestmi hlavy.

i) Pečivo z listového těsta Je příliš tučné a mnoha lidem působí potíže.

j) Vývary z kostí a masa

Obsahují mnoho kyseliny močové. Lidé s oslabenými ledvinami s obtížemi vylučují kyselinu močovou v těle vznikající, nemá tedy smysl tuto škodlivou látku do těla vpravovat. Porce bujónu může vyvolat záchvat dny nebo revmatismu.

k) Vnitřnosti

Pozor: játra, ledvinky obsahují velké množství kyseliny močové.

l) Coca-cola, čokoláda

Spolu s kávou a čajem patří mezi pochutiny. Při jejich trávení vzniká teobromin, který se dále přeměňuje na kyselinu močovou.

m) Syrová cibule a česnek

Syrová cibule a česnek obsahují silné dráždivé látky, které mohou poškozovat žaludeční sliznici. K přípravě pokrmů je lépe využívat česnek a cibuli v prášku. Přidáme-li česnek nebo cibuli do salátu, ztrácí se typická chuť jednotlivých zelenin.

Co tedy lze doporučit?

a) Snídaně

Bylinný čaj – jakýkoliv (lipový květ, máta peprná, šípek).

Chléb nebo dalamánek, pšeničný nikdy čerstvý (žádné housky nebo rohlíky).

Na chleba máslo nebo margarín.

K tomu včelí med, zavařeniny, sýry (nikdy tavené), vajíčko.

b) Oběd

Žádné polévky, protože ty jen vytahují žaludek.

Brambory: 3-4 krát týdně.

Rýže: 1-3 krát týdně.

Těstoviny a knedlíky: 1-2 krát týdně.

Maso: malé množství vařeného, rožněného nebo pečeného.

Desert: kompot nebo krém, zákusek, zrnková káva s cukrem nebo bez.

Nápoje: minerálka, červené víno (nepolykáme rovnou, ale dobře promísíme se slinami), střík z červeného vína a minerálky, čaj se sirupem.

Spát po obědě je zlovyk, při spánku se sníží trávicí činnost žaludku. Lze doporučit odpočinek v leže, ale bez spánku (pro uvolnění páteře).

c) Večeře

Podávat tři až čtyři hodiny před spaním!

Nápoj. Bylinný čaj.

Chleba pšeničný nebo tousty.

K chlebu – jako při snídani.

Salát nebo kompot.

Jogurt buď čistý nebo se zavařeninou (dobře proslinit).

Hlavně je třeba:

nejíst nic mezi těmito třemi jídly. Nechejte žaludek odpočinout. Možno nanejvýše vypít trochu bylinného čaje nebo minerálky mírně přislazené hroznovým cukrem.

nenutíme ani dospělé ani děti jíst co nechtějí. Jíst bez chuti vyvolává trávicí potíže.

zeleninu jíme pokud možno syrovou nebo jen krátce podušenou. Nepřihříváme!

smažíme pouze na másle nebo na oleji. Jen pokrmy na másle můžeme přihřívát.

Pár slov o cukru

Cukr v malých dávkách neškodí. Malou dávkou rozumíme kostku cukru na šálek čaje. Hodně cukru konzumují lidé, kteří do kyselé šťávy dávají dvě tři lžičky cukru, aby se vůbec dala pít, nebo ti, kteří pijí slazené minerálky nebo limonády, které obsahují až 30 gramů cukru v litru. K problematice cukru je třeba poznamenat, že lidé, kteří vůbec nejedí cukr, mívají zvýšenou hladinu cholesterolu v krvi. Při spalování tuků v těle je zapotřebí cukru podobně jako je v kamnech třeba vzduchu při spalování uhlí a dřeva. Vzpomínám si na muže, který vážil 110 kg a měl 666 mg% cholesterolu v krvi. Uvážila jsem souvislost cukr – cholesterol a doporučila jsem mu jíst malé množství cukru, který vůbec nejedl. Po čtyřech měsících masáží receptorů a pití sladkého čaje poklesl cholesterol v krvi na 372% (normál je 180-280 mg%).

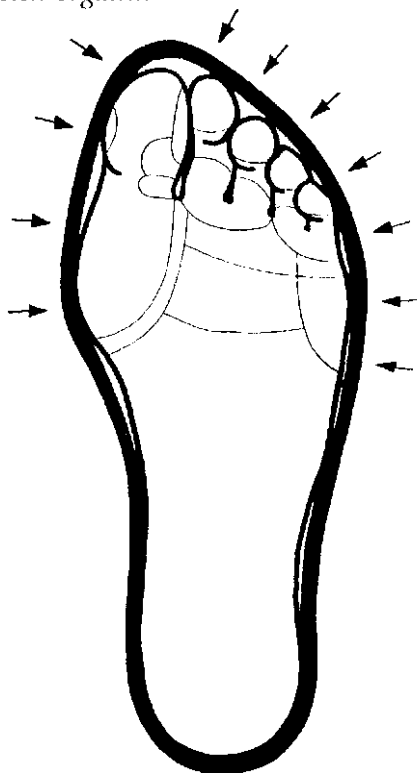
2. Obuv

Každá noha potřebuje obuv přizpůsobenou svému tvaru, má-li zůstat zdravá. Avšak móda nás často nutí nosit deformující boty, které tísní nohu na různých místech. Důsledkem jsou špatně prokrvené studené nohy, poruchy v odpovídajících receptorech a orgánech, deformace prstů i celého chodidla, otláčky a kuří oka.

Boty odpovídající anatomickému utváření nohy mohou být úzké jen u paty, ke špičce se musí rozšiřovat. To však nerespektují diktátoři módy a výrobci obuvi, kteří trh zaplňují botami ve špičce úzkými, často zcela špičatými. Takové boty prostřednictvím receptorů vyvolávají poruchy těchto orgánů:

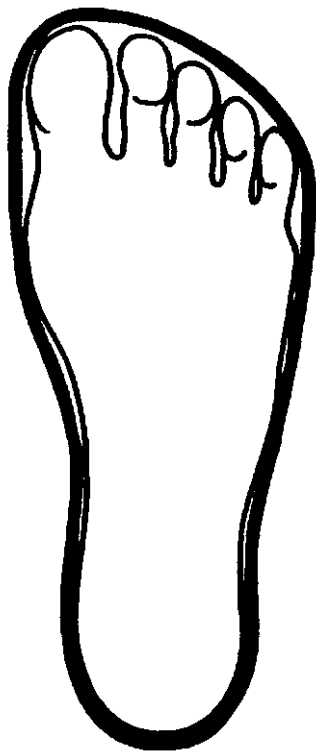
Obr. 52

Fyziologicky nevhodná obuv brání potřebnému prokrvení receptorů a tak vyvolává poruchy odpovídajících orgánů.



Obr. 53

Fyziologicky tvarovaná obuv zaručuje optimální prokrvení všech receptorů.



Poškození receptorů špatným prokrvením zhoršuje prokrvení příslušného orgánu a tím vyvolává funkční poruchy, bolesti a nemoci. Ideální bota by měla být na míru. Je rovněž třeba vyvarovat se vysokým podpatkům. Nenosíme obuv z umělých hmot, chodidlo musí dýchat, a to umožňuje jen kožená obuv. Nelze doporučit ani dřeváky, na tvrdém dřevěném podkladu se chodidlo při chůzi neohýbá a aby se dřevák při chůzi nezouval, musí se přidržovat tlakem prstů, čímž se tvoří kladívkové prsty na nohou. Ortopedické vložky jsou rovněž „medvědí pomoci“. Pokud je klenba nohy uměle

podpírána, slábnou její svaly a vaziva a plochost nohy se zhoršuje. Všechny svaly, a to se týká i svalů chodidla, mohou být regenerovány cvičením. Ploché nohy tedy nenapraví ortopedické vložky, ale chůze naboso po nerovnostech nebo náhražkové cvičení na rohožce Trema.

3. Vodní prameny, zemské záření

Pod zemí proudí, prolínají horninami vodní toky. Každá voda obsahuje rozpuštěné prvky: draslík, vápník, hořčík, fosfor, jód apod. Tyto látky jsou nabitý zářením vyvolaným erupcemi v hloubi země a toto záření vyzařují. Pokud patříte mezi těch 70 % lidí, jejichž lůžko stojí nad podzemní vodní žílou, pak po dobu šesti až osmi hodin denně jste pod vlivem tohoto záření, které na člověka bohužel působí negativně.

Toto záření může vyvolat:

poruchy solar plexu a vegetativního nervového systému;
poruchy spánku.

Novorozenec, který na klinice dobře spal celé noci, doma polovinu noci proplakal bez zjevné příčiny. Když to trvalo celý týden, nevyspaný otec odtáhl postýlku na kolečkách do kuchyně, kde malý hned usnul a spal zde spokojeně i další noci. Teprve po letech proutkař odhalil příčinu.

Přes celonoční tvrdý spánek je ráno cítit únavu a zemdlenost, bolesti hlavy, v zádech a podobně, které se ztrácejí poté, když člověk vstane z lůžka, mohou být předzvěstí rakoviny. Mnozí z těch, kteří zemřeli na rakovinu, leželi nad zdroji zemského záření. Zde se krátce zmíním o svém otci. Po jeho smrti jsme přestěhovali nábytek tak, že se moje postel dostala na místo, kde před tím spal on. Od té doby jsem měla poruchy spánku až do té doby, než jsem se ochránila před zářením.

Jak reaguje příroda

Většina zvířat se vyhýbá místům se zářením, psi, krávy, koně. Pokud je box chléva nad takovým místem, zvířata neuléhají, snaží se instinktivně z místa uniknout a zdravotně neprosplívají. Kočky naopak místa se zářením vyhledávají. Pokud si kočka ráda lehá do vaší postele neznamená to, že k vám má zvláštní sympatie, ale že vaše lůžko je s velkou pravděpodobností nad zdrojem škodlivého záření. Roje komárů se rovněž zdržují nad místy, kde je podzemní zdroj záření. Kopečky mraveniště jsou nad zdroji záření. Stromy rostoucí nad zdrojem záření rostou pomaleji, kmen mívají pokroucený, většinou se naklánějí.

Jak daleko sahá vliv záření? Dosah horizontální je závislý na velikosti zdroje. Vertikální dosah je veliký zpravidla od přízemku až do nejvyšších pater. Nejvyšší intenzita záření je nad překřížením vodních žil, takové záření je velmi nebezpečné.

Jak můžeme zjistit přítomnost záření

Dodnes nebyl nalezen způsob objektivního měření tohoto záření, a proto oficiální věda o něm nic neví a mnoho lidí si myslí, že se jedná o výmysl. Záření je možno najít proutkem nebo kyvadélkem. Varují vás před nezodpovědnými „proutkaři“, kteří vám nabídnou drahý přístroj, který pak nepracuje buď vůbec, nebo přestane pracovat po krátké době.

Jak se můžeme před zářením chránit

Nejlépe je postavit lůžko na nezávadné místo. Mnozí však nemají takovou možnost a musí se spokojit s nějakým odrušovačem. Na trhu je mnoho takových, zpravidla drahých přístrojů. Nejlepší a současně nejlevnější způsob odrušení negativních účinků záření byl nalezen v plastických vaničkách se zrcadlem (v obchodech jsou takové vaničky pro koupání ptáků v klecích). Dvě takové vaničky (při silném záření i více) dáme pod střed postele jednu vedle druhé dnem vzhůru a zrcadlem dolů. Toto zařízení nevyžaduje žádnou údržbu a pracuje po deseti letech stejně dobře jako v den instalace.

4. Pozitivní myšlení

I když je už o tomto tématu napsáno mnoho knih, zmíním se několika slovy o významu harmonie mezi rozumem, duší a tělem. Zcela zdrav je jenom ten člověk, který má tyto tři složky v naprosté harmonii.

a) Rozum

Je základem všeho našeho konání, vše, co chceme učinit, nejdříve učiníme ve své hlavě. Rozumový „obraz“ má být čistý a uspořádaný.

Například architekt chce postavit dům. Oko jeho rozumu vidí dům hotový, dokončený. Zbývá jen tento obraz přenést na papír a řemeslníci mohou podle takového plánu začít stavět. Pokud ale obraz v mysli není bezchybný, uspořádaný a čistý, a přesto by se stal podkladem pro plán, vedla by realizace plánu ke katastrofě. Řemeslníci by každý sám pracovali podle své úvahy a výsledek si umíme představit.

Stejně je tomu i s lidským tělem. Dejme tomu, že jsem nemocen, ale všechnu svou vůli zaměřím na to, že se chci uzdravit. Řemeslníci mého těla – jednotlivé vnitřní orgány – zmobilizují své síly, aby splnili úkoly zadané mým mozkem a dosáhli plné regenerace mého organismu. Po třech hodinách ale začnu pochybovat, jestli se vlastně chci uzdravit, jestli by nebylo lepší umřít a být už bez trápení. Svět je bez toho zlý a nikdo nás nemá rád. Nemoc má též své výhody a ostatně platíme si nemocenskou, tak ať zas jednou platí nám. Takové a podobné negativní myšlenky velice zpomalují proces léčení. Řemeslníci nevědí, co mají dělat, a tak si vzájemně překáží a nemoc pokračuje.

b) Duše

Před více lety se jeden lékař proslavil konstatováním, že duše neexistuje, protože při pitvách, kterých provedl tisíce, na ní nikdy nenarazil. Samozřejmě nemohu ukázat hmotné důkazy duše. Rovněž nemohu materiálně zdůvodnit pocit lásky, přesto nikdo nebude tento cit popírat. Myslím, že by lidstvu prospělo mít odvahu přiznat se ke stvořené duši bez ohledu na vědecké důkazy.

Duše je absolutní hodnotou, zajištěnou Boží vůlí. Neklid v duchovní sféře vyvolává poruchy organismu – zkrěčovatění orgánů a tím i zhoršení jejich funkce. Dlouhotrvající neklid v duchovní oblasti může vést k pozvolnému rozpadu těla. Nejčastěji se objeví srdeční vady, poruchy krevního oběhu, poruchy trávení, dýchací potíže, nervové problémy a deprese. Věk zde nerozhoduje, potíže mohou být u malých dětí, u dospělých i u starých.

c) Tělo

Po přečtení odstavců o rozumu a duši jste jistě pochopili, že příčinou nejrůznějších potíží a nemocí těla je disharmonie v oblasti rozumově-duševní. Jinak je tomu při úrazu nebo infekci (ale i zde se oblasti rozumově duševní podílí a často nezanedbatelnou mírou). Pokud je člověk v harmonii, tělo se brzy uzdraví, ale pokud je duše neklidná a rozum rozkolísaný, nemůžeme se divit, že proces uzdravování probíhá pomalu.

Co způsobuje duševní neklid a poruchy rozumu?

Negativní myšlenky směrem k jiným lidem Zapamatujme si, že negativní myšlenky jsou jako bumerang. Vrací se na toho, kdo je vysílá a způsobují mu opakující se stresy. Nemoc z toho vzniklá není – jak se často soudí – Boží trest, ale sebepotrestání.

Negativní vliv jiných lidí

Bohužel, je mnoho lidí, kteří mají špatné myšlenky, ale naštěstí jen málo je těch, kteří nám mohou těmito zlými myšlenkami ublížit.

c) Žárlivost – Závist – Nenávist – Nezdravé ambice – Nedůvěra
Přesto, že žijeme v době hospodářského rozkvětu, tyto nízké city nikterak nemizí. Vedou však, jako všechny nízké a zlé myšlenky, k sebepoškozování toho, kdo je má.

Co způsobuje negativní myšlení

Manželská disharmonie, napjaté vztahy s dětmi. K dětem je třeba přistupovat s láskou, nedostatek lásky a pochopení nelze vykompenzovat lepším materiálním zabezpečením.

Když jde dítě do školy, odkrývá se nový zdroj napětí: disharmonie mezi učitelem a dítětem, potíže s dítětem zapříčiňují často konflikty mezi rodiči a prarodiči. Samozřejmě, tchýně to myslí s dítětem dobře, ale různost pohledu na to, co je pro dítě dobré, vede ke konfliktu. Jsou-li tyto konflikty každodenní, nelze se divit, že se mladí i s dítětem odstěhují a přestanou se s prarodiči stýkat.

Sousedí. Napětí mezi sousedy vzniká nejčastěji ze závisti, nenávisti nebo z nezdravého soutěžení, kdo bude mít hezčí zahrádku, lepší dům, lepší auto atd. Domácí zvířata dobře vycítí takováto napětí.

V zaměstnání. Závist otravuje pracovní prostředí. Tzv. dobrý pracovník, který nikoho a nic okolo sebe neuznává, bývá často příčinou, že ostatní si hledají jinou práci.

„Odskočení si“. Mimomanželské vztahy mezi ženatým mužem a spolupracovnicí nebo obráceně nejsou vzácností. Čím déle takový vztah trvá, tím obtížnější je ho přerušit. Nezasvěcený partner si zprvu všímá, že něco nehraje. Vznikající napětí vedou k častým hádkám a ty bohužel jsou často příčinou rozvodu. Žena se vždy může přičinit o to, aby muž nehledal „dobrodružství“ mimo domov; už třeba tím, že se snaží být milá a vypadat pěkně. Úkolem vždy zůstane být dobrou manželkou.

5. Koupání – lázně

Koupání v zásadě není pro náš organismus prospěšné. Jsme tvorové patřící na zem a ležení ve vodě oslabuje naši biologickou sílu. Po koupeli se cítíme unavení a ospalí. Starší lidé po koupeli bývají tak vyčerpaní, že často nemohou usnout. Stiskněte si na zkoušku před koupelí některý receptor a po patnáctiminutové koupeli ho stiskněte znovu. Budete překvapeni tou změnou, stejný bod je po patnáctiminutové koupeli mnohem bolestivější. Koupel vyčerpává

naše nervové síly. Podobně je tomu se zeleninou – máčením pozbývá své síly – vitamíny a minerální látky.

Každý fotbalista ví, že se před důležitým zápasem nesmí koupat. Jen si prohlédněte lidi, kteří se vrací z lázní. Je asi dobré odpočinout si na tři týdny od práce a od rodiny, ale jinak téměř u všech dochází spíše ke zhoršení zdravotního stavu. Tak zvané „reakce na lázně“ jsou přímo škodlivé a zlepšení, které následuje po předchozím zhoršení není možno považovat za pozitivní výsledek. Pacient se zotaví z léčby a jeho zdravotní stav je stejný jako před lázněmi. Potvrzuje to většina těch, kdo lázeňskou péči prošli.

Z hlediska zdraví jsou priesnicovy obklady rozhodně užitečnější než koupele. A co plavání? Každý aktivní pohyb je zdravý, ale je otázka, jestli se užitek z pohybů při plavání vyrovná ztrátám způsobeným pobytem ve vodě. Veřejná koupaliště jsou navíc většinou silně znečištěna. Jeden bacilonosič na koupališti může nakazit stovky lidí. Zánět pochvy u žen a dívek má často svůj původ na veřejném koupališti. Chcete-li ale přesto plavat, pak pět až deset minut stačí, a měl by následovat přiměřený odpočinek. Pro vaše zdraví však bude lepší, když si najdete jinou formu aktivního pohybu.

XIII. CO SE MASÍRUJE PŘI...

Dále uvádím přehled často se vyskytujících onemocnění a poruch a ke každé uvádím receptory, které je třeba masírovat. Podrobné vysvětlení činnosti jednotlivých receptorů a orgánů si najdete v jednotlivých kapitolách této příručky.

Alergie nadledvinky, ledviny, močovody, močový měchýř, příštítná tělíska

Anémie slezina, orgány látkové výměny

Angína hrtan, mandle, lymfatické žlázy

Angína pectoris nadledvinky, ledviny, močovody, močový měchýř, žaludek, srdce, krevní oběh + dieta

Astma nadledvinky, ledviny, močovody, močový měchýř, příštítná tělíska, průdušky + dieta **Artritida** receptor postiženého kloubu, ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky + dieta

Basedowova choroba příštítná tělíska, hypofýza

Bechtěrevova choroba páteř, ledviny, močovody, močový měchýř, žaludek, střeva + dieta

Bělokrevnost lymfatické žlázy, slezina, mandle, orgány výměny látkové + dieta

Bolesti hlavy odstranit příčinu bolestí, receptor hlavy + dieta

Bolesti lokte loket, masáž kolene

Bolesti srdce žaludek, nadledvinky, srdce, hrudní část páteře + dieta k zabránění rozšíření, k ulehčení práce srdce

Bolesti šíje krční páteř, kostrč, masáž dolní části páteře a krčních svalů

Bolesti v játrech žaludek, dvanácterník, játra, žlučník, lymfatické žlázy + dieta

Bolesti v kostrči krční páteř, masáž krčních svalů a krční páteře

Bolesti v krku hrtan, mandle, lymfatické uzliny

Bolesti v zádech páteř, ramena, masáž bederní oblasti

Boubel receptor postiženého místa, lymfatické žlázy

Bronchitida plíce, průdušky, příštítná tělíska, nadledvinky, lymfatické žlázy +dieta

Dalekozrakost ledviny, močovody, močový měchýř, oči

Děložní krvácení, bolesti vaječníky, hypofýza, lymfatické žlázy, děloha (jen když nekrvácí)

Dušnost plíce, průdušky, nos, hlava, mozkový kmen, srdce, krevní oběh + dieta

Dna ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, omezit jídlo!

Epilepsie hlava, lymfatické žlázy, celkově posílit organismus

Frigidita hypofýza, vaječníky, děloha

Glaukom ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, oči, hlava

Hemeroidy receptor v levém chodidle a ze strany na obou lýtkách = konečník, ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky

Hlíza receptor postiženého místa, lymfatické žlázy

Horečka lymfatické žlázy, mandle, slezina

Hubnutí štítná žláza, trávicí trakt, játra

Cholera žaludek, trávicí ústrojí, lymfatické uzliny, slezina + dieta

Chrápání lépe žvýkat

Chrapot hrtan, mandle, lymfatické žlázy

Chřipka lymfatické žlázy, mandle, slezina

Impotence varlata + dieta

Ischias ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, kolena, důkladná masáž podél sedacího nervu a masáž obdobné oblasti na ruce + dieta

Ječné zrnko oko, lymfatické žlázy

Kašel průdušky, plíce, lymfatické žlázy, příštítná tělíska, nadledvinky + nosit širší boty!

Kotník namožený masírovat zápěstí

Krátkozrakost ledviny, močovody, močový měchýř, oči

Krvácení z nosu nos, příštítná tělíska

Krvácení z pochvy hypofýza, vaječníky, děloha, štítná žláza, masáž vnější strany lýtek a břicha

Kryptorchismus (nesestouplé varle)

varle, chámovod, hypofýza a masáž břicha

Křeč, svědění pochvy pochva, děloha, lymfatické žlázy

Křeč v lýtku příštítná tělíska, masáž lýtek, vyloučit geopatogenní vlivy

Křečové žíly ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, krevní oběh, masáž předloktí

Kýla brániční orgány výměny látkové, bránice + dieta,

Kýla tříselná lymfatické žlázy, žaludek, dvanácterník, střeva + dieta, celkové posílení organismu

Lámavé nehty receptory trávicího traktu, příštítná tělíska, dodat tělu vápník a cvičit

Lupénka ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, trávicí trakt, lymfatické žlázy

Mdloby srdce, nadledvinky

Menstruace nepravidelná vaječníky, děloha, hypofýza a masáž lýtek na vnější straně

Menstruační bolesti vaječníky, děloha, masáž lýtek na vnější straně

Migréna skráně, žaludek, příštítná tělíska, hlava, uši

Mořská nemoc labyrint

Myopatie hypofýza, ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, orgány výměny látkové, lymfatické žlázy + dieta + gymnastika svalů!

Nádor na děloze děloha, lymfatické žlázy

Nadýmání, větry žaludek, dvanácterník, slepé střevo + dieta

Nečistá krev slezina, lymfatické žlázy + dieta

Nedostatek vápníku příštítná tělíska

Nedostatek železa slezina

Nechutenství žaludek, střeva, štítná žláza, hlava, horní a dolní čelist

Nemoci hrtanu hrtan, průdušky, mandle, příštítná tělíska, lymfatické žlázy

Nemoci infekční ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, lymfatické žlázy

Nervozita, popudlivost ledviny, močovody, močový měchýř, orgány výměny látkové, příštítná tělíska – vyloučit geopatogenní vlivy

Nespavost hlava (ne však před spaním), vyloučit geopatogenní vlivy

Nízký krevní tlak ledviny, močovody, močový měchýř, mozkový kmen, uši

Noční pomočování ledviny, močovody, močový měchýř, vyloučit geopatogenní vlivy

Novotvar receptor odpovídající místu novotvaru, lymfatické žlázy, slezina, mandle

Nutkání na močení ledviny, močovody, močový měchýř, u žen děloha

Opaření se receptor opařené části těla, lymfatické žlázy, ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska

Oslabení sluchu Uši

Osteoporóza štítná žláza + dieta

Otoky nohou ledviny, močovody, močový měchýř, žaludek, střeva, játra, žlučník, lymfatické žlázy, masáž ramen a paží + dieta

Otoky ledviny, močovody, močový měchýř, žaludek, nadledvinky, lymfatické žlázy, krevní oběh

Otrava ledviny, močovody, močový měchýř, játra, žlučník + dieta

Otrava žaludku vyvolat zvracení, žaludek, dvanácterník, lymfatické uzliny

Otřes mozku hlava, páteř

Paličkovité prsty nosit široké boty, ne dřeváky, masáž prstů na nohách a masáž chodidel

Paradentóza dolní a horní čelist, orgány výměny látkové + dieta

Parkinsonova choroba ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, hlava, příštítná tělíska, orgány látkové výměny, krční svalstvo + dieta

Pásový opar ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska + dieta – omezit jídlo!

Píchání v boku slezina

Píštěl masáž receptoru místa píštěle, lymfatické žlázy, nadledvinky

Ploténky ledviny, močovody, močový měchýř, páteř, žaludek, játra, střeva, žlučník + dieta

Pobouřená slinivka břišní střeva, žaludek + dieta

Pocit plnosti žaludek, dvanácterník, dobře žvýkat, jíst pomalu

Porucha zraku ledviny, močovody, močový měchýř, oči

Poruchy rovnováhy labyrint, nosit širší boty

Poruchy růstu hypofýza, celkové posílení organismu

Porušený oběh lymfy lymfatické žlázy, slezina

Potíže s umělým chrupem dolní a horní čelist

Prostata ledviny, močovody, močový měchýř, prostata

Průjem žaludek, střeva, lymfatické žlázy, solar plexus + dieta

Překyselení žaludku žaludek, solar plexus + dieta

Rakovina lymfatické žlázy, slezina, orgány látkové výměny, receptor postiženého orgánu, změna životosprávy

Rameno – bolesti receptor ramene, masáž beder, nosit široké boty

Revmatismus ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, orgány výměny látkové

Schauerova choroba páteř, ledviny, močovody, močový měchýř, orgány látkové výměny

Senná rýma ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, nos, hrtan, průdušky, jíst med sebraný v době, kdy člověk dostává sennou rýmu

Sněžná slepota oči, nadledvinky

Sklerosa multiplex ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, orgány výměny látkové, příštítná tělíska, hlava, páteř, lymfatické žlázy + dieta

Skolióza páteře páteř, celkové posílení organismu

Suchost v ústech horní a dolní čelist, lymfatické žlázy, trojklaný nerv

Silhavost oči, hlava

Špatná výměna látek krevní oběh, lymfatické žlázy, ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, masáž prstů nohou i rukou

Šum a bolesti v uších uši, hlava, lymfatické žlázy

Těhotenství hypofýza, vaječníky, děloha, prsa, výměna látek
Vady srdeční srdce, lymfatické žlázy, nadledvinky, orgány látkové výměny + dieta

Venerické choroby pohlavní orgány, lymfatické žlázy, navštívit lékaře!

Vole štítná žláza, hypofýza

Vřed dvanácterníku žaludek, dvanácterník + dieta

Vyhublost štítná žláza, hypofýza + dieta

Vymknutý prst ruky masáž stejného prstu na noze

Vypadávání vlasů pohlavní orgány, nadledvinky, orgány výměny látkové

Vyrážky, ekzémy ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, orgány látkové výměny + dieta

Vysoký krevní tlak ledviny, močovody, močový měchýř, mozkový kmen

Výtok z pochvy pochva, děloha, lymfatické žlázy

Vzbouřený krevní tlak srdce, krevní oběh, nadledvinky, ledviny, močovody, močový měchýř + dieta

Únava ledviny, močovody, močový měchýř, orgány výměny látkové, příštítná tělíska, hlava, krevní oběh + dieta

Úraz hlavy, otřes mozku hlava

Úraz páteře páteř + celkové posílení organismu

Úraz svalů a šlach masáž odpovídajících receptorů

Úraz varlat varlata, lymfatické žlázy

Ustřel masáž páteře – bederní část

Úzkost ledviny, močovody, močový měchýř, žaludek, konečník, uši, masáž hlavy + dieta

Zácpa celý trávicí trakt, konečník, masáž vnitřní strany lýtek

Zakalení rohovky oči, lymfatické žlázy, ledviny, močovody, močový měchýř

Zánět čelních a hornočelistních dutin čelní dutiny, lymfatické žlázy, příštítná tělíska

Zánět dásní horní a dolní čelist

Zánět Eustachovy trubice uši, skráň, lymfatické žlázy, nadledvinky, příštítná tělíska

Zánět kloubů masáž receptorů příslušného kloubu, ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, příštítná tělíska, lymfatické žlázy + dieta

Zánět kyčelního kloubu ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, kyčelní kloub, žaludek, trávicí trakt, masírovat ramenní kloub, klouby nohou a bederní část páteře + dieta

Zánět konečníku tlusté střevo a konečník na levé noze a masáž vnitřních stran obou lýtek

Zánět ledvin ledviny, močovody, močových měchýř, nadledvinky, lymfatické žlázy

Zánět mandlí mandle, lymfatické žlázy

Zánět močového měchýře ledviny, močovody, močový měchýř (dlouze), lymfatické žlázy

Zánět močovodu ledviny, močovody, močový měchýř, lymfatické žlázy

Zánět nosu nos, průdušky, lymfatické žlázy

Zánět okostice lymfatické žlázy, pohlavní orgány

Zánět sítnice ledviny, močovody, močový měchýř, oči, lymfatické žlázy

Zánět slepého střeva slepé střevo, lymfatické žlázy

Zánět slinivky břišní žaludek, dvanácterník, slinivka břišní, lymfatické žlázy, slezina

Zánět středního ucha uši, lymfatické žlázy, přištitná tělíska
Zánět střev žaludek, střevo, lymfatické žlázy + dieta

Zánět šlach lymfatické žlázy, příslušný receptor

Zánět tlustého střeva tlusté střevo, lymfatické žlázy

Zánět vejcovodu vejcovod, přištitná tělíska, lymfatické žlázy
Zánět žil ledviny, močovody, močový měchýř, nadledvinky, krevní oběh mandle, lymfatické žlázy, slezina

Zánět žlučníku – žlučové kaménky dvanácterník, žlučník, játra, lymfatické žlázy + dieta

Zápach z úst žaludek + dieta

Zápal plic plíce, lymfatické žlázy, nadledvinky, přištitná tělíska
Zapálení orgánu receptor orgánu, lymfatické žlázy, přištitná tělíska
Zápěstí masírovat kotník nohy

Závratě labyrint

Zduřelé žlázy lymfatické žlázy (bez obav čekat na reakci)

Zlomeniny odpovídající receptor, žaludek, trávicí trakt, přištitná tělíska, orgány látkové výměny

Znecitlivění, mravenčení nohou všechny receptory

Ztráta vědomí srdce, nadledvinky

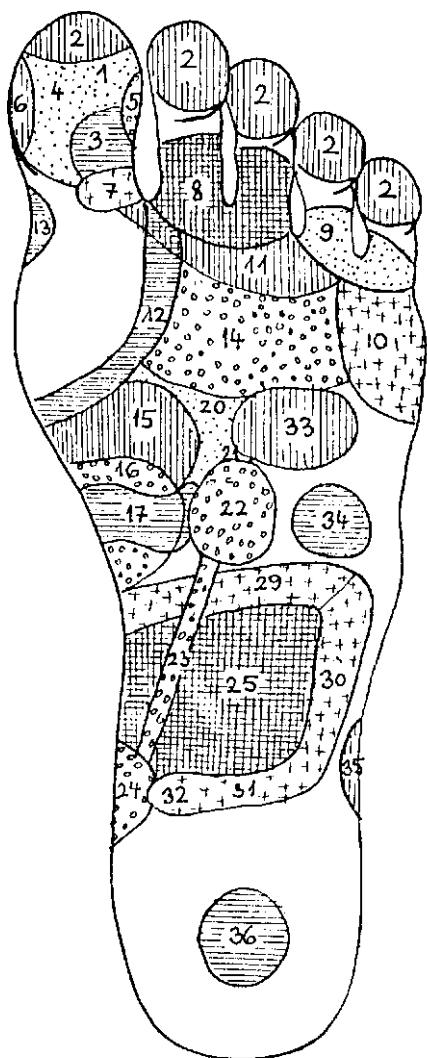
Zuby horní a dolní čelist

Zúžení nebo zduření orgánu příslušný receptor orgánu, nadledvinky, příštítná tělíska, ledviny, močovody, močový měchýř, krevní oběh

Ženské obtíže vaječníky, hypofýza, štítná žláza, lymfatické žlázy

Žloutenka dvanácterník, játra, žlučník, lymfatické žlázy + přísná dieta

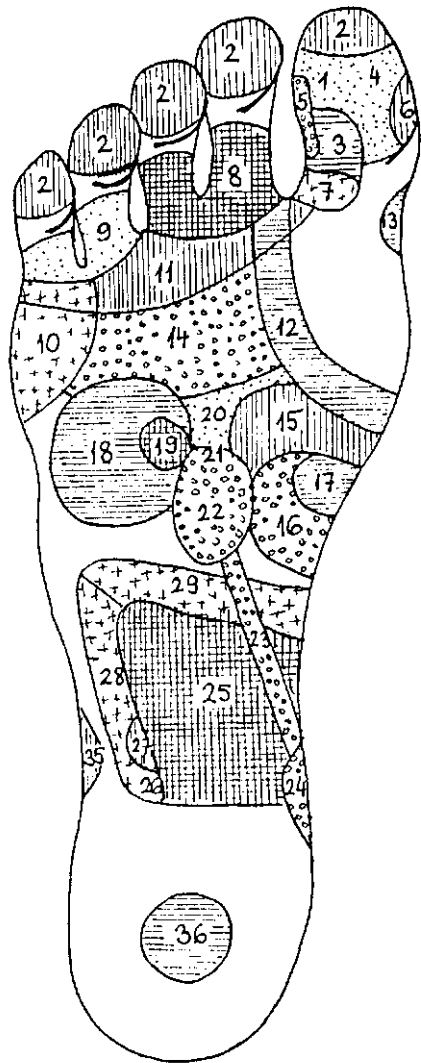
Obr. 54: Receptory levé nohy



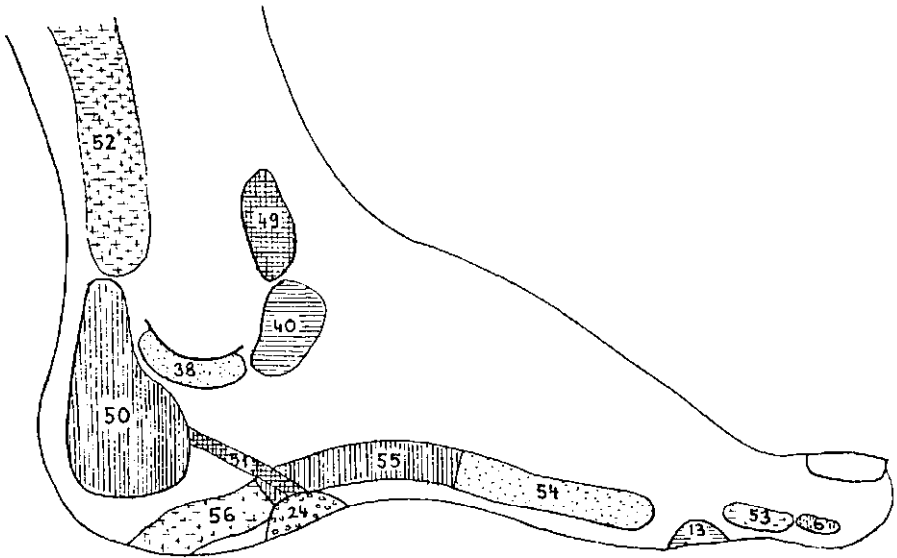
- 1 – hlava (mozek), pravá hemisféra
- 2 – čelní dutiny, pravá část hlavy
- 3 – mozkový kmen, mozeček
- 4 – hypofýza
- 5 – pravá skráň, trojklanný nerv
- 6 – nos
- 7 – šíje
- 8 – pravé oko
- 9 – pravé ucho
- 10 – levé rameno
- 11 – levý trapéz
- 12 – štítná žláza
- 13 – příštítná tělíska
- 14 – levá plic, průdušky
- 15 – žaludek
- 16 – dvanácterník
- 17 – slinivka břišní
- 20 – solar plexus
- 21 – levá nadledvinka
- 22 – levá ledvina
- 23 – levý močůvod
- 24 – močový měchýř
- 25 – tenké střevo
- 29 – příčný tračník
- 30 – sestupný tračník
- 31 – konečník
- 32 – řiť
- 33 – srdce
- 34 – slezina
- 35 – levé koleno
- 36 – levé pohlavní žlázy (vaječník nebo varle)

Obr. 55: Receptory pravé nohy

- 1 – hlava (mozek), levá hemisféra
- 2 – čelní dutiny, levá část hlavy
- 3 – mozkový kmen, mozeček
- 4 – hypofýza
- 5 – levá skráň, trojklanný nerv
- 6 – nos
- 7 – šíje
- 8 – levé oko
- 9 – levé ucho
- 10 – pravé rameno
- 11 – pravý trapéz
- 12 – štítná žláza
- 13 – příštítná tělíska
- 14 – pravá plíce, průdušky
- 15 – žaludek
- 16 – dvanácterník
- 17 – slinivka břišní
- 18 – játra
- 19 – žlučník
- 20 – solar plexus
- 21 – pravá nadledvinka
- 22 – pravá ledvina
- 23 – pravý močovod
- 24 – močový měchýř
- 25 – tenké střevo
- 26 – červovitý výběžek
- 27 – Bauhinská chlopeň
- 28 – vzestupný tračník
- 29 – příčný tračník
- 35 – pravé koleno
- 36 – pravé pohlavní žlázy (vaječník
nebo varle)

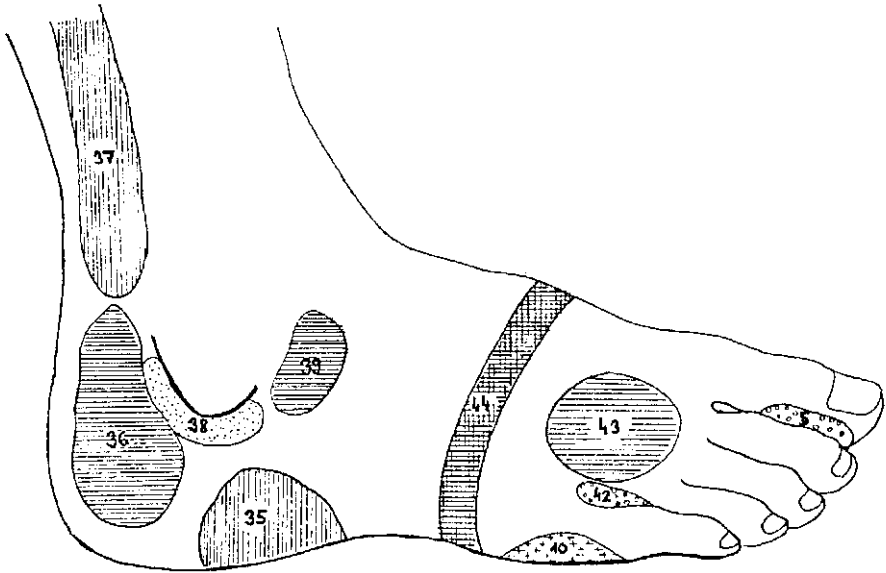


Obr. 56: Receptory na vnitřní straně nohy



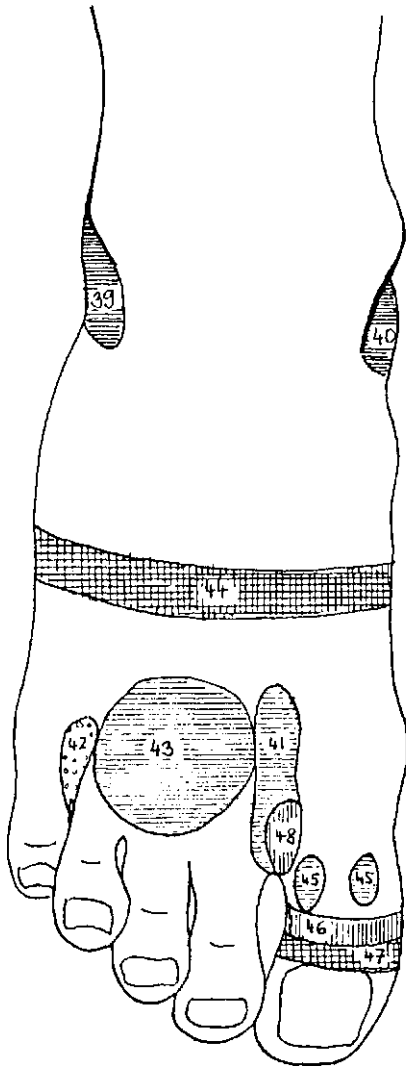
- 6 - nos
- 13 - příštítná tělíska
- 24 - močový měchýř
- 38 - kyčelní kloub
- 40 - lymfatické žlázy (břicho)
- 49 - třísla
- 50 - děloha nebo prostata
- 51 - penis, pochva
- 52 - konečník, hemeroidy
- 53 - krční páteř
- 54 - hrudní páteř
- 55 - bederní páteř
- 56 - kost křížová a kostrč

Obr. 56: Receptory na vnější straně nohy



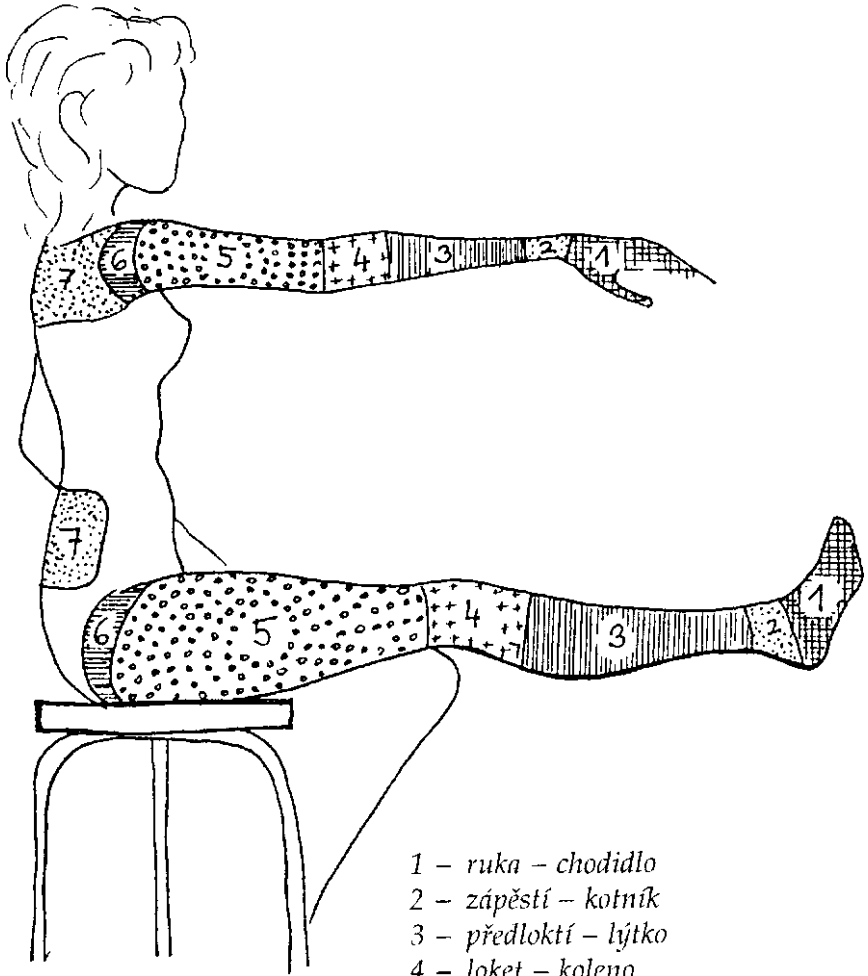
- 5 – skráň, trojklanný nerv
- 10 – rameno
- 35 – koleno
- 36 – pohlavní žlázy (vaječník a vejcovod nebo varle a nadvarle)
- 37 – uvolnění břicha při bolestivé menstruaci a přílišném krvácení
- 38 – kyčelní kloub
- 39 – lymfatické žlázy
- 42 – smysl rovnováhy
- 43 – hrud', prsa
- 44 – bránice

Obr. 57: Receptory na nártu nohy



- 39 – lymfatické žlázy hrudníku
- 40 – lymfatické žlázy břicha
- 41 – hrudní lymfatická komora
- 42 – smysl rovnováhy
- 43 – hrud' (prsa)
- 44 – bránice
- 45 – mandle
- 46 – dolní čelist
- 47 – horní čelist
- 48 – hrtan, průdušnice

Obr. 58: Vzájemné receptory



- 1 - ruka - chodidlo
- 2 - zápěstí - kotník
- 3 - předloktí - lýtko
- 4 - loket - koleno
- 5 - paže - stehno
- 6 - ramenní kloub - kyčelní kloub
- 7 - pletenec lopatkový - pánev

Obsah

Předmluva – Julek Pataky	5	
I. UVEDENÍ DO TEORIE RECEPTORŮ		7
Co to jsou receptory?	7	
Co způsobují masáže receptorů?	7	
Čím je dobré prokrvení tak důležité?		8
Poruchy v systému receptorů	8	
Ruční masáž receptorů	9	
Přirozená masáž chůzí naboso	12	
Kde začínáme masáž, jak postupujeme		12
Kolik času je nutné věnovat masážím		13
Možné reakce	14	
II. VYLUČOVÁNÍ JEDOVATÝCH ODPADNÍCH LÁTEK Z TĚLA		15
Ledviny	15	
Močovody	21	
Močový měchýř a močová trubice		22
III. LÁTKOVÁ VÝMĚNA		24
Zuby	24	
Hltan, jícn	26	
Žaludek	27	
Dvanácterník	29	
Játra a žlučník	30	
Slinivka břišní	37	
Tenké střevo	39	
Tlusté střevo	41	
IV. SRDCE	46	
Srdce	46	
Srdeční křeče, tlak na srdci, potíže s dýcháním		47
Vady srdce	47	
Angina pectoris	48	
Infarkt	49	
Funkční poruchy srdce – kolaps	49	

Vysoký krevní tlak	50	
Městky – křečové žíly	51	
V. NERVOVÁ SOUSTAVA		54
Hlava	54	
Mozek	54	
Mozkové komory, čelní dutiny		59
Páteř	60	
Krk	67	
Solar plexus – sluneční pleteň		67
VI. PROTILÁTKY		69
Systém lymfatický	69	
Slezina	74	
Mandle	76	
VII. ŽLÁZY S VNITŘNÍ SEKRECIÍ		77
Podvěsek mozkový – hypofýza		77
Nadledvinky	77	
Příštítná tělíska	79	
Štítná žláza	81	
VIII. POHLAVNÍ ORGÁNY		83
A. Pohlavní orgány ženské		83
Vaječníky a vejcovody	83	
Děloha a pochva	87	
Prsa	88	
B. Mužské pohlavní ústrojí		90
Penis	90	
Varlata	90	
Nadvarle	91	
Chámovod	91	
5. Prostata	92	
IX. ÚSTROJÍ DÝCHACÍ		95
Hrtan	95	
Průdušnice, průdušky, plíce		96

X. SMYSLOVÉ ORGÁNY	100
Oči	100
Uši	102
Smysl rovnováhy	106
XI. KLOUBY	108
Rameno	108
Kloub kyčelní	110
Koleno	112
Části těla, které jsou si navzájem receptory	113
XII. CO JEŠTĚ PATŘÍ K TÉMATU	120
Jídlo	120
Obuv	127
Vodní prameny, zemské záření	129
Pozitivní myšlení	131
Koupání – lázně	134
XIII. CO SE MASÍRUJE PŘI	136