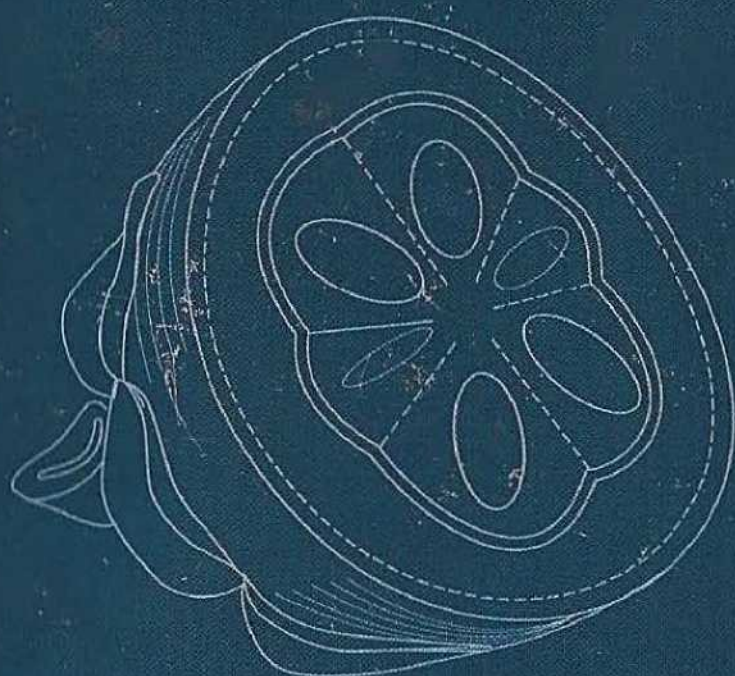
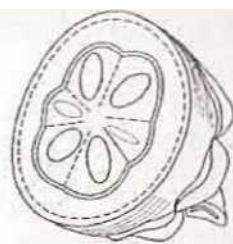


82 Conditions that Respond to Mangosteen



Dr. Robert A. Thomas

Mangosteen



Desk Reference

Dr. Kenneth J. Finsand

Dedication

Эта книга посвящается всем вам, кто писал, звонил и разговаривал со мной по поводу первого издания настольного *справочника по мангостину*.

Я говорю вам: «Спасибо!» Именно ваши комментарии вдохновляют меня писать и приносят настоящую радость в мою жизнь.

Да благословит вас всех Бог.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	IX
Раздел 1 — <i>Мангостин и тело</i>	1
Матрица	3
Синдром повышенной кишечной проницаемости (LGS) ...	3
Связь между печенью и кишечником	4
Окислительный стресс	4
Аминокислотный баланс	5
Вредители	6
Детоксикация	6
Баланс гормонов надпочечников	8
Сотовая энергия	9
Баланс жирных кислот	10
Бактериальная перегрузка	10
Воспалительная реакция	12
Перегрузка дрожжей	13
Раздел 2 — <i>Заболевания организма, которые реагируют на мангустин</i>	15
1. Абсцесс (кожа)	17
2. Акне	18
3. СДВ (синдром дефицита внимания)	19
4. СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности). ..	20
5. Аллергия	20
6. Болезнь Альцгеймера	21
7. Анемия	22
8. Апноэ, обструктивное	23
9. Аутизм	23

10. Аутоиммунные заболевания	25
11. Бактериальные условия	26
12. Пролежни	28
13. Бронхит	29
14. Бурсит	30
15. Кандида (дрожжевая инфекция)	31
16. Сердечно-сосудистые заболевания	33
17. Язвы язвы	36
18. Целлюлит	37
19. Целиакия	38
20. Синдром хронической усталости (СХУ)	39
21. Простуда	40
22. Болезнь Крона	42
23. Муковисцидоз	43
24. Депрессия	44
25. Дивертикулярная болезнь	47
26. Экзема	48
27. Эпштейн-Барр	49
28. Усталось	50
29. Фибромиалгия	50
30. Грибковые заболевания	51
31. Гастрит	52
32. ГЭРБ (гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь)	54
33. Непереносимость глюкозы	56
34. Вкус	57
35. Болезнь десен	58
36. Тиреоидит Хашимото	58
37. Головная боль	59
38. Токсичность тяжелых металлов	61
39. Гепатит С	63
40. Опоясывающий герпес (опоясывающий лишай)	64
41. Гомоцистеин	65
42. Гормональный дисбаланс (мужской)	67
43. Гормональный дисбаланс (женщина)	68
44. Бактерии <i>Helicobacter Pylori</i> (<i>H. Pylori</i>)	69
45. Гиперактивность	71
46. Гипогликемия	71
47. Иммунная функция	74
48. Несварение желудка	76

49.	Воспалительные заболевания кишечника	77
50.	Непереносимость лактозы	78
51.	Красная волчанка	78
52.	Мужское бесплодие	80
53.	Потеря памяти	81
54.	Менопауза / перименопауза	83
55.	Мигрень	85
56.	Рассеянный склероз (РС)	86
57.	Миастения Гравис (MG)	88
58.	Остеоартроз	90
59.	Панкреатит	92
60.	Вредители	93
61.	Болезнь Паркинсона	94
62.	Синдром поликистозных яичников (СПКЯ)	95
63.	Предменструальный синдром(ПМС).	98
64.	Беременная	99
65.	Заболевания простаты	100
66.	Псориаз	101
67.	Болезнь Рейно	103
68.	Ревматоидный артрит	105
69.	Ринит	106
70.	Розацеа	106
71.	Ишиас	107
72.	Склеродермия	108
73.	Нарушения сна	110
74.	Желудочные или пептические язвы	112
75.	Стресс	113
76.	Инсульт	114
77.	Тиреоидит	115
78.	Диабет 1 типа	116
79.	Диабет 2 типа	117
80.	Язвенный колит	119
81.	Вирусные термины	121
82.	Проблемы с весом	122
	Последнее примечание	125
	Концевые сноски.	127

Introduction

Эта книга была написана для того, чтобы помочь читателям понять, сколько пользы мангустина может предложить организму, и какое количество мангустина лучше всего принесет пользу при определенных условиях. Каждая часть человеческого тела имеет внутреннюю связь со всеми другими частями тела. Эта матрица является суммой целого. Поняв матрицу, вы лучше поймете, как мангустин может помочь при стольких различных состояниях и воздействовать на столь многие различные части тела. Ксантоны мангустина обладают мощным естественным целебным эффектом, который будет обсуждаться в первом разделе этой книги.

Читая это руководство, пожалуйста, помните, что это мое профессиональное мнение, и его не следует ошибочно истолковывать как форму лечения болезней, перечисленных в этой книге. Последняя категория представляет собой рекомендуемое количество порций, которое, как я обнаружил, лучше всего подходит для конкретного состояния. Общее правило, которое лучше всего сработало для меня, состоит в том, чтобы разделить большинство состояний на одну из двух категорий : хронические, что означает, что это было длительное состояние; и острый, означающий что-то, что только что произошло или появилось недавно . Лечебные порции рекомендуются только до тех пор, пока состояние не улучшится, а затем меньшие количества можно употреблять ежедневно. Мое личное мнение заключается в том, что каждый взрослый должен принимать от 3 до 6 унций сока мангустина каждый день в профилактических целях.

Справочник Mangosteen Desk Reference ни в коем случае не должен быть неправильно истолкован как источник лечения или рекомендация по лечению. Я просто излагаю свое профессиональное мнение о том, как конкретное действие исцеления может иметь место, когда вы принимаете внутрь ксантоны плодов мангустина. Я рекомендую вам проконсультироваться со своим врачом, прежде чем использовать

это руководство для любого заболевания, которое у вас может быть.

ДИВИЗИОН 1

Mangosteen and the Body

В большей части общества существует неправильное представление о том, что когда возникает симптом или жалоба, они приписываются исключительно той части тела, в которой они впервые проявились. Это был протокол, используемый главным образом врачами-аллопатами на протяжении многих лет. В результате население в целом также приняло этот ошибочный взгляд на болезни внутри тела. Путаница возникает из-за того, как лекарства выдаются пациентам в ответ на их жалобы.

Например, если у вас болит голова, лечением может быть обезболивающее. Это может временно облегчить симптом, но никак не устраняет другие возможные причины симптома. Псориаз часто лечат с помощью крема с кортизоном, но при этом не проводится никаких исследований, чтобы выявить возможный дисбаланс жирных кислот или проблему детоксикации печени, которая происходит внутри организма.

Истина в том, что существует внутренняя матрица, определяющая внутреннюю связь всех частей тела со всеми другими частями тела. Эта матрица является суммой целого, так сказать. Работает не самостоятельно, а совместно. Кишечник влияет на печень, печень может влиять на химию мозга, а химия мозга может вызывать депрессию или усугублять течение аутизма.

Поняв матрицу, вы лучше поймете, как тело начинает позволять болезни распространяться и, что более важно, как ксантоны мангустина могут помочь при различных состояниях.

Синдром повышенной кишечной проницаемости (LGS)

При СЛГ слизистая оболочка тонкой кишки воспаляется и раздражается, что способствует метаболическим и микробным токсикозам.

содержимое тонкого кишечника, в том числе непереваренные частицы пищи, попадающие в кровоток. Это, в свою очередь, ставит под угрозу печень, лимфатическую систему и иммунитет, включая эндокринную систему. Ксантоны обладают противовоспалительным эффектом, который помогает лечить кишечник, тем самым замедляя LGS.

Связь между печенью и кишечником

Как указано выше, предшественником нормальной функции печени является нормальная функция кишечника. Пожалуйста, обратитесь к разделу о печени на следующих нескольких страницах.

Окислительный стресс

Антиоксиданты — это питательные вещества, которые нацеливаются и нейтрализуют вредные свободные радикалы в организме. Витамины С и Е, бета-каротин, ликопен, альфа-липоевая кислота и, конечно же, ксантоны являются очень мощными антиоксидантами, уменьшающими вредное воздействие свободных радикалов на организм. Когда печень функционирует ненормально, она не способна производить столько собственного антиоксиданта, называемого глутатионом Р, сколько необходимо. Это стимулирует необходимость добавления в организм мощного антиоксиданта, такого как ксантоны из фруктового сока мангостина.

Как работают антиоксиданты? Чтобы понять преимущества антиоксидантов, вы должны знать, как они борются со свободными радикалами. Свободные радикалы — это молекулы, которые вырабатываются вашим телом в результате нормальной деятельности пищеварения и дыхания, а также они возникают в результате воздействия токсинов в окружающей среде. Свободным радикалам не хватает электрона, поэтому они очень несбалансированы и ищут другие молекулы, чтобы отобрать у них электроны. Это запускает последовательность молекулярных повреждений, которые разрушают другие молекулы.

Практически все основные заболевания связаны с окислительным

стрессом, вот несколько примеров:

- Болезнь Альцгеймера
- Беспокойство
- Артрит и другие аутоиммунные заболевания
- Астма
- Рак
- Катаракта
- Контактный дерматит
- Депрессия
- Диабет
- Токсичность лекарств
- Эмфизема
- Болезни сердца и сердечные приступы
- Воспалительное заболевание кишечника
- Заболевания почек
- Цирроз печени
- Дефицит питательных веществ
- Обструктивное заболевание легких
- Болезнь Паркинсона
- Преждевременное старение
- Ретинопатия
- Старость и неврологическая дегенерация
- Инсульт
- Вирусные инфекции, в том числе СПИД

Дисбаланс аминокислот

Если концентрация некоторых аминокислот слишком высока или слишком низка, они могут быть причиной хронической усталости, повышенного риска сердечных заболеваний и снижения неврологического развития. Непереносимость пищевых продуктов и химических веществ, постоянное воспаление и даже депрессия - связаны с дисбалансом аминокислот. Аминокислоты зависят от хорошего пищеварения и используются печенью во многих процессах в организме. Например, гистидин представляет собой аминокислоту, которая является предшественником, обнаруживаемым в желудке при выработке гистамина при аллергической реакции. Отсутствие гистидина в крови или в моче может быть признаком плохого пищеварения или синдрома

повышенной кишечной проницаемости.

Нарушение функции печени может повлиять на другой аминокислотный дисбаланс, называемый гомоцистеином, который напрямую связан с ишемической болезнью сердца, церебральной окклюзионной болезнью и инсультом. Дисфункция печени, которая может быть вызвана LGS, также вызывает аномальное накопление аммиака в тканях тела. Если он обнаружен в больших количествах в головном мозге, аммиак может привести к болезни Альцгеймера или тяжелой когнитивной деменции.

Аминокислоты почти всегда связаны со связью между кишечником и печенью . Следующие аминокислоты имеют решающее значение для антиоксидантной и противовоспалительной функций: цистеин, глутатион и таурин. Триптофан — это аминокислота, которая играет важную роль в циклах сна и депрессии. Его дисбаланс всегда связан с дисфункцией печени и повышенной кишечной проницаемостью. Достаточно сказать, что аминокислоты участвуют во многих аспектах матричного тела. В этом разделе выделены лишь некоторые из них .

Паразиты

Как показывают несколько исследований вспышек в детских дошкольных учреждениях, один инфицированный ребенок может быстро вызвать эффект домино инфекции при подходящих условиях. (Элисон Левитт, доктор медицины)

Практически любое постоянное расстройство пищеварения может быть вызвано паразитом. Одними из наиболее частых симптомов являются запор и боль в животе. Другие симптомы включают рвоту, тошноту , газы и вздутие живота, неприятный запах стула, анорексию или потерю веса, гастрит, лихорадку, судороги и озноб, головную боль, диарею, кровь или слизь в стуле и утомляемость.

Хорошей новостью является то, что ксантоны плодов мангустина веками использовались для избавления коренных народов по всему миру от паразитов. Ксантоны обладают антипаразитарным действием. Паразиты вызывают воспаление слизистой оболочки

кишечника и способствуют развитию синдрома повышенной кишечной проницаемости и дисфункции печени.

Детоксикация

Токсины, накапливающиеся в организме, могут стать причиной хронических проблем со здоровьем. Печень изменяет или обезвреживает многие вредные вещества в формы, которые ваше тело может безопасно удалить. Токсины попадают в ваш организм через пищу, которую вы едите, воду, которую вы пьете, химические вещества в продуктах питания и напитках, красители, удобрения и консерванты, и это лишь некоторые из них. Если печень не может нормально функционировать, она не может детоксицировать организм и защищать его от токсинов.

Нездоровая печень не выводит токсины из организма так быстро и полностью, как здоровая печень. Медленная детоксикация приводит к тому, что в организме циркулирует больше токсичных веществ. Неизмененные или не полностью измененные токсины не выводятся легко, а попадают из печени в организм. В конечном итоге токсины накапливаются в жировых тканях тела, таких как мозг и клетки центральной нервной системы. Сохраненные токсины могут медленно высвобождаться в кровь, способствуя развитию многих хронических заболеваний.

Ключ в том, чтобы сохранить кишечник здоровым, исключив LGS. Ксантоны также считаются естественными хелаторами тяжелых металлов. Если у вас «дырявый кишечник», ваш кишечник пропускает большие непереваренные молекулы в ваше тело. Повышенное количество токсических веществ может проходить через печень и нарушать ее способность фильтровать их.

Пройдите этот тест, чтобы определить свой уровень токсического контакта и его влияние на ваше тело:

Вы употребляете табачные изделия?

Вы часто подвергаетесь пассивному курению?

Часто ли вы подвергаетесь воздействию выхлопных газов

автомобилей?

Вы живете или работаете в здании с новым ковровым покрытием, краской или мебелью, которые могут выделять запахи или газы?

Вы когда-нибудь использовали токсичные химические вещества, такие как спреи от насекомых или гербициды, дома или на работе без защитного снаряжения?

Употребляете ли вы алкоголь чаще одного раза в неделю?

Принимали ли вы рецептурные препараты два или более раз за последний год?

Вы часто едите мясо на гриле или на гриле?

У вас часто бывают проблемы с желудочно-кишечным трактом?

Вы часто страдаете от аллергии, проблем с носовыми пазухами или боли в суставах?

Вы часто устаете?

Если вы ответили утвердительно на два или более вопросов, велика вероятность, что вы страдаете от токсической перегрузки.

Баланс гормонов надпочечников

Известно огромное количество эмоциональных расстройств, связанных с дисбалансом гормонов надпочечников. Гормоны надпочечников необходимы для жизни. Когда вы испытываете физический или психологический стресс, надпочечники выделяют гормоны, такие как адреналин, ДГЭА и кортизол, прямо в кровь. Как эти гормоны влияют на ваше здоровье? Одним из основных гормонов надпочечников является кортизол, мощное -противовоспалительное средство. Уровень кортизола заметно повышается при стрессе, что продлевает реакцию вашего организма «бей или беги». Нарушение баланса кортизола может нарушить метаболизм сахара в крови, заставив вас чувствовать слабость, усталость и плохое самочувствие. Избыток кортизола также может нарушать режим сна и вызывать «бодрствующее», нерасслабленное состояние сна. Таким образом, вы можете чувствовать себя истощенным даже после полноценного ночного сна.

Перепроизводство кортизола в кровотоке ускоряет разрушение тканей тела и препятствует правильному восстановлению тканей, что приводит к травмам мышц и суставов и хронической боли. Дисбаланс кортизола может стимулировать отложение жира в различных частях тела, таких как грудь, шея и лицо; наиболее вредны жировые отложения в средней части тела.

Повышенный уровень кортизола снижает способность кожи к регенерации, что приводит к нездоровому внешнему виду кожи. Со временем дисбаланс кортизола может нанести серьезный ущерб вашему здоровью, изнашивая вашу иммунную систему, вызывая преждевременное старение и создавая основу для хронических заболеваний. Тревога, депрессия, болезни сердца, СПИД и остеопороз связаны с повышенным уровнем кортизола.

Кортизол вреден, если ему позволено оставаться на высоком уровне в организме. Когда уровень кортизола высок, другие гормоны в организме обычно слишком низки. Например, высокий уровень кортизола часто может означать низкий уровень половых гормонов.

Было обнаружено, что ксантоны *Garcinia mangostana* (фиолетового мангустина) оказывают уравнивающее действие на уровень серотонина в головном мозге, почти как у зверобоя продырявленного, но, на мой взгляд, они уравнивают серотонин гораздо эффективнее. Количество ксантонов зверобоя продырявленного составляет от одного до двух, тогда как в мангостине их сорок три. Успокаивающий эффект ксантонов на мозг может снизить высокий уровень кортизола и, таким образом, уменьшить сопутствующие заболевания.

Сотовая энергия

В организме человека около ста триллионов клеток. Каждая из этих клеток нуждается в соответствующих питательных веществах, чтобы жить и функционировать должным образом. По сути, оптимальное здоровье и благополучие зависят от здоровой функции клеток. Растения синтезируют и запасают энергию - солнечного света и питательных веществ. То, насколько

эффективно человеческое тело восстанавливает эту энергию из растений и растительноядных животных, может сильно влиять на физиологические функции человеческого организма.

Так что же мешает этому процессу? Каждая клетка имеет внутри себя небольшие структуры, называемые митохондриями. Эти митохондрии представляют собой миниатюрные электростанции клетки, производящие энергию, необходимую нашему телу для нормального функционирования. Когда митохондрии не могут получать питательные вещества из пищи, которую мы едим, уровень энергии нарушается. Дефекты митохондриального метаболизма связаны с широким спектром болезней и заболеваний.

Дефицит питательных веществ, дисфункция кишечника, дисгликемия, окислительный стресс, неправильное питание и другие заболевания могут вызывать дисфункцию митохондрий. Это очень заметно у хронически «нездоровых» пациентов, которые могут испытывать многочисленные химические реакции, фибромиалгию, утомляемость, недомогание, гипотонию (потерю мышечного тонуса), кислотно-щелочной дисбаланс, низкую толерантность к физическим нагрузкам, боли в мышцах и суставах или головную боль. Существует прямая зависимость между здоровьем и благополучием клетки и ее способностью производить энергию.

Дисбаланс жирных кислот

Прогнозируется, что дисбаланс жирных кислот находится на рекордно высоком уровне. Обычно это связано с тем, что средний житель Северной Америки потребляет от 25 до 30 фунтов растительного масла (омега-6) в год. Это повышенное потребление масел омега-6 по отношению к маслам омега-3 увеличилось с предполагаемого соотношения один к одному у доисторического человека до соотношения двадцать к одному в настоящее время. Это соотношение было бы наилучшим при соотношении два или три к одному, чтобы позволить организму правильно использовать жирные кислоты.

Высокие уровни омега-6 вызывают многочисленные

воспалительные реакции по всему телу и связаны с такими заболеваниями, как депрессия, ревматоидный артрит, нарушениями роста у детей и многими другими современными заболеваниями. Поскольку это диетическое состояние, вызванное неправильным питанием, рекомендуется, чтобы человек потреблял больше масел омега-3, таких как рыба и льняное масло, чтобы сбалансировать высокие уровни потребляемых растительных и зерновых масел.

Проблема заключается в том, что мало кто понимает необходимость баланса жирных кислот в своем рационе. Этот дисбаланс вызывает возникновение множества состояний, включая воспалительные реакции в головном мозге, которые могут привести к депрессии. Употребление сока мангустина может противодействовать воспалительным состояниям, которые связаны со многими заболеваниями в организме человека. Ксантоны, содержащиеся в соке, успокаивают воспалительную реакцию во всем теле, в том числе в таких областях, как мозг.

Бактериальная перегрузка

В организме есть как хорошие, так и плохие бактерии. Организм обычно держит эти бактерии в надлежащем равновесии, но иногда внешние стрессы и триггеры заставляют плохие бактерии перерасти хорошие.

Одной из основных причин бактериальной перегрузки и перемещения в неблагоприятные части тела является использование антибиотиков. Антибиотики повреждают систему двумя способами. Изначально у них нет избирательности; они не различают хорошие бактерии и плохие бактерии. Уничтожая хорошие бактерии, они уничтожают более пятисот полезных бактерий, которые выполняют сотни функций в организме, обеспечивая оптимальное здоровье и бодрость. Когда вредные бактерии эффективно удаляются из кишечника, особенно из тонкого кишечника, такие симптомы, как вздутие живота, кишечные расстройства в форме синдрома раздраженного кишечника (СРК), измененная кишечная проницаемость (дырявый кишечник), анемия, необъяснимая потеря веса и можно избежать истончения кости.

Использование антибиотиков для уничтожения бактерий может привести к чрезмерной нагрузке *Candida* и других дрожжей и грибов. Перегрузка дрожжами и грибами вызывает серьезное повреждение слизистой оболочки кишечника и вызывает все заболевания, обычно связанные с синдромом повышенной кишечной проницаемости. Эрозия слизистой оболочки кишечника из-за токсических веществ, выделяемых *Candida*, в конечном итоге приведет к множеству других симптомов, таких как пищевая аллергия, аутоиммунные заболевания, длительная дисфункция желудочно-кишечного тракта, ухудшение общего состояния здоровья организма и даже возможное распространение рака из-за снижение иммунного ответа организма.

Полезные бактерии также расщепляют гормональные выделения, которые выделяются из печени в тонкую кишку. Если у человека не хватает бактерий для расщепления эстрогена, а его или ее кишечная проницаемость была изменена, он или она теперь реабсорбирует эстрогены в их исходном состоянии. Организм будет откладывать их в восприимчивых к эстрогену областях, таких как грудь, матка или яичники, способствуя, если не вызывая, миомам и опухолям. Такая же ситуация наблюдается и при предменструальном синдроме.

Связь между ежедневным употреблением напитка из мангустина - и бактериальными условиями в организме актуальна, потому что фитохимический или «растительный химикат», обнаруженный в кожуре гарцинии *манго*, тщательно изучался в течение последних тридцати лет, и было обнаружено, что быть мощным противомикробным средством. Ежедневное употребление этого напитка поможет уменьшить разрастание вредных бактерий и грибов, которые приводят к вышеупомянутым состояниям.

Помните, тело — это сложная матрица, в которой все взаимосвязано и зависит друг от друга. Например, чрезмерное использование антибиотиков вызывает истощение здоровых бактерий, что, в свою очередь, приводит к перенаселению вредных бактерий, грибов и дрожжей, таких как *Candida albicans*. Это перенаселение затем приводит к эрозии кишечника, аллергическим

реакциям, предменструальному синдрому и многим другим вредным состояниям. Все связано в матрице.

Это не индивидуальные условия, а лишь часть большей картины, - происходящей внутри тела. Ксантоны являются мощными противовоспалительными и антимикробными агентами.

Воспалительная реакция

Почти каждое заболевание, известное человеку, имеет в своей основе ту или иную форму воспалительной реакции. Если вы говорите о скелетно-мышечном заболевании, таком как хроническое заболевание нижней части спины или хлыстовая травма из-за автомобильной аварии, у вас есть нормальный процесс, включающий воспаление, боль и отек. Ниже приведены еще несколько состояний, которые, как вы, возможно, не подозреваете, связаны с воспалительными реакциями организма:

Аллергические заболевания
Болезнь Альцгеймера
Артрит
Астма
Рак молочной железы
Целиакия
Колит
Рак толстой кишки
Болезнь Крона
Дегенеративный артрит
Депрессия
Диабет
Заболевания сердца
Гипогликемия
Болезнь Паркинсона

Многие из нас думают, что воспаление связано в первую очередь с такими вещами, как простуда, лихорадка и воспаление вокруг занозы на коже, но редко мы приравниваем воспаление к основным реакциям организма на заболевание.

Поскольку ксантоны в мангустине являются мощными ингибиторами ЦОГ-1 и ЦОГ-2, они уменьшают боль и воспаление, возникающие при острых травмах, таких как вывих лодыжки. Что еще более важно, способность ксантонов мангустина блокировать хронические воспалительные реакции, вызванные неправильным питанием (такие как синдром повышенной кишечной проницаемости, гомоцистеин и ревматоидный артрит), позволяет человеку, пьющему этот напиток из мангустина, не только вылечить состояние, но и пойти на поправку. через процесс с гораздо меньшей серьезностью, если не полным исчезновением симптомов .

Перегрузка дрожжей

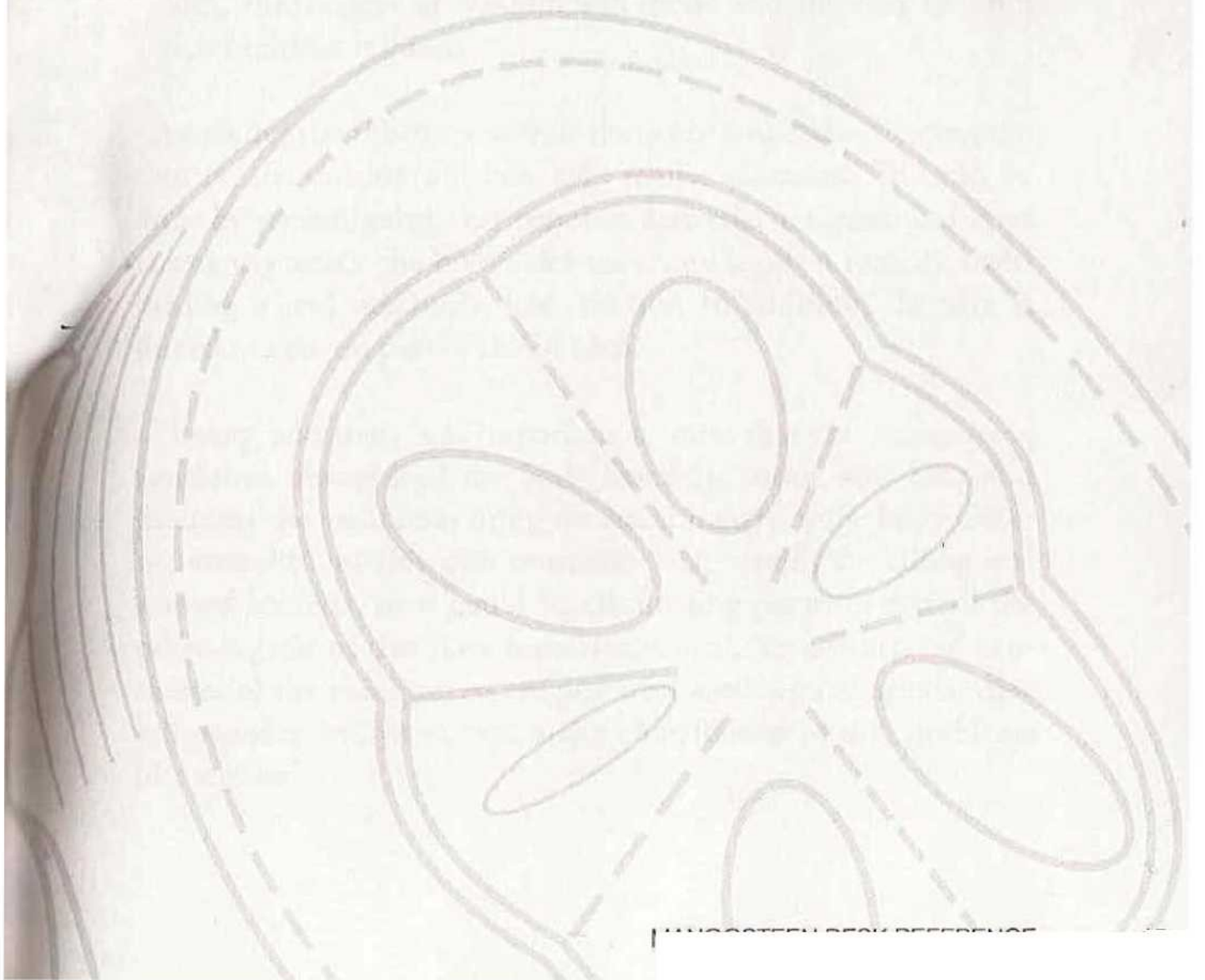
Candida albicans, вредоносные дрожжи, продуцируют микотоксины, которые раздражают эпителий тонкой кишки, способствуя ассимиляции микробных и метаболических токсинов. Эти токсины подавляют печень, вызывая накопление яда в лимфатических жидкостях и отложения в соединительных тканях, вызывая симптомы усталости, фибромиалгии, головной боли, плохой концентрации внимания и кожных заболеваний, таких как экзема и крапивница. Когда в кишечнике происходит перегрузка дрожжами, это вызывает общую перегрузку матрицы.

Использование антибиотиков является основной причиной; результатом является синдром повышенной кишечной проницаемости. Далее следует все остальное.



Section 2

Diseases of the Body that Respond to Mangosteen



1. Абсцесс (кожа)

Желудочно-кишечный тракт представляет собой самую большую иммунореактивную поверхность в организме человека, площадь всей поверхности которой сравнима с размером небольшого теннисного корта. Эта поверхность многократно подвергается воздействию невероятно огромного количества пищевых частиц, антигенов, бактерий и дрожжей, которые могут значительно изменить защитные механизмы слизистой оболочки кишечника, вызывая воспалительные реакции, связанные с атопической экземой и другими кожными заболеваниями. Это может объяснить, почему желудочно-кишечные симптомы чаще встречаются у пациентов с экземой, чем у здоровых людей».

Кожные абсцессы являются частью этой связи между кишечником и кожей. Часто абсцесс кожи просто разрезается и дренируется медицинским работником и дезинфицируется. Исход часто бывает удачным. С другой стороны, результаты не всегда так хороши. Нужно всегда помнить, что этот простой абсцесс может быть внешним признаком проблемы внутренней матрицы тела. Редко болезнь тела затрагивает только одну область. Если вы больше ничего не помните о своем здоровье, эта крупица мудрости проведет вас по жизни гораздо более здоровым образом.

Воздействие на немоть внутри тела при одновременном лечении кожи снаружи лучше всего поможет избавиться от абсцессов. Этого можно добиться, если помнить, что паразиты, бактерии, антигены и дрожжи постоянно атакуют защитные силы организма, вызывая токсичность печени, перегружая ее и снижая ее эффективность. К тому же кожа вынуждена брать на себя часть нагрузки.

Сказав это, важно отметить, что ксантоны мангустина всегда лечат тело изнутри. В первую очередь ксантоны приближают внутреннюю матрицу организма к норме. В этом случае нормальным может быть просто уничтожение нужных бактерий или уничтожение паразитов и всех других упомянутых организмов. Помните, что ксантоны мангустина являются мощными антибактериальными средствами; они убивают паразитов и

дрожжевые грибки, две основные причины таких проблем с кожей, как абсцесс.

Поверхностное приложение

Лечите абсцесс кожи, смочив ватный тампон или кусок марли в мангустине, а затем приложив его непосредственно к пораженному участку. Оберните его полиэтиленовой пленкой, чтобы направить ксантоны непосредственно в кожное повреждение, что значительно уменьшит инфекцию.

Моя рекомендуемая порция

Детям до десяти лет следует пить по 1 унции сока манго три раза в день. Кроме того, обрабатывайте пораженный участок не менее двух раз в день, очищая кожу и нанося сок ватным тампоном .

Дети старше десяти лет и взрослые должны пить по 2 унции сока три раза в день в случаях средней и тяжелой степени; кожу также следует очищать и обрабатывать соком три раза в день.

И дети, и родители должны знать, что они должны избегать обезвоживания. Кожа часто токсична просто потому, что печень перегружена токсинами , которые не могут быть выведены без ключевой помощи старой доброй воды. Также очень важно помнить, что по мере того, как ксантоны выполняют свою работу, печень будет перегружена отходами, если не будет достаточно воды для их выведения.

2. Акне

Мне грустно видеть молодого человека, чье лицо покрыто шрамами в результате прыщей. Акне — это болезнь не только молодых, она затрагивает все население , но в данном случае я хотел бы обратиться к молодежи. Именно молодые люди часто основывают свою самооценку на своей внешности и на том, как их оценивают сверстники. На телевидении «ботаник» часто предстает в образе прыщавого ребенка с брекетами.

Телевизионные рекламные ролики приносят миллионы долларов, обучая взрослых и детей тому, что кремы могут решить все их проблемы с прыщами . Однако на самом деле это внешний признак внутренней проблемы . Часто связанные с гормональными изменениями и наступлением

половой зрелости, акне сопровождаются ошибочным представлением о том, что с этим состоянием больше ничего не связано. Если бы те из нас, кто пережил те годы, посмотрели на людей нашего возраста, мы бы поняли, что это не так!

Гормоны естественны! Прыщи также «естественны» — когда что-то не так! Но они не происходят только потому, что мы проходим через нормальные изменения в жизни. Когда тело выходит из равновесия или когда матрица отключена, у вас будет какое-то состояние кожи, и акне — одно из них.

Моя рекомендуемая порция

Детям до десяти лет следует пить по 1 унции сока манго три раза в день. Кроме того, обрабатывайте лицо два раза в день, очищая его и нанося сок ватным тампоном.

Дети старше десяти лет и взрослые должны пить по 2 унции сока три раза в день в случаях средней и тяжелой степени; лицо также следует очищать и обрабатывать соком три раза в день.

И дети, и родители должны знать, что они должны избегать обезвоживания. Кожа часто токсична просто потому, что печень перегружена токсинами, которые невозможно вывести без решающей помощи старой доброй воды. Также очень важно помнить, что по мере того, как ксантоны выполняют свою работу, печень будет перегружена отходами, если не будет достаточно воды для их выведения.

3. ADD (синдром дефицита внимания)

См. СДВГ (ниже), только без симптома гиперактивности. Мангостин работает таким же образом для ADD, и мой рекомендуемый размер порции такой же.

4. СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности)

Эта болезнь поражает и родителей, и детей. Часто детям с СДВГ назначают препарат под названием риталин (метилфенидат). Этот препарат, на мой взгляд, приносит больше вреда, чем пользы. Помните, что эти лекарства скрывают симптомы и ничего не лечат. Многие дисбалансы в матрице могут усугубить или даже вызвать СДВГ.

Большое количество эмоциональных расстройств было связано с дисбалансом гормонов надпочечников. Гормоны надпочечников необходимы для жизни. Когда вы испытываете физический или психологический стресс, надпочечники выделяют естественные химические вещества, такие как адреналин, ДГЭА и кортизол (все гормоны надпочечников), прямо в кровь, которые успокаивают стресс. В случае СДВГ и СДВ ксантоны мангустина помогают сбалансировать работу печени и выработку этих гормонов, которые, в свою очередь, облегчают стресс. Непрерывный поток ксантонов в организме обеспечит дальнейшее облегчение стресса.

У людей с СДВГ проблемы с мальабсорбцией могут привести к снижению уровня триптофана и других аминокислот. Было обнаружено, что ксантоны уравнивают отношения триптофана и серотонина в головном мозге. На мой взгляд, этот баланс достигается за счет детоксикации и оздоровления печени и кишечника (где производится 95 процентов нашего серотонина) с помощью ксантонов мангустина. Ксантоны также обладают противовоспалительным действием, поэтому мангостан может помочь излечить кишечник и восстановить нормальное всасывание в кишечнике. Здоровое усвоение также помогло бы положить конец многим аллергическим пищевым реакциям, вызванным мальабсорбцией.²

Моя рекомендуемая порция

В зависимости от возраста человек должен потреблять от 1 до 3 унций в день.

5. Аллергия

Аллергия — это реакция иммунной системы на частицы пищи, токсины окружающей среды или тяжелые металлы. Аллергия вызывает специфическую реакцию, приводящую к реакции антиген-антитело.

Когда здоровье нормальной слизистой оболочки кишечника (внутренней оболочки) изменяется из-за воспаления, появляется аллергия. Микроскопические трещины в кишечнике позволяют частицам пищи, которые еще не были переварены, нарушать нормальную избирательность кишечного барьера. Эти частицы вызывают реакцию организма, которая является иммунным ответом, чтобы установить реакцию антиген-антитело. Ксантоны — самые мощные противовоспалительные средства, которые я когда-либо видел. Они быстро заживляют кишечник и предотвращают его проницаемость. Они также помогают удалять токсины из тяжелых металлов, которые, если они присутствуют в сочетании с синдромом повышенной кишечной проницаемости, также вызывают аллергические реакции».

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день, если они не страдают диабетом. Если у вас диабет, примите меры к толерантности и обязательно ежедневно проверяйте, чтобы поддерживать уровень в соответствующей зоне.

6. Болезнь Альцгеймера

Болезнь Альцгеймера поражает в первую очередь пожилых людей, но быстро становится более распространенной среди людей среднего возраста. Болезнь Альцгеймера характеризуется признаками слабоумия и потери памяти и часто сопровождается приступами ярости и телесной агрессии. Хроническая чрезмерная -секреция надпочечникового гормона стресса кортизола может ускорить атрофию головного мозга.

Многие из вас знают о болезни Альцгеймера моей матери и о

чудесном улучшении, которое я увидел в ней после того, как она приняла напиток из мангустина. Для тех из вас, кто читает это впервые, позвольте мне сказать, что сок мангустина вернул мою мать к жизни. Именно по этой причине я решил исследовать - ксантоны человека гостина и написать о том, что я нашел.

На мой взгляд, болезнь Альцгеймера — это воспалительный процесс, который начинается в кишечнике за много лет до того, как становится очевидным для большинства людей. Дисфункция печени представляет собой еще одну проблему у пациента с болезнью Альцгеймера; снижение уровня гормонов надпочечников, связанное с дисфункцией печени, уменьшение количества химических веществ в мозге, таких как серотонин, и перепады настроения пациента и приступы гнева становятся более выраженными. Ксантоны мангостина регулируют уровень серотонина и помогают успокоить пациента с болезнью Альцгеймера.

Дисбаланс жирных кислот также вызывает выраженное воспаление у пациентов с болезнью Альцгеймера. Это видно на термографическом сканировании мозга больного Альцгеймером. Мощное противовоспалительное действие ксантонов мангустина отлично справляется с уменьшением этого разрушительного - воспалительного процесса.⁴

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день, если они не страдают диабетом. Если у вас диабет, примите меры к толерантности и обязательно ежедневно проверяйте, чтобы поддерживать уровень в соответствующей зоне.

7. Анемия

Анемия возникает, когда в кровотоке слишком мало эритроцитов, что приводит к недостаточному поступлению кислорода к тканям и органам. Анемия связана с низким содержанием меди, что связано с болью в суставах, повышенным уровнем холестерина и снижением устойчивости к инфекциям. Такой дисбаланс может быть результатом токсинов, неправильного питания, генетической

предрасположенности, нарушения пищеварения или мальабсорбции пищи, приема некоторых лекарств и чрезмерного стресса.

Тот факт, что люди с анемией часто могут иметь пониженную устойчивость к инфекции, имеет большое значение. Эти люди должны пить напиток из мангустина, так как он является мощным антибактериальным средством. Благодаря своим целебным свойствам он также обеспечивает гораздо лучшее всасывание в желудочно-кишечном тракте. Таким образом, синдром повышенной кишечной проницаемости уменьшается, а множество связанных с ним состояний уменьшается.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 1 до 2 унций сока мангустина три раза в день.

8. Апноэ, обструктивное

Обструктивное апноэ — распространенный тип апноэ (когда дыхание временно останавливается) у детей, а также у взрослых с избыточным весом и болезненных состояний. Это вызвано обструкцией дыхательных путей, например, большими миндалинами и аденоидами. Наиболее вероятно, что это происходит во время сна, поскольку в это время мягкие ткани задней части горла наиболее расслаблены. В результате это состояние часто называют «апноэ во сне». Увеличение и воспаление мягких тканей рассматривается врачами-холистами как состояние кишечника и перегрузка токсинами печени .

Употребление сока мангустина должно помочь в детоксикации организма, устраняя необходимость в более инвазивных процедурах, таких как тонзиллэктомия (которую я считаю в первую очередь ненужной процедурой, поскольку она лечит только симптомы, а не причину). Если вы излечите кишечник, устраните протекающую кишку и позвольте печени должным образом детоксицировать организм, вы увидите, что миндалины и окружающие ткани уменьшатся в размерах.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день, если они не страдают диабетом. Если у вас диабет, примите меры к толерантности и обязательно ежедневно проверяйте, чтобы поддерживать уровень в соответствующей зоне.

9. Аутизм

Подсчитано, что почти у каждого из ста детей диагностируется аутизм в той или иной форме. Ранее считалось, что это редкое заболевание, а теперь считается, что аутизм набирает обороты. Аутизм проявляется в таком поведении, как членовредительство, перепады настроения, изоляция и плохие навыки вербального общения.

Точная причина аутизма еще не известна, но существует множество научных исследований, связывающих его с бесчисленным множеством состояний в организме. Желудочно-кишечные расстройства, интоксикация, неврологические расстройства и неправильное питание — вот некоторые из условий, которые, по мнению исследователей, могут быть причиной усиления симптомов аутизма. Было проведено множество исследований пациентов с аутизмом, которые связывают - аномальную проницаемость кишечника с желудочно-кишечным дисбалансом, пищевой аллергией, проблемами усвоения белка, чрезмерным ростом бактерий и грибов и дефицитом триптофана и цинка в питании.⁵

Многие исследователи считают, что существует корреляция между аутичными детьми и перевариванием аминокислот. Аминокислоты являются основными строительными блоками нейротрансмиттеров в мозге, которые влияют на настроение и поведение. Переваривание и усвоение незаменимых аминокислот, потребляемых с пищей, играют первостепенную роль в здоровье аутичного человека. Было обнаружено, что триптофан, одна из незаменимых аминокислот, влияет на гормон серотонин, нейротрансмиттер, влияющий на сон, перепады настроения и аппетит.

Все, от дисбаланса аминокислот до разрастания грибов, указывает на множество частей матрицы, которые могут оказывать влияние на аутичного человека. Сок мангустина может помочь вылечить синдром повышенной кишечной проницаемости, тем самым улучшая переваривание белка и функцию печени. Это исцеление в ролле позволит таким аминокислотам, как триптофан, снова сбалансировать уровень серотонина в мозгу. И это может дать аутисту спокойный день вместо эмоционально напряженного дня.

В современном обществе наблюдается рост аутизма. Считается, что одним из факторов, способствующих этому повышению, является соотношение потребления масел омега-6 и омега-3 в рационе. В начале 1900-х это соотношение составляло 4 к 1. В конце 1980-х это соотношение возросло до ошеломляющих 20 к 1.

Пищевая аллергия у аутистов также может иметь прямое отношение к проницаемости кишечника и воспалению кишечника. Ксантоны мангостина обладают мощным противовоспалительным действием, которое устраняет или уменьшает аллергию у аутичных людей.

Моя рекомендуемая порция

В зависимости от возраста человек должен потреблять от 2 до 6 унций в день.

10. Аутоиммунные заболевания

Было проведено множество исследований, связывающих аутоиммунные заболевания, такие как анкилозирующий спондилоартрит, волчанка, воспалительное заболевание кишечника и синдром Бехчета (аутоиммунное заболевание, вызывающее воспаление кровеносных сосудов, которое, в свою очередь, часто приводит к слепоте). Кроме того, исследования рассеянного склероза показывают, что повышенная проницаемость кишечника тесно связана с воспалительным процессом, запускающим эти и другие аутоиммунные заболевания и связанные с ними осложнения.⁶

Если есть что-то, во что я верю как врач, так это в то, что ксантоны мангустина могут положительно влиять на организм. Важно излечить воспалительный процесс, который имеет место во всем кишечнике, но в первую очередь в тонкой кишке. Тонкая кишка занимает второе место после желудка по воспалению в желудочно-кишечном тракте. Именно в тонком кишечнике начинаются одни из самых серьезных заболеваний. И это ужасное начало, которое так часто заканчивается жизнью, полной страданий или смерти. Повышенная проницаемость, вызванная воспалением слизистой оболочки или внутренней оболочки тонкой кишки, позволяет частицам пищи слишком быстро просачиваться через слизистую оболочку кишечника и, таким образом, заставляет организм запускать то, что называется кодированием.

Кодирование — это процесс, при котором организм атакует эти чужеродные вещества, но неправильно их интерпретирует и кодирует как клетки из разных частей тела, например клетки почек. Иммунная система организма атакует эти неправильно прочитанные клетки, и аутоиммунное заболевание впервые закрепляется в организме. Ежедневное употребление сока мангустина может во многих случаях помочь уменьшить или устранить этот воспалительный процесс в кишечнике, который приводит к таким заболеваниям, как волчанка, рассеянный склероз и ревматоидный артрит. Дефицит жирных кислот также может способствовать воспалительному процессу, который может привести к аутоиммунному заболеванию. Паразиты и накопление бактерий также могут привести к воспалительной ситуации, которая, если ее не остановить, приведет к эрозии внутренней оболочки тонкой кишки и вызовет долгосрочные аутоиммунные расстройства. Исследования показали, что ежедневное потребление ксантонов мангостина устраняет бактериальную перегрузку и уничтожает паразитов.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 2 до 4 унций сока мангустина три раза в день. Не забывайте пить с ним много воды.

11. Бактериальные условия

Только в конце 1930-х годов пенициллин появился в здравоохранении. С тех пор пенициллин и антибиотики, подобные пенициллину, использовались для лечения всех типов воспалений и инфекций. К счастью, многие из этих инфекций являются вирусными, и лечение бесполезно. На самом деле, это может быть даже более разрушительным для пациента. Тонкий кишечник имеет слизистую или внутреннюю оболочку, которая легко повреждается при применении антибиотиков. На мой взгляд, антибиотики лучше использовать в качестве лечения в больницах только при попадании бактерий в кровь, кости или органы тела. В тонком и толстом кишечнике обитает более пятисот полезных бактерий, которые погибают, когда мы принимаем антибиотики.

Нормальные механизмы самозащиты организма обычно предотвращают попадание вредных бактерий в организм, а чрезмерное использование антибиотиков в наши дни разрушает нормальную защиту организма.

Антибиотики наносят вред организму двумя основными способами. Во-первых, они уничтожают полезные бактерии, жизненно необходимые как толстому, так и тонкому кишечнику. Во-вторых, антибиотики способствуют росту дрожжей и грибов, таких как *Candida albicans* и других патогенных грибов и дрожжей. Это вызывает синдром повышенной кишечной проницаемости.

Эпителий тонкого кишечника поддерживает плотные клеточные соединения, которые вносят вклад в физический барьер, участвующий в кишечном всасывании. В дополнение к физическому барьеру внутри слизи существует важный химический барьер, который содержит иммунные агенты, нейтрализующие любой токсин, вступающий в контакт. *Candida* наносит серьезный ущерб эпителиальному барьеру кишечника, позволяя абсорбировать серьезные токсические агенты и химические вещества, которые затем попадают в кровь и поражают многочисленные органы, включая головной мозг.

Если у человека нет опасной, подавляющей инфекции, с

бактериями следует бороться не с помощью сильнодействующих лекарств, которые безудержно распространяются по телу, а с помощью природных антибиотиков, которые не разрушают кишечный барьер и не настраивают организм на множество других серьезных заболеваний. По моему мнению, причина, по которой так много мужчин и женщин проявляют кандидоз и другие грибковые и дрожжевые инфекции, заключается в том, что их лечат нестероидными противовоспалительными средствами (НПВП), которые не оказывают противовоспалительного действия на кишечник, но являются, на самом деле как раз наоборот.⁷

Болезнь раздраженного кишечника (ВЗК) может развиваться из-за таких факторов, как инфекция *сальмонеллы* в желудочно-кишечном тракте. Считается, что ВЗК развивается как «кишечная» реакция на дисбактериоз кишечника — хронический дисбаланс^в микробной флоре, запускающий цепь патогенных явлений. Один из сценариев — развитие ВЗК в ответ на хроническую кишечную инфекцию. бактериальных патогенов могут вызывать тяжелые желудочно-кишечные симптомы, такие как кровавый понос, лихорадка и боль в животе. потенциальными кишечными патогенами, такими как *Campylobacter*, *Salmonella*, *Shigella*^и *E. coli*, настоятельно рекомендуется для пациентов с ВЗК.

Как только инфекция возникает, присутствие бактерий и их - продуктов может увековечить ВЗК, проникая через кишечный барьер, где они могут раздражать предыдущие изъязвления и проникать в большой круг кровообращения. Тит провоцирует продолжающуюся цепь хронических воспалительных иммунных реакций. Опять же, оценка и лечение для восстановления естественного баланса кишечной микрофлоры имеют решающее значение, и именно здесь ежедневное употребление сока манго - стина очень полезно, поскольку он лечит слизистую оболочку кишечника, убивая при этом болезнетворные бактерии.

Исследователи из Кембриджа, Англия, недавно обнаружили, что пациенты с ВЗК выделяют гораздо больше газообразного водорода, чем здоровые люди. Считается, что это значительное увеличение связано с изменениями в нормальной желудочно-кишечной флоре,

особенно бактериями, потребляющими водород, которые вызывают нарушение ферментации в толстой кишке.¹⁰

В этом случае не обязательно заболевание (*сальмонеллез*) вызывает настоящую озабоченность; это то, что бактерии *сальмонеллы* могут сделать со слизистой оболочкой кишечника, и что мангустин может ей помочь. Поскольку они являются естественными антибактериальными агентами, ксантоны также помогут в результате повреждения, вызванного этой бактерией, а именно в отношении раздраженного кишечника и разрушения, которое может произойти с ним.

Использование мангустина в диете может быть единственным лучшим ответом на немедикаментозное антибактериальное средство, которое я видел за свою тридцатилетнюю историю работы врачом-холистом. Поскольку мангустин не является питательной средой для грибов и дрожжей, он защищает кишечник от этих патогенных организмов, которые в противном случае разрушили бы слизистую оболочку кишечника. Противовоспалительное действие ксантонов мангостина также устраняет деградацию слизистой оболочки, вызванную бактериальным, дрожжевым и грибковым воспалением.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день.

12. Пролежни

Пролежни, также известные как пролежни, пролежни, пролежни - и пролежни, возникают из-за недостатка кровотока и физического напряжения кожи и тканей в области кости, которая находилась под давлением в течение длительного времени. -исходящий период. При прекращении кровоснабжения участка кожи более чем на 2–3 часа кожа лишается кислорода и начинает отмирать. Люди, которые находятся в неподвижном состоянии из-за болезни или травмы, подвергаются максимальному риску возникновения пролежней. Эти люди могут быть прикованы к инвалидной коляске или прикованы к постели и не могут менять положение без

посторонней помощи. Также в группе риска находятся люди, которые из-за повреждения нервов в результате травмы или заболевания, такого как диабет или инсульт, не могут ощущать сигналы боли или дискомфорта, которые обычно заставляют людей двигаться. Пожилые люди также подвержены большему риску пролежней, потому что их кожа тоньше и более хрупкая.

В моем опыте мне посчастливилось видеть и слышать о том, что многие люди с пролежнями прекрасно выздоровели, выпив и применив местно сок мангустина. В конце концов, сок насыщен ксантонами, которые убивают вредные бактерии. У десяти людей, страдающих диабетом, есть язвы такого типа, а резистентность к инсулину в организме снижает их кровообращение. Сок мангустина — прекрасный продукт, который легко излечил многие случаи диабета, которые я наблюдал, и увеличил приток крови к телу.

Моя рекомендуемая порция

При тяжелых состояниях человек должен выпивать 1 полную бутылку в день, а также местно обрабатывать рану соком не менее трех раз в день.

При состояниях легкой и средней степени тяжести человеку следует выпивать 2 унции сока мангустина три раза в день, а также местно обрабатывать пораженные участки соком не менее трех раз в день.

13. Бронхит

Различают два типа бронхита: острый бронхит и хронический бронхит. Острый бронхит обычно возникает после респираторной инфекции, такой как простуда, и может быть вызван как бактериями, так и вирусами. Случай бронхита считается «хроническим», если симптомы сохраняются в течение нескольких месяцев. Бывают случаи, когда хронический бронхит может быть вызван длительной аллергией.

Некоторые из симптомов острого бронхита включают следующее: лихорадка, очень болезненный кашель, боль в горле, обильное

выделение желтой слизи и одышка.

Бронхит часто возникает из-за инфекции, такой как простуда или грипп. Инфекция вызывает воспаление бронхов, что вызывает симптомы бронхита. Несмотря на то, что острый бронхит встречается относительно часто, некоторые люди более склонны к нему, чем другие. К группе повышенного риска относятся курильщики, лица с респираторными заболеваниями, такими как астма, и лица, подвергающиеся воздействию высоких уровней переносимой по воздуху пыли и загрязняющих веществ. Бронхит сам по себе обычно не опасен для жизни, но инфекция, возникающая в результате бронхита, может быть опасной.

Лечение острого бронхита зависит от его причины. Антибиотики можно использовать для лечения бронхита, вызванного бактериальной инфекцией, но они совершенно неэффективны при бронхите, вызванном вирусом.

Часто, как я уверен, вы знаете, большинству пациентов назначают антибиотики при вирусных заболеваниях легких. Справедливости ради следует отметить, что многие пациенты требуют антибиотиков, а врачи делают все возможное, чтобы угодить пациенту. Проблема возникает, когда бактерии, которые сейчас растут в легких, начинают вызывать все больше и больше инфекций, и воспаление усиливается. Привет, хорошая новость: ксантоны мангостина являются превосходными антибактериальными средствами! Они убивают вредные бактерии, оставляя в покое полезные бактерии. Так необходим, так как нам нужны нормальные «жуки» в нашем кишечнике в качестве нашей первой линии защиты.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангостина в день. Взрослые выпивают 6 унций сока мангостина в день.

14. Бурсит

The bursa представляет собой защитную оболочку, защищающую сухожилия тела. Его основная обязанность — помочь

предотвратить трение между тендоном и костью. К сожалению, постоянное трение сухожилия о кость при повторяющихся движениях руки, плеча, бедра, колена и лодыжки может привести к достаточному трению самой бursы, вызывающему воспаление и боль — состояние, которое мы называем «бурситом».

Когда белки не расщепляются в пищеварительной системе на аминокислоты, дипептиды или короткоцепочечные полипептиды, они сохраняют свои антигенные свойства. Затем эти антигенные молекулы могут всасываться через поврежденный слизистый барьер в кишечном тракте (синдром повышенной кишечной проницаемости), где им противостоят различные клетки и органы иммунной системы. Это, в свою очередь, может создать состояние хронической иммунной гиперчувствительности и воспаления. В целом продукты с более высоким содержанием белка (> 20%) с большей вероятностью могут быть аллергенными.¹¹ В результате гиперчувствительности к пище опорно-двигательный аппарат может страдать от хронических воспалительных заболеваний, таких как бурсит.

Желудочно-кишечные дисфункции, такие как пептическая язва, диспепсия, гастродуоденит и грыжа пищеводного отверстия диафрагмы, могут способствовать некоторым из этих побочных реакций на пищу. Интересно отметить, что восемь продуктов или групп продуктов вызывают 90 процентов признанных пищевых аллергий. Наиболее распространенными аллергенами являются яйца, молочные продукты, пшеница, соя, арахис, лесные орехи, рыба и креветки.^{12,13} Перечисленные выше причины — это все состояния, которым могут в значительной степени помочь ксантоны в мангустине, и они сократят матричную связь между перечисленными причинами и такими состояниями, как бурсит.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина в день. Также может быть полезно использовать сок мангустина в качестве припарки: смочите бумажное полотенце в соке, приложите его непосредственно к воспаленной области, затем накройте полиэтиленовой пленкой, чтобы ксантоны проникли

глубоко в ткань.

15. *Кандида* (дрожжевая инфекция)

Candida — это название группы дрожжевых грибов, которые часто поражают кожу; название, происходящее от латинского слова «белый», относится к белому цвету организмов в культуре. *Кандидозная* инфекция известна как «кандидоз» или «монилиаз».

Candida зависит от живого хозяина для дальнейшего существования. Это естественный обитатель пищеварительного тракта человека с раннего детства, где он большую часть времени живет, не вызывая никаких заболеваний. Однако, если защитные силы хозяина ослаблены, организм может вызвать инфицирование слизистой оболочки (слизистой оболочки рта, ануса и половых органов) и кожи, а иногда и глубоко проникающих инфекций.

Наиболее распространенным видом *Candida*, вызывающим кандидоз, является *C. albicans*. *Кандидозные* кожные инфекции включают:

Оральный кандидоз (оральная молочница)

Вульвовагинальный кандидоз (генитальная инфекция у женщин),
в том числе циклический вульвовагинит

Баланит (инфекция полового члена)

Интертриго (инфекции кожных складок)

Салфеточный дерматит (пеленочный или пеленочный дерматит)

Хроническая паронихия (инфекция ногтевого валика)

Онихомикоз (инфекция ногтевой пластины)

Хронический кожно-слизистый кандидоз

Кишечные бактерии, такие как лактобациллы и бифидобактерии, глубоко укоренились, принося пользу и улучшая пищеварение, помогая избежать чрезмерного роста аномальной кишечной флоры. Дисбаланс может привести к желудочно-кишечному конфликту, а также к чрезмерному росту дрожжей *Candida albicans*, которые могут спровоцировать синдром раздраженного кишечника. В одном исследовании сообщалось, что хроническая диарея и спазмы в животе могут быть вызваны значительным количеством

мертвых или поврежденных дрожжей, обнаруженных в фекалиях . Другие исследования указывают на *Candida* как на причину воспаления толстой кишки (колита) у пациентов с различными хроническими заболеваниями.^{№ 1516 –}

Чрезмерный рост дрожжей *Candida albicans* в желудочно-кишечном тракте также может активировать симптомы, очень похожие на ПМС, особенно усталость, депрессию, беспокойство и боль в суставах. В одном исследовании сравнивались две группы женщин, с ПМС и с рецидивирующей инфекцией *C. albicans* , и было обнаружено, что подгруппа женщин из группы ПМС реагировала на циклическое увеличение *Candida* в желудочно-кишечном тракте.¹⁷

Примечательно, что *Candida albicans* тесно связана с активностью половых гормонов у женщин. Эстрадиол, одна из основных форм эстрогена в организме, может повышать выживаемость *C. albicans* , защищая ее от тепла и окислительного стресса.¹⁸ Экспериментальные исследования также показывают, что концентрации эстрадиола *in vivo* могут вызывать рост мицелия *C. albicans*, вызывая его патогенность.¹⁹

Candida способствует плохое питание и чрезмерное потребление сахара — два фактора, которые, как считается, также усиливают симптомы ПМС. Чтобы избежать чрезмерного роста инфекции - *Candida* и возможного обострения симптомов ПМС, пострадавшее население может пить сок мангустина.

Существует мнение, что, поскольку сок мангустина является фруктовым сахаром, его не следует пить людям с дрожжевой инфекцией. Однако то, что я видел в своей практике за последние несколько лет , говорит об обратном. Большую часть времени пациент с дрожжевой инфекцией хорошо реагирует на сок мангустина. Вы должны помнить, что ксантоны этого сока являются тифунгальными по своей природе, и многие из симптомов, которые являются результатом дрожжевой инфекции, такие как хроническая усталость, охватывают другие факторы в матрице, которые реагируют на ксантоны мангустина.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина в день.

16. Сердечно-сосудистые заболевания

Сердечно-сосудистые заболевания сегодня являются болезнью номер один в Америке . На самом деле, если взять восемь основных причин смерти, включая рак, и объединить их, сердечно-сосудистые заболевания по-прежнему будут номером один. Повышение уровня надпочечникового гормона стресса кортизола делает атеросклероз еще более опасным.

Было проведено множество исследований, показывающих, что пломба из амальгамы в зубах может нанести больше вреда сердечно-сосудистой системе, чем считалось ранее. Это может способствовать высокому кровяному давлению, аномальному сердечному ритму, стенокардии и другим сердечно-сосудистым заболеваниям.²⁰ Ксантоны *Garcinia mangostana* считаются хорошим детоксикантом тяжелых металлов и, таким образом, могут помочь бороться с вредным воздействием ртути в пломбах из амальгамы.

Окислительный стресс также может играть важную роль в развитии ишемической болезни сердца.²¹ Похоже, что дефицит аминокислот тесно связан с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Низкий уровень таурина , например, связан с магнием, известным естественным блокатором каналов. Снижение уровня таурина связано с сердечно-сосудистыми заболеваниями.²²

Известно, что жирные кислоты являются хорошими индикаторами здоровья сердечно-сосудистой системы, особенно когда речь идет об атеросклерозе.²⁵ Воспалительные реакции в организме, часто связанные с жирными кислотами, указывают на диетическое здоровье человека. Поскольку ксантоны являются такими мощными противовоспалительными агентами, мангустин может хорошо противодействовать вредному влиянию дисбаланса

жирных кислот.

Определенные признаки и симптомы дают представление о некоторых устойчивых механизмах сердечно-сосудистых заболеваний, таких как воспаление, накопление жировых отложений, функция и целостность эндотелия (внутренний слой клеток, выстилающих стенки кровеносных сосудов), реакция глюкозы/инсулина, свертывание крови. функции и других важных факторов. Например, высокие уровни гомоцистеина коррелируют с механизмами, связанными с повреждением артерий и свертыванием крови.

Мангостин уравнивает печень, что напрямую связано с дисбалансом гомоцистеина в сердечно-сосудистой системе. Каждый раз, когда дырявый кишечник сопровождается дисбалансом печени, это вызывает дефицит аминокислот. В случае таурина дефицит связан с сердечно-сосудистыми заболеваниями, и именно по этой причине мы все должны ежедневно пить напиток из мангустина. Люди часто думают, что сок слишком хорош, чтобы быть правдой. Я знаю, что так кажется, но на самом деле это просто улучшает биохимию многих частей тела.

Фибриноген — это белок крови, который организм использует для правильного свертывания крови, чтобы предотвратить кровотечение, приводящее к смерти после травмы. Однако, если уровень фибриногена становится слишком высоким из-за стресса, ожирения, воспалений, старения или других причин, это вещество может играть ключевую роль в заболевании артерий. Все больше внимания уделяется воспалению как ключевому фактору развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Стресс является хорошо известным и основным фактором, способствующим сердечно-сосудистым заболеваниям. Многие исследователи обнаружили, что постоянный стресс вызывает повреждение кровеносных сосудов. Стресс может почти сразу нанести вред телу, будь то эмоциональный или физиологический. Ксантоны обладают очищающим действием на печень, а благодаря связи печени и аминокислот влияют на уровень серотонина и помогают противостоять стрессу.

Вспомните мое обсуждение в начале этой книги связи между состоянием, известным как синдром повышенной кишечной проницаемости, и печенью. Существует также связь между аминокислотами и жирными кислотами и сердечно-сосудистыми заболеваниями! На самом деле все части матрицы могут быть затронуты или затронуты. Сказав это, аминокислоты в балансе могут влиять на сердечно-сосудистую систему различными способами. Антиоксидант с противовоспалительным действием, известный как таурин, способствует клеточному притоку кальция, натрия, калия и, что немаловажно, магния — его иногда называют «блокатором кальциевых каналов природы». Способствуя удержанию калия сердцем, таурин, по-видимому, устраняет некоторые сердечные аномалии .²¹ Таким образом, аномально низкие уровни могут указывать на усиление сердечно-сосудистых симптомов.

Метионин является важной незаменимой аминокислотой, необходимой для правильного метаболизма углеводов и липидов. Нарушение метаболизма метионина, особенно накопление гомоцистеина, приводит к увеличению заболеваемости ишемической болезнью сердца,²⁵ периферической и церебральной - облитерирующей болезнью,²⁶ инфарктом миокарда,^{27,28} и инсультом.²⁹

Было показано, что введение аргинина уменьшает толщину тимуса и сосудистую реактивность при атеросклерозе,³ а также уменьшает слипание тромбоцитов и форму сгустка в стенках артерий.³¹ Аргинин является предшественником оксида азота, который играет ключевую роль в регулировании артериального давления и накоплении тромбоцитов. Другие модели аминокислот могут дать важные сведения о дефиците питательных веществ, таких как витамин B6, витамин B12, фолиевая кислота и серин, основной механизм метаболизма гомоцистеина.

Итак, вы можете подумать: «Какое это имеет отношение к мангустину?» Помните, что если у вас синдром повышенной кишечной проницаемости, а у большинства людей он есть, у вас будет дисфункция печени и, следовательно, нарушение функции

аминокислот.

Повышенное кровяное давление и усиленное сердце редко могут увеличить использование кислорода сердцем, вызывая повышенное производство свободных радикалов. Если антиоксидантная система организма не реагирует на повышенный уровень свободных радикалов, это может привести к окислительному повреждению сердечной мышцы. Предполагается, что это один из механизмов, посредством которого ожирение может способствовать перекисному окислению липидов в миокарде, среднем слое сердца, состоящем из сердечной мышцы. Ксантоны могут восстанавливать клеточную стенку и стенку митохондрий, обеспечивая увеличение энергии и уменьшение воспалительного повреждения внутренней оболочки артерий и вен. Этот процесс обращения вспять окислительного стресса заключается в восстановлении поврежденного эндотелия, внутреннего слоя клеток, выстилающих кровь, содержащий соли, для расширения и расширения в ответ на кровоток. Основываясь на этой ситуации, накопление активных форм кислорода было связано с «сердечной сократительной дисфункцией», потенциально приводящей к аритмии и сердечному приступу.³²

Было показано, что лечение антиоксидантами (с витаминами Е и С) улучшает сосудистую релаксацию как экспериментально, так и у людей с генетической предрасположенностью к высоким уровням липидов/холестерина.^{33,34} Оптимальный антиоксидант из различных источников пищи может быть более важным, чем обеспечение избытка любого отдельного питательного вещества в отдельности для защиты от сердечных заболеваний.³⁵ Таким образом, диеты, богатые витаминами-антиоксидантами, были специально рекомендованы для пациентов с ишемической болезнью сердца.³⁶

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина три раза в день.

17. Стоматит

Язвы обычно появляются на внутренней поверхности щек и губ, языке, мягком небе и основании десен. Как правило, они - начинаются с ощущения покалывания или жжения, за которым следует красное пятно или шишка с изъязвлением. Боль уменьшается через 7–10 дней, полное заживление — через 1–3 недели. Преимущественно большие язвы (более 1 см в диаметре) часто заживают дольше (от 2 до 4 недель). Нечасто тяжелая форма заболевания может сопровождаться неспецифическими - симптомами болезни, такими как лихорадка или недомогание. Язвенные язвы часто рецидивируют.

Возможно, существует наследственная склонность к развитию афтозного стоматита, так как он часто передается по наследству. Также может быть связь с иммунной системой. Язвы также могут развиваться в результате раны во рту в результате стоматологических мероприятий или чрезмерной чистки зубов. Язвы также могут появиться на месте укуса языка или щеки и могут быть вызваны эмоциональным стрессом, дефицитом пищи - (особенно железа, фолиевой кислоты или витамина В 12), менструальными циклами, гормональными изменениями, пищевой аллергией и подобными ситуациями. . Чаще всего они возникают при вирусных инфекциях.

Кожа служит важнейшим посредником между внутренним телом и внешней средой и отражает состояние внутреннего здоровья организма. Несмотря на то, что поверхностные раздражители могут быть источником кожных заболеваний, многие кожные заболевания на самом деле имеют системное происхождение и, следовательно, могут быть успешно вылечены путем коррекции физиологических дисбалансов, содержащихся в организме. Общие проблемы с кожей включают акне, кератоз (огрубение кожи), язвы, преждевременное старение и сухость. Язвы не следует путать с герпесом, который вызывается вирусом простого герпеса.

Моя рекомендуемая порция

Пейте по 1 унции сока мангустина три раза в день, делая паузы, чтобы «прополоскать» сок вокруг пораженного участка, прежде чем проглотить.

18. Целлюлит

Это инфекция кожи и подлежащих тканей, которая может поражать любую область тела. Не путать с целлюлитом (жир, похожий на творог, который часто встречается на бедрах, бедрах и ягодицах), целлюлит начинается в области поврежденной кожи, куда через порез или царапину проникли бактерии, вызывающие воспаление. боль, отек, тепло и покраснение.

Заболевания, вызывающие повреждения кожи, такие как экзема и тяжелая форма акне, позволяют бактериям проникать внутрь, подвергая ребенка риску целлюлита. Ветряная оспа и поцарапанные укусы насекомых также являются распространенными причинами. Тем не менее, целлюлит также может возникать на участках неповрежденной кожи, особенно у людей, страдающих диабетом или принимающих лекарства для подавления иммунной системы.

Многие различные типы бактерий могут вызывать целлюлит, но наиболее распространенными являются *стрептококки группы А* и *золотистый стафилококк*. В особых случаях другие бактерии могут вызывать целлюлит. Бактерии *Pasteurella multocida* могут способствовать состоянию после укуса кошки или собаки. Существует большое количество научных статей, в которых рассказывается о способности ксантонов мангустина уменьшать или устранять бактериальные инфекции. Мангостин также очень хорош в борьбе со свободными радикалами, например, в ситуациях воспаления и реакции на лекарства.

Моя рекомендуемая порция

Пейте по 1 унции сока мангустина три раза в день. Кроме того, промывайте пораженный участок соком не реже одного раза в день.

19. Глютеновая болезнь

Целиакия — это иммунная чувствительность к глютену компоненту пшеницы, ржи или ячменя. У пациентов с этим заболеванием могут проявляться хроническая диарея, симптомы

раздраженного кишечника, боли в суставах, судороги, депрессия, шизофрения и многие неврологические симптомы.

У больных людей повреждаются ворсинки в собственной пластинке и криптах кишечника, когда они употребляют в пищу специфические антигены пищевого зерна, обнаруженные в пшенице, ржи и ячмене. Овес традиционно считался токсичным для больных целиакией, но недавние научные исследования показали обратное, и, возможно, было бы слишком преждевременно делать твердые выводы.

Тот факт, что глютеновая болезнь считается болезнью иммунного ответа, заставляет меня полагать, что все состояния, вызывающие воспаление кишечного тракта, необходимо держать в страхе; поэтому такие вещи, как дырявый кишечник, бактериальная перегрузка, токсичность печени, паразиты и окислительный стресс, являются основными мишенями, с которыми нужно бороться. Почему? Потому что каждый из них вызывает воспаление и может привести к эрозии внутренней оболочки желудочно-кишечного тракта и, следовательно, вызвать иммунные реакции. Помните, сила номер один, которую я вижу в ксантонах, — это способность замедлять эрозию кишечника из-за воспаления, независимо от источника.

У меня есть очень хороший друг, врач, у которого целиакия. Ее состояние значительно улучшилось после того, как она начала добавлять в свой рацион сок мангустина. Это вылечило ее? Я в это не верю, но я точно знаю, что она может идти по жизни с большей энергией и меньшим количеством симптомов, чем раньше.

Моя рекомендуемая порция

Пейте по 2 унции сока мангустина три раза в день в течение как минимум трех месяцев; затем, если состояние улучшается, уменьшите до 3 унций в день.

20. Синдром хронической усталости (СХУ)

СХУ чаще всего описывают как изнурительную усталость, которая длится шесть месяцев или дольше. Человек с хронической

усталостью часто жалуется на депрессию, усталость, потерю веса и неспособность справиться со стрессом любого рода. Нарушение матрицы тела может привести к синдрому хронической усталости. Если какая-либо часть окружающей среды тела не синхронизирована, это нарушит нормальную функцию организма и вызовет СХУ. Поэтому, на мой взгляд, все ксантоновые функции *Garcinia mangostana* применимы. Например, усталость часто связана с заболеваниями щитовидной железы, которые связаны с аутоиммунной реакцией синдрома повышенной кишечной проницаемости.

Другим примером может быть высокий уровень гормонов надпочечников, таких как кортизол, который может вызвать у вас чувство истощения. Ксантоны обладают способностью снижать уровень кортизола, просто снижая уровень физиологического стресса, вызванного матричным дисбалансом. Не имеет значения, есть ли у вас дисбаланс аминокислот, ситуация с окислительным стрессом, паразитарная инвазия, негерметичный кишечник или любой другой функциональный дисбаланс, который мы перечислили в начале книги; любой дисбаланс в организме может привести к усталости.

Хроническая усталость, на мой взгляд, была чрезмерно упрощена, главным образом потому, что большинство врачей смотрят на нее со стороны старой парадигмы и рассматривают каждое состояние как единичное, изолированное состояние. Хроническая усталость является кульминацией многих вещей, вызванных современной диетой, стрессом, загрязнением окружающей среды и дефицитом питательных веществ. Хорошей новостью является то, что ксантоны мангустина обладают способностью воздействовать и даже устранять большинство, если не все, причины хронической усталости.

Я не могу сказать вам, сколько раз я путешествовал по миру, и кто-то подходил ко мне со слезами на глазах и делился своей судьбоносной трансформацией из истощенного человека в человека с избыточной энергией после выпивки. гостин напиток на некоторое время. Существует связь между ксантонами мангустина

и причинами хронической усталости. Теперь вы можете поделиться им со всем миром и быть уверенными, что знаете, почему это работает.

Моя рекомендуемая порция

В зависимости от тяжести случая пейте от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

21. Простуда

Простуда — это действительно самое неправильно понимаемое заболевание в западном мире! Что именно заставляет человеческое тело заболеть этой древней болезнью? Почему кажется, что это происходит по желанию и в любом возрасте? Это просто вирусное заболевание или нечто большее? Поскольку дети болеют восемью простудными заболеваниями в год, эта вирусная инфекция верхних дыхательных путей является наиболее распространенным инфекционным заболеванием в Соединенных Штатах и причиной номер один, по которой дети посещают врача и не ходят в школу.

Распространенный ответ: большинство простудных заболеваний вызывается семейством риновирусов (название происходит от *rhine*, греческого слова, означающего «нос»). Мы заражаемся вирусом через невидимые капли в воздухе, которым мы дышим, или на вещах, которые мы очень любим. Более 100 различных риновирусов могут проникать через защитную оболочку носа и горла, вызывая реакцию иммунной системы, которая может вызвать боль в горле, головную боль и затрудненное дыхание.

Сухой воздух — в доме или на улице — может снизить сопротивляемость вашего ребенка вирусам, вызывающим простуду. То же самое можно сказать о курении или нахождении рядом с курящим человеком. Курящие люди чаще простужаются, чем некурящие, и их симптомы, вероятно, будут хуже, длятся дольше и с большей вероятностью приведут к бронхиту или другим респираторным заболеваниям.

Независимо от того, что вам, возможно, говорили, простуда не вызывается выходом на мороз без куртки, сидением или сном на

ветру или выходом на улицу с мокрыми волосами, одежда — это заблуждение, о котором нам всем твердили последнее время . сотня лет; сообщение состоит в том, что внешние факторы вызывают симптомы, а симптомы — вот что имеет значение.

Правда в том, что простуда является результатом того, что многие части тела не синхронизируются друг с другом и вызывают ослабление иммунной системы. Наша современная эпидемия простуды на самом деле является болезнью пищеварения. Заболевания пищеварительного тракта являются актуальной темой, поскольку, по оценкам, от одной трети до одной четверти всех взрослых страдают этим заболеванием. Помимо обычной простуды, заболевания пищеварительного тракта являются основной причиной, по которой люди обращаются за медицинской помощью и тратят огромные суммы на лекарства от ее симптомов. Это не просто совпадение — между ними существует прямая связь!

Целостные врачи часто говорят, что кишечник — это другой мозг тела. Я считаю, что это правда, и чем больше те из нас, кто занимается функциональной медициной, соотносят внутреннюю работу тела, тем больше мы понимаем, что это утверждение верно.

Это означает, что синдром повышенной кишечной проницаемости или повышенная проницаемость слизистой оболочки кишечного тракта наносит ущерб способности организма защищать себя. Слишком часто основное внимание уделяется техническому источнику, такому как вирус, который есть у всех нас постоянно , или же мы сосредотачиваемся на возникающих симптомах, таких как насморк и повышенная температура. Вместо этого мы должны сосредоточиться на исправлении матрицы тела!

В своих клиниках функциональной медицины я всегда учил своих пациентов тому, что ксантоны мангустина очень эффективны в поиске и обнаружении дисфункции матрикса (особенно воспалительных состояний кишечника, таких как синдром повышенной кишечной проницаемости).

Моя рекомендуемая порция

Детям следует пить по 1 унции сока мангустина три раза в день. Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день.

22. Болезнь Крона

Болезнь Крона характеризуется воспалением кишечника, которое вызывает диарею, кровотечение, боль в животе, лихорадку, боль в суставах, потерю веса и нарушение всасывания. Многие, изучающие эту тему, считают, что существует прямая связь между синдромом повышенной кишечной проницаемости (LGS) и болезнью Крона; часто появление LGS и его тяжесть будут главным показателем тяжести болезни Крона у человека. Была определена корреляция условий окружающей среды с супругами пациентов с болезнью Крона, у которых была повышена проницаемость кишечника, что, возможно, указывает на то, что болезнь Крона может быть связана с питанием и дисбалансом кишечной флоры.

Я обнаружил, что мангустин очень полезен для стабилизации или изменения симптомов у пациентов с ранними признаками болезни Крона. Важно помнить, что это заболевание часто просто появляется на ровном месте. В один день человек чувствует себя здоровым, а на следующий день это состояние разрушает его тело. Или были признаки, но человек не знал, как их распознать?

Как я уже говорил ранее, было сказано, что кишечный тракт — это еще один мозг тела. Я считаю, что это так, и мы все должны быть в гармонии с этим. Слишком часто мы проходим нашу повседневную жизнь в такой спешке, что не замечаем таких мелочей, как случайный понос, боль или потеря веса, читаем, что тело разговаривает с нами; мы должны быть хорошими слушателями. Мангустин воздействует на недуги тела многими мощными способами, поэтому он так часто исцеляет.

Совсем недавно на семинаре, который я проводил, ко мне подошел человек и спросил меня о члене семьи, который перенес множество операций по поводу болезни Крона. Ее вопрос был:

«Может ли мангустин излечить это заболевание?» Я ответил, что, вероятно, на этой стадии этого не произойдет из-за всех хирургических вмешательств, но я верю, что это могло бы устранить состояние на ранних стадиях или, по крайней мере, предотвратить дальнейшее повреждение, если бы сок имел возможность излечить воспалительный процесс. причины в начале.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

23. Муковисцидоз

Кистозный фиброз (МВ) возникает из-за нарушения переноса натрия и хлорида (соли) из эпителиальных клеток на их внешние поверхности. Это заставляет организм вырабатывать густую слизь, которая может препятствовать прохождению в легкие, поджелудочную железу и кишечник, что приводит к тяжелым инфекциям и нарушению пищеварения.

При лечении муковисцидоза врачами-холистами протокол заключается в том, чтобы сбалансировать любые и все функции, которые были изменены и которые могут еще больше усугубить течение муковисцидоза. Хотя муковисцидоз считается одним из самых распространенных смертельных заболеваний в Соединенных Штатах, ежегодно поражающим около 30 тысяч детей и молодых людей, есть и другие меры, которые можно предпринять, чтобы замедлить прогрессирование заболевания.

Существует прямая зависимость между функцией поджелудочной железы и состоянием слизистой оболочки кишечника. Это то, что я называю матрицей или паутиной связи. В матрице мы находим связь между нормальной функцией кишечника и соответствующей нормальной функцией печени. Затем это позволяет поджелудочной железе нормально функционировать из-за связи между печенью и поджелудочной железой. Если, например, эта сеть соединений в кишечнике неисправна, поджелудочная железа в конечном итоге не сможет выделять определенные ферменты, необходимые для переваривания пищи. Непереваренная пища вызывает антигенную реакцию и стимулирует аллергию, что еще больше усложняет

состояние. Недостаточное переваривание жира вызывает больше проблем с муковисцидозом. Дисбаланс жирных кислот часто встречается у больных муковисцидозом и приводит к воспалительным реакциям в организме.

Окислительный стресс играет большую роль в развитии муковисцидоза, поскольку многие исследователи считают, что в первую очередь причиной муковисцидоза может быть повреждение свободными радикалами на клеточном уровне. В любом случае мангустин содержит мощные антиоксиданты, которые могут помочь больным муковисцидозом. Ксантоны — это мощные антиоксиданты. Способность сбалансировать работу печени и помочь ферментам поджелудочной железы переваривать пищу, а также излечить синдром повышенной кишечной проницаемости может во многом помочь человеку с муковисцидозом.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать 3 унции сока мангустина в день. Подросткам следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

24. Депрессия

Существует так много причин депрессии, многие из которых не эмоциональны по своей природе. Время от времени тело может быть физически подавлено. Депрессия — это сочетание биохимических дисбалансов, которые снижают способность организма справляться с обычными проблемами повседневной жизни.

Это расстраивает, не зная причины или триггера этой болезни. Депрессия — это болезнь, у которой нет заданных параметров, в отличие от чего-то вроде кожной сыпи, которую можно увидеть, почувствовать и понять, что могло ее вызвать. Депрессия бывает разной. Вы часто просто чувствуете, как будто оно заперто в мозгу и не выходит наружу.

Депрессия — это сочетание обстоятельств нашей жизни, кульминацией которых может стать восприятие, которое, однажды

сформировавшись, материализуется в образ мыслей, который многие из нас, похоже, не могут принять.

Вы когда-нибудь замечали, что депрессия может быть разрушительной в один день, а в другой день не так уж и страшна? Разница между этими хорошими и не очень хорошими днями заключается в том, что биохимический дисбаланс в организме, который запускает многие реакции в мозгу, выше в хорошие дни и ниже в плохие.

Я говорю из опыта. За много лет до того, как я начал пить сок мангостина, у меня была легкая депрессия, с которой я справился, отодвинув, так сказать, «на второй план» то, с чем не хотел иметь дело. Я часто не хотел сталкиваться с вещами, с которыми большинство людей сталкивалось бы ежедневно. Мое тело было физически подавлено, а химический состав моего мозга не был сбалансирован. Однако с тех пор, как я стал ежедневно пить сок мангостина и вводить в свой организм множество содержащихся в нем ксантонов, мое депрессивное состояние улучшилось.

В течение последних восемнадцати месяцев, когда я путешествовал по миру, рассказывая о проблемах, связанных со здоровьем, я видел, как лица людей, страдающих от депрессии, поднимались. Теперь я вижу улыбки там, где когда-то были душевная боль и отчаяние. Перед моими глазами я видел женщин, которые могут снова стать матерями для своих детей и отцами, у которых снова есть жены.

Я вижу семьи, которым не нужно ходить на цыпочках, потому что у папы наконец-то не каждый день плохой день. Самое главное, я вижу детей, которые больше не прячутся в своих спальнях, желая быть запертыми от мира. Это все биохимия? Точно нет. Но является ли он в значительной степени биохимическим? Абсолютно!

При депрессии часто бывают случаи, когда консультирование и помощь с руководством в направлении улучшения образа мышления очень полезны. Ксантоны мангостина также могут помочь сбалансировать химический состав мозга. Есть и другие натуральные добавки, которые могут помочь. Например, статья в

Архивах общей психиатрии предполагает, что дефицит омега-3 жирных кислот является «недостающим звеном», которое может объяснить, почему пациенты с большой депрессией подвержены повышенному риску как развития сердечно-сосудистых заболеваний, так и смерти от них.^{37,38}

Синдром повышенной кишечной проницаемости также был первопричиной во многих случаях давления из-за общего воздействия, которое он оказывает на печень, и правильного использования аминокислот, участвующих в серотонине через связь аминокислоты с триптофаном (это то, что я называю печенью). - кишечная связь). В этом случае уровень сахара в крови не контролируется из-за неспособности печени контролировать уровень сахара посредством его влияния на функцию инсулина поджелудочной железы. Мы часто никогда не задумываемся о влиянии низкого уровня сахара в крови на депрессию и перепады настроения, которые вызывают у нас гнев и депрессию одновременно. Связь между печенью и поджелудочной железой связана не только с высоким уровнем сахара в крови (диабет), но и с гипогликемией (низкий уровень сахара в крови). Я много лет думал, что многие люди, совершившие самоубийство, насильственные преступления или находящиеся в психиатрических больницах, имеют низкий уровень сахара в крови и часто ничего больше. Все это может быть связано со связью между печенью и поджелудочной железой.

Токсичность в организме приводит к неспособности печени обезвреживать кровь и лимфу и может привести к многочисленным последствиям для организма. В конечном счете токсины накапливаются в жировых тканях тела, включая мозг и клетки центральной нервной системы. Сохраненные токсины могут медленно высвобождаться в кровь, способствуя развитию многих хронических заболеваний, включая депрессию. Дисбаланс кортизола может нарушить метаболизм сахара в крови, вызывая у вас слабость, усталость и плохое самочувствие. Избыток кортизола также может нарушать режим сна и усугублять недосыпание, что может вызвать тяжелую депрессию **39, 40, 41, 42, 43, 44 Э 1.**

Вам нужно помнить о Тинисе: у меня были пациенты, настолько

подавленные, что они были склонны к суициду. Одни были детьми, другие взрослыми, и всем им стало лучше, если они выпили сок мангустина. Это изменило мою депрессию и депрессию моих пациентов, и теперь у вас есть лучшее представление о том, как это работает в организме, чтобы освободить разум от этой ужасной нематериальной болезни, известной как депрессия.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Подросткам следует выпивать 3 унции сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

25. Дивертикулярная болезнь

У многих людей в толстой кишке есть небольшие мешочки, которые выпячиваются наружу через слабые места, как внутренняя камера, протыкающая слабые места в шине. Один мешочек называется дивертикулом; множественные мешочки называются дивертикулами. Их наличие — это состояние, которое мы называем дивертикулезом. Около 10 процентов американцев старше 40 лет страдают дивертикулезом. Состояние становится более распространенным с возрастом; почти половина всех людей старше 60 лет имеют дивертикулез. Как только мешочки инфицируются или воспаляются, состояние называется дивертикулитом. Это происходит в 10-25 процентах случаев. Дивертикулез и дивертикулит также называют дивертикулярной болезнью, что также является термином, используемым для описания дисбаланса бактерий в пищеварительном тракте.

В здоровом кишечнике вы ожидаете найти около трех фунтов бактерий, причем так называемые «дружественные» бактерии составляют в лучшем случае треть населения. В худшем случае, особенно после длительного приема антибиотиков или многолетней диеты с высоким содержанием рафинированных продуктов и сахара, уровень полезных бактерий может быть настолько низким, что их практически невозможно отследить. Связи с окружающей средой в системе ЖКТ могут играть ключевую роль как в росте, так и в прогрессировании заболевания.

Болезнь раздраженного кишечника (ВЗК), как полагают, развивается как «кишечная» реакция на дисбиоз кишечника, что означает хронический дисбаланс микробной флоры, запускающий цепь патогенных явлений.

В общем, дивертикулез — это внутреннее состояние кишечника, которое хорошо реагирует на ксантоны мангустина, прежде всего потому, что это состояние носит воспалительный характер и часто вызывается паразитами и перенасыщением бактериями — всем этим способствующим факторам препятствует ксантоны мангостина.

Моя рекомендуемая порция

Выпивайте 1 целую бутылку сока мангустина в день вместе с галлоном очищенной воды в течение трех недель. После третьей недели пейте от 2 до 3 унций сока три раза в день.

26. Экзема

Если вы страдаете от экземы, вам, вероятно, давали почти все виды кремов для местного применения, которые когда-либо были известны. Немногие понимают, что желудочно-кишечный тракт является основным источником кожных заболеваний. Внутренняя оболочка желудочно-кишечного тракта является самой большой иммунореактивной поверхностью в организме, размером с небольшой теннисный корт. В желудочно-кишечном тракте эта поверхность неоднократно подвергается воздействию частиц пищи, бактерий, дрожжей и других токсинов, которые вызывают - воспалительные реакции, такие как экзема. Исследователи обнаружили, что у пациентов с экземой гораздо выше частота желудочно-кишечных расстройств.⁴⁵

Ксантоны в *Garcinia mangostana* обладают противовоспалительным действием и, кроме того, убивают микробы, такие как дрожжи, бактерии и грибки. Когда ксантоны мангустина употребляются ежедневно, начинают происходить удивительные вещи; ваше тело начинает исцеляться почти мгновенно. Многие из моих пациентов сообщали мне, что после первой унции этого очень эффективного сока они чувствовали

тепло в своем теле.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день. В качестве местного лечения можно использовать следующую процедуру: налейте сок мангустина в неглубокую емкость, затем оставьте сок на открытом воздухе на пару дней. Если оставить сок на воздухе, вода из фруктов испарится и останется паста, которую можно наносить на кожу.

27 Эпштейн-Барр

Вирус Эпштейна-Барра, обычно называемый EBV, является членом семейства вирусов герпеса и одним из наиболее распространенных вирусов человека. Вирус встречается во всем мире, и большинство людей заражаются ВЭБ в какой-то момент своей жизни. В Соединенных Штатах инфицировано до 95 процентов взрослых в возрасте от 35 до 40 лет.

Младенцы становятся восприимчивыми к ВЭБ, как только - исчезает защита материнских антител (присутствующая при рождении). Инфекция, вызванная ВЭБ, часто встречается в детстве, но обычно ее нельзя отличить от других легких кратковременных детских заболеваний, поскольку она не вызывает никаких симптомов. В США и других развитых странах многие люди заражаются ВЭБ не в детстве, а в подростковом или юношеском возрасте, когда он вызывает инфекционный моноклеоз в 35-50% случаев.

Эпштейн-Барр атакует иммунную систему и может повредить ее. Поскольку это вирус, организм потратит много энергии на борьбу с этим чужеродным захватчиком тела. В конце концов, токсины, которые он производит, изнашивают печень, и нормальная детоксикация, которую обычно обеспечивает печень, становится недоступной. Печень и лимфатическая система пытаются взять на себя то, с чем печень не может справиться, и вовлекается кожа.

Начинают появляться триггерные точки, и у вас могут развиваться два состояния: фибромиалгия и синдром хронической усталости .

Широкое использование антибиотиков для лечения Эпштейна-Барра вызвало эрозию слизистой оболочки толстой и тонкой кишки из-за уничтожения полезных или дружественных бактерий, обнаруженных в толстой кишке, — защитного механизма кишечника и матрикса.

Как могут помочь ксантоны мангостина? Ну, они противовирусные и помогают укрепить иммунную систему. Они детоксифицируют печень и помогают вылечить синдром повышенной кишечной проницаемости, и это всего лишь пара примеров. Сок мангостина — мощный природный антибиотик ; разница в том, что это не вызовет широко распространенного повреждения , которое наносят фармацевтические антибиотики.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать 1 порцию сока мангостина в день. Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангостина в день.

28 Усталость

См. раздел о синдроме хронической усталости (СХУ).

Фибромиалгия

По оценкам, десять миллионов американцев страдают от фибромиалгии. Я, как и многие другие, считаю, что это болезнь, связанная с питанием. Фибромиалгия — это многогранное состояние, которое неразрывно связано со многими частями матрикса. Для многих людей это состояние делает нормальную жизнь почти невозможной.

Сопутствующие симптомы включают нарушения сна, проблемы с пищеварением , беспокойство и депрессию, головную боль и - чувствительность окружающей среды к токсинам, аллергенам, шуму и температуре. Высокий уровень аминокислоты гомоцистеина был обнаружен у людей с диагнозом фибромиалгия.

⁴⁶ Этот единственный факт является хорошим индикатором того, что печень не функционирует должным образом. Печень очень зависит от нормальной функции кишечника, особенно тонкого кишечника. Синдром раздраженного кишечника (СРК) встречается

у 30-70% людей с диагнозом фибромиалгия.

Ксантоны, обнаруженные в *Garcinia mangostana*, оказались одними из самых мощных противовоспалительных средств для желудочно-кишечного тракта. Они лечат печень и, таким образом, способствуют нормальному балансу аминокислот. Люди с СРК должны быть проверены на кишечную проницаемость, наличие паразитов и бактериальное заражение кишечника. Разве не интересно, что люди с фибромиалгией имеют те же проблемы, что и люди с СРК? Когда бактерии, грибки, паразиты, пищевые токсины и тяжелые металлы атакуют желудочно-кишечный тракт, может возникнуть гипертоксичность печени, приводящая к боли в триггерной точке, которая хорошо задокументирована при фибромиалгии.

Постоянная деградация кишечника и печени организма приводит к клеточному окислению, что также снижает энергию у человека с фибромиалгией. Одной из наиболее частых жалоб пациентов с фибромиалгией, как и у пациентов с хронической усталостью, является упадок сил. Ксантоны являются мощными и очень эффективными антиоксидантами и помогают восстановить клеточное здоровье и энергию. По моему опыту работы с пациентами с фибромиалгией во всем мире, ксантоны мангустина устраняют все эти распространенные причины заболеваний кишечника, которые приводят к этому токсическому заболеванию, вызывающему боль у многих людей.

При ежедневном употреблении мангустин действует как детоксикатор тяжелых металлов, убивает грибки и бактерии, лечит воспаление кишечника, позволяет печени вырабатывать антиоксиданты с нормальной скоростью и просто атакует каждую предполагаемую причину этой ужасной и изнурительной болезни.

47 • 48,49,50 • 51,52,53,54,55

Моя рекомендуемая порция

унции 3 раза в день

30 Грибковые заболевания

Существует несколько, если таковые имеются, более важные микробные токсины, вызывающие синдром повышенной кишечной проницаемости, чем пролиферация патогенных грибов в тонком и толстом кишечнике. Основной причиной этого является чрезмерное использование антибиотиков без должного соблюдения режима установления нормальной флоры. Более 500 видов бесценных бактерий уничтожаются одновременно со слизистой оболочкой тонкой и толстой кишки, разъедаемой тальком - прописанных антибиотиков.

В результате тонкий кишечник больше не может препятствовать всасыванию нежелательных токсинов, а печень становится чрезвычайно перегруженной. *Candida albicans*, токсичный грибок, будет производить микотоксины, которые разрушают поверхность тонкой и толстой кишки, усугубляя проблему. Вскоре это становится порочным кругом, который приводит к разрушению матрицы внутри тела. Например, при аутизме нарушение кишечной проницаемости может служить общей причиной для объяснения результатов, связывающих аутизм с аутоиммунными нарушениями, пищевой аллергией, дисбалансом желудочно-кишечного тракта, чрезмерным ростом бактерий и грибов, а также дефицитом важных питательных веществ, таких как магний, цинк и триптофан. .

Теперь хорошие новости: ксантоны обладают противовоспалительным действием. Они начинают помогать обратить вспять ущерб, нанесенный желудочно-кишечному тракту чрезмерным использованием антибиотиков. Ксантоны мангустина также являются противогрибковыми и использовались в этом качестве на протяжении сотен, если не тысяч лет, коренными народами по всему миру.

В целом ксантоны мангустина позволяют организму строить свою систему самозащиты, просто спасая нормальные полезные бактерии или флору от уничтожения антибиотиками. Означает ли это, что нет необходимости заменять нормальную флору каким-то пробиотиком? Нет, это означает, что если вы использовали

антибиотики , вам нужно заменить флору, а затем постараться уничтожить вредные бактерии или грибки чем-то мощным, например, ксантоны мангустина. Его ежедневное употребление будет иметь большое значение для устранения грибковых поражений и всего каскада кишечно-печеночных нарушений, возникающих в результате грибковых поражений желудочно-кишечного тракта.

При использовании сока мангустина для лечения грибка я рекомендую не превышать рекомендуемое количество (см. ниже), так как сок содержит натуральные сахара, которыми могут питаться грибки. Однако польза от ксантонов перевешивает потенциальный риск, связанный с природными сахарами в соке. Я с готовностью предлагаю использовать другие натуральные травы и средства для завершения процесса заживления при этом заболевании.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 3 унции сока мангустина в день.

31.Гастрит

Воспаление желудка может быть обычным явлением, обычно вызванным низкой секрецией желудочного сока и снижением содержания антиоксидантов в буферном слое желудка. Нормальный уровень кислоты в желудке имеет основополагающее значение для пищеварения и усвоения. Многие клинические состояния возникают из-за пониженной кислотности желудка. Секреция кислоты уменьшается с возрастом; пониженная кислотность желудка обнаруживается более чем у половины пациентов старше 60 лет. Часто считается, что низкий уровень кислоты в желудке вызван американской диетой.

Было обнаружено, что употребление жидкости во время еды вымывает желудочную кислоту, оставляя желудок и тонкий кишечник восприимчивыми к воспалению из-за бактериальной инфильтрации. Инфильтрация бактерий в обычно свободную от бактерий среду желудка приводит к воспалению слизистой оболочки желудка и снижению продукции кислот париетальными

клетками, вырабатывающими соляную кислоту.

Было подсчитано, что более 12 миллионов мужчин, женщин и детей страдают от желудочных заболеваний, которые, как теперь полагают, напрямую связаны с бактериями *Helicobacter pylori*. Также было обнаружено, что *H. pylori* напрямую связана с раком желудка и детской хронической болью в животе.^{56,57}

Считается, что 90% больных язвой двенадцатиперстной кишки и 70% больных язвой желудка заселены этими бактериями.⁵⁸ Интересным фактом является то, что *H. pylori* — единственные известные бактерии, которые могут жить в высококонцентрированной кислоте желудка и других областях. Хорошей новостью является то, что ксантоны являются мощными антибактериальными и противовоспалительными средствами.

Еще одна хорошая новость заключается в том, что у нас есть ксантоны, которые блокируют размножение или колонизацию бактерий, которые пытаются захватить тонкую кишку, когда кислотность желудка больше не преобладает в качестве сдерживающего фактора для бактерий. Мы все должны пить больше воды, но очень важно не запивать пищу жидкостями. Нам нужна вся сила желудочной кислоты, чтобы проникнуть в тонкую кишку и убить любые бактерии, которые могут закрепиться в тонкой кишке.

Бактерии, такие как *H. pylori*, не имеют шанса нанести вред, когда мы ежедневно пьем мощное антибактериальное средство, такое как мангустин. Эта ежедневная защита позволяет печени продолжать нормально функционировать, а поскольку печень контролирует такие вещи, как нормальная функция поджелудочной железы, организму легче сбалансировать уровень сахара в крови.

Нормальная функция печени также дает организму лучшую защиту от опухолей, развивающихся в организме. Дисбаланс аминокислот не возникает так легко, если печень функционирует нормально, и тогда у нас есть баланс таких веществ, как триптофан и серотонин. При этом перепады настроения и циклы сна уравниваются.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день.

32ГЭРБ (гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь)

Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь, часто называемая ГЭРБ или кислотным рефлюксом, представляет собой состояние, при котором жидкое содержимое желудка регургитирует (забрасывается) в пищевод. Жидкость из шин может вызвать воспаление и повредить слизистую оболочку пищевода, что делает практически невозможным прием пищи без сильной боли. В профессии хиропрактика кислотный рефлюкс лечится путем коррекции среднего спинного позвонка и проверки отсутствия грыжи пищеводного отверстия диафрагмы. Беременные женщины часто подвержены этому заболеванию, так как желудок - вдавливаются в сфинктер в верхней части желудка, где соединяется пищевод, позволяя кислоте из желудка попасть в пищевод и обжечь его.

ГЭРБ может быть вызвана бактериями *Helicobacter pylori*. *H. pylori*, от которой страдают более 12 миллионов американцев, вызывает такие состояния, как гастрит, ГЭРБ, пептические язвы и язвы двенадцатиперстной кишки.⁵⁹ Инфекция *H. pylori* также связана с увеличением числа детей с хроническими болями в животе и, как полагают, вызывает рак желудка.⁶⁰ Бактерии *H. pylori* уникальны тем, что являются единственными бактериями, способными жить в очень кислой среде желудка.

Если желудок находится в состоянии гипохлоргидрии (пониженной кислотности), это позволит тонкой кишке стать переполненной бактериями, что приведет к синдрому повышенной кишечной проницаемости. Важно помнить, что сок мангустина — это натуральный сок, который может воздействовать на эту агрессивную бактерию у детей. Так много маленьких детей имеют жалобы на желудок, что мы часто отмахиваемся от них как от

простой боли в животе, хотя на самом деле это может быть началом некоторых серьезных осложнений . *H. pylori* часто становится еще более серьезным заболеванием , таким как рак желудка, у взрослого населения.

В моих путешествиях по миру у меня были очень интересные - реакции на сок мангустина. Одно из них было от женщины, которая была президентом радиостанции и брала у меня интервью о мангустине. Во время интервью она попробовала 1 или 2 унции сока, а после того, как интервью закончилось, она бросилась ко мне в свой офис, чтобы сказать мне, что ее ГЭРБ прошел! Затем она рассказала мне, как она принимала «фиолетовые таблетки» более двух лет с небольшими результатами, если таковые вообще были. На прошлой неделе она почти не ела, потому что ей было очень больно, а теперь она хотела пойти поесть, потому что почувствовала такое облегчение! Это произошло в двух радиоинтервью и в бесчисленном количестве других случаев.

Ксантоны мангостина много раз тестировались в лабораториях по всему миру, особенно в Японии, и было обнаружено, что они убивают раковые клетки; их антибактериальные возможности хорошо известны.

Также помните, что желудок с пониженной кислотностью не может правильно расщепить съеденную пищу, и эти непереваренные частицы пищи либо не усвоятся, либо пройдут через тонкий кишечник и вызовут пищевую аллергию и, возможно, аутоиммунные реакции в организме. Еще одна вещь, которую следует помнить о нехватке кислоты в желудке, заключается в том, что нормальный избыточный поток кислоты из желудка в тонкую кишку обычно убивает нежелательные и потенциально опасные бактерии, которых там быть не должно. Это увеличение количества бактерий в тонкой кишке вызовет эрозию тонкой кишки и приведет к LGS (синдрому повышенной кишечной проницаемости), который повреждает матрикс по всему телу.

Помните, что лучшая профилактика – это сама профилактика! Ксантоны мангустина могут убивать бактерии; они могут помочь покончить с воспалением желудка и слизистой оболочки

кишечника, а также детоксифицировать печень.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать по 1 унции сока мангустина три раза в день. Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день.

33 Непереносимость глюкозы

Знаете ли вы, что высокие уровни тяжелых металлов могут вызвать ускоренное развитие диабета 2-го типа? Титис интересен - тем, что показывает, как матрица взаимодействует с телом. Другой интересный факт заключается в том, что хром, питательное вещество, которое помогает людям с непереносимостью глюкозы лучше реагировать на высокий уровень сахара в организме, снижает реакцию на глюкозу у людей с более высоким его уровнем и усиливает глюкозу у людей с более низким уровнем. Хром также помогает инсулину связываться с рецепторными клетками, предотвращая развитие резистентности организма к инсулину. Итак, какое отношение все это имеет к мангустину и диабету?

Одним из путей неблагоприятного истощения запасов хрома - является это ужасное состояние, известное как стресс. Стресс может истощить запасы хрома в организме. Стресс — одна из основных вещей, которую ксантоны хорошо уравнивают — они даже лучше, чем зверобой. Высокий уровень сахара также может сильно повлиять на уровень хрома.

Приятно знать, что ксантоны мангустина помогают сбалансировать уровень сахара, помогая клеткам быть более восприимчивыми к инсулину и, таким образом, помогая регуляции гликемии. По моему мнению, увеличение окисления, токсичности и воспаления жиров (липидов), составляющих клеточные мембраны, является основным путем, благодаря которому организм становится резистентным к инсулину. Ксантоны способны помочь клеточным мембранам реагировать на инсулин, действуя как мощные ингибиторы свободных радикалов. Дефицит цинка часто связан с избыточным действием свободных радикалов.

Чего большинство людей не знает, так это того, что диабет связан с множеством других заболеваний, таких как болезни сердца, неврологические заболевания, окислительные и воспалительные повреждения во всем организме. Просто ежедневно выпивая этот напиток, вы можете защитить свой организм от долговременного разрушения.

Моя рекомендуемая порция

унции 3 раза в день

34Подагра

Подагра является одним из самых распространенных заболеваний в мире и возникает в результате накопления токсинов в суставах. Это может быть вызвано плохим пищеварением и ослабленным кишечником, что приводит к накоплению непереваренной пищи и накоплению отходов. Плохое пищеварение позволяет токсинам накапливаться в организме, а проблемы с толстой кишкой позволяют токсинам достигать суставов. Она известна как болезнь богатых из-за своей истории, но подразумевает, что пища и пищеварение имеют непосредственное отношение к ее происхождению. Есть много причин этого заболевания, но неправильное питание и использование некоторых лекарств, применяемых при повышенном артериальном давлении, являются двумя из основных причин.

Подагра обычно возникает у мужчин старше 40 лет и вызвана повышенным уровнем мочевой кислоты в крови, которая образует кристаллы в суставах. Иммунная система реагирует на эти кристаллы как на чужеродные вейдеры. Сустав, в результате, воспаляется и болит. Подагра является одной из наиболее распространенных форм артрита (воспаления суставов). Он проявляется в виде острого приступа, часто возникающего в одночасье; сильная боль и отек затрагивают сустав в течение 12–24 часов. Кожа над суставом может быть красной и блестящей из-за отека. Подагра обычно развивается в суставе первого пальца стопы (большого пальца, или большого пальца стопы). К частым симптомам относятся следующие: воспаление, боль, покраснение,

скованность и отек.

Воспалительный характер подагры делает ее хорошим кандидатом для лечения соком мангустина, а тот факт, что она обычно связана с плохим питанием и пищеварением, также подразумевает, что она во многом связана с воспалением кишечника. Связь между избытком токсинов в рационе, повышенной кишечной проницаемостью и связанной с этим интоксикацией печени привела меня к мысли, что ксантоны сока мангустина идеально подходят для основных причин подагры. Как вы, наверное, уже знаете, лекарства, которые нам часто дают, могут вызвать окислительное повреждение суставов большого пальца ноги и вызвать симптомы, похожие на подагру. По этой причине я рекомендую пить сок мангустина, пока вы принимаете лекарства, чтобы предотвратить повреждение свободными радикалами.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина три раза в день.

353 Заболевание десен

Заболевания десен пародонта связаны с проблемами резорбции кости и заболеваниями пародонта. Также были проведены исследования, показывающие, что высокие уровни гормонов надпочечников, таких как кортизол, могут вызывать прогрессирование этого состояния у женщин.⁶¹

Высокий уровень кортизола еще раз указывает на высокий уровень стресса в жизни человека. Ксантоны действуют как мощные балансировщики химических веществ мозга, таких как серотонин. Простая неправильная чистка зубов может вызвать заболевание десен, и в этом случае лучшим лечением является правильная чистка зубов щеткой и зубной нитью. Однако если такое состояние существует, то простое полоскание рта соком мангустина в течение 5–10 минут будет очень полезным. Также желательно одновременно использовать зубную щетку, чтобы фактически стимулировать десны, пока сок находится во рту.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день.
Взрослым следует выпивать 3 унции сока мангустина в день.

Тиреоидит Хашимото

Тиреоидит Хашимото — это разновидность аутоиммунного заболевания щитовидной железы, при котором иммунная система атакует и разрушает щитовидную железу. Щитовидная железа помогает установить скорость метаболизма — скорость, с которой организм использует энергию. Хашимото предотвращает выработку головкой полового члена достаточного количества гормонов щитовидной железы для правильной работы организма . Это наиболее распространенная форма гипотиреоза (при активной щитовидной железе).

Я считаю, что многие заболевания щитовидной железы являются аутоиммунными заболеваниями, вызванными синдромом повышенной кишечной проницаемости. Ксантоны мангостина помогают излечить тонкую кишку, тем самым помогая устранить аутоиммунные заболевания, такие как тиреоидит Хашимото. Гормоны щитовидной железы являются основными регуляторами обмена веществ в организме, и их дефицит может привести к серьезным последствиям для общего состояния здоровья. Щитовидная железа контролирует метаболизм углеводов, белков, жиров и витаминов; митохондриальная функция; пищеварительный процесс; мышечная и нервная деятельность ; кровоток; использование кислорода; гормон секреции; сексуальное и репродуктивное здоровье; и многие другие физиологические процессы организма.

Большинству из этих процессов можно каким-то образом помочь, принимая напиток из мангустина. Питательные вещества сока замедляют гибель клеток, в том числе эритроцитов, которые переносят кислород к клеткам. Сексуальная дисфункция может значительно усилиться, если гормоны надпочечников вышли из равновесия и человек находится в состоянии стресса. Опять же, мангустин может принести пользу при этом симптоме дисбаланса щитовидной железы . Вы можете увидеть, как дефицит

щитовидной железы может изменить всю матрицу тела и как дефицит можно исправить, просто ежедневно выпивая напиток из мангустина.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

Головная боль

Как мануальный терапевт более 30 лет я ежедневно работаю с людьми, страдающими головными болями. Я был директором клиники Института головной боли и мигрени в штате Юта, где мы лечили пациентов с помощью сочетания функциональной медицины и биомеханического ухода, или, как мы любим называть это в терминах хиропрактики, «старой доброй корректировки».

Мигрени давали разные названия, но, на мой взгляд, они все одинаковые. Головная боль есть головная боль. Существуют разные причины, и с точки зрения биохимии или функциональной медицины головная боль — это сложное состояние, которое должен лечить тот, кто понимает сложность случая.

Слишком много лет врачи-аллопаты давали пациентам обезболивающие, чтобы скрыть симптомы головной боли. Это имеет такой же смысл, как и отрезать палец на ноге только потому, что он болит. Головные боли не появляются без причины. Успокаивающие боли только продлевают проблему. Те из вас, кто страдал от головных болей, знают, о чем я говорю. Когда действие препарата прекращается, боль возвращается!

Первое, что вы должны сделать, когда дело доходит до головных болей и мигрени, — это обратиться к мануальному терапевту, потому что по крайней мере от 50 до 80 процентов обоих состояний усугубляются смещением шейного позвонка. Остальные от 20 до 50 процентов головных болей вызваны либо воспалением, либо физиологическими изменениями в матрице тела.

Многие исследователи обнаружили, что до 70 процентов головных болей могут быть связаны с аллергическими реакциями

на пищу.⁶² Было обнаружено, что аминокислоты также играют роль в головных болях.⁶³ Нарушение баланса жирных кислот — это то, что я считаю одной из основных причин головной боли воспалительного типа. Несколько незаменимых жирных кислот влияют на выработку гормоноподобных веществ простагландинов, которые подпитывают воспаление и, таким образом, участвуют в увеличении различных головных болей.^{64,65,66}

С биомеханической точки зрения я считаю, что воспаление может быть большой частью источника головной боли. Воспаление является лишь частью сценария после того, как возник механический комплекс или комплекс подкиксации (неправильного выравнивания), или когда спинные позвонки - начинают защемлять корешки спинномозговых нервов. Пройдите хорошее обследование у хиропрактики, сделайте рентген и посмотрите, нужна ли вам хиропрактика.

Сок мангустина с его ксантонами — лучший продукт, который у меня есть.

Когда-либо видели, чтобы помочь воспалению спинного подвывиха. Что, если головная боль не просто механическая? Что, если он более биохимический ? Тогда что мы делаем? Настало время обнаружить ту часть матрицы, которая не работает должным образом. Вы уже видели, что исследования связывают многие причины головной боли с такими вещами, как выработка простагландинов. В таком случае вам, как правило, дадут лекарство, чтобы блокировать боль и воспаление.

Лекарства, такие как Vioxx, который является ингибитором ЦОГ-2, могут повредить вашу печень, почки и сердце или повысить риск развития ишемической болезни сердца. Хорошая новость заключается в том, что ксантоны мангового дерева не повредят вашему сердцу или печени и могут блокировать боль и отек. Вы можете задаться вопросом, лечите ли вы состояние и устраняете проблему или просто прикрываете ее временным решением.

Я говорю своим пациентам, что если у вас дефицит жирных кислот, у вас будут воспалительные вспышки, поэтому лучше всего

сбалансировать свое питание. Очень трудно сказать, насколько низкое содержание жирных кислот содержится в вашем теле; это то, что мы тестируем в функциональной медицине. Выпивая сок мангустина каждый день, вы снабжаете свой организм питательными веществами, которые также избавляют от воспалений.

Было показано, что таурин, аминокислота, обнаруженная в тромбоцитах клеток крови, повышена во время мигрени. Серотонин, также продукт аминокислоты под названием триптофан, играет ключевую роль в мигрени, связанной с тромбоцитами. Нормальную функцию печени можно предсказать по нормальной работе кишечника, и она может быть ключевым фактором нормального уровня аминокислот в организме. Вы видите связь? Вылечите кишечник, сбалансируйте функцию печени и вырабатывайте нормальный уровень аминокислот, что, в свою очередь, может помочь уменьшить головные боли, когда вы пьете мангустин!

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

Токсичность тяжелых металлов

В начале 20-11^{века} возникла проблема токсичности тяжелых - металлов. Углеводороды и токсичные химикаты, включая краску на основе свинца и все другие продукты на основе нефти, которые были разработаны для индустрии пластмасс, привели к загрязнению планеты.

Эта токсическая перегрузка находится в воздухе, которым мы дышим, в воде, которую мы пьем, и в пище, которую мы едим. Он также содержится в пломбах из амальгамы в наших зубах. Конечным результатом является отравление тяжелыми металлами.

Воздействие свинца на детей в низких концентрациях является одним из основных причин нарушения. Вот некоторые признаки возможного воздействия свинца в малых дозах:

СДВГ/СДВГ

поведенческие проблемы
снижение иммунной функции
отставание в развитии
снижение умственных способностей
проблемы роста
потеря слуха
гормональные проблемы
гипертиреоз
уменьшенный баланс
медленное время отклика
васкулит

Есть сообщения, что ксантоны могут детоксифицировать тяжелые металлы. Способность выводить тяжелые металлы в сочетании с тем фактом, что противовоспалительные свойства мангустина удерживают организм от поглощения токсичных элементов через тонкий кишечник, делает его мощным защитником.

Ксантоны, по-видимому, полезны и по-другому. Хорошо задокументирован тот факт, что свинец вызывает свободнорадикальное или окислительное повреждение организма. Поскольку ксантоны являются превосходными антиоксидантами, они способны уменьшать или устранять повреждения, вызванные окислительным стрессом, вызванным свинцом.

Также было обнаружено, что мелатонин является мощным профилактическим средством против повреждения свободными радикалами от свинца.⁶⁷ Это важно для действия ксантонов мангостина из-за взаимосвязи между печенью, уровнями триптофана, серотонина, мелатонина и кортизола; эта взаимосвязь и есть то, что мы называем осью НРА (гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая). Ксандионы влияют на различные интегральные аспекты оси НРА, тем самым снижая риск депрессии, панических расстройств и других эмоциональных взлетов и падений, вызванных нарушением баланса мелатонина, триптофана или серотонина.

Ксантоны действуют как средства для снижения стресса гораздо

эффективнее, чем зверобой, и без многих побочных эффектов, которые зверобой проявляет у женщин, принимающих противозачаточные средства.

Моя рекомендуемая порция

Младенцы должны выпивать 1 унцию сока мангустина в день. Дети должны выпивать, в зависимости от возраста, от 1 до 3 унций сока манго-стена в день. Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока манго в день.

Гепатит С

Гепатит С — это вирус (ВГС), вызывающий воспаление печени. Это наиболее распространенная хроническая инфекция, передающаяся через кровь, в Соединенных Штатах. По данным Центров США по контролю и профилактике заболеваний, примерно 1,8 процента населения США, или 3,9 миллиона американцев, были инфицированы вирусом. Прогнозируется, что ежегодно в Соединенных Штатах будет происходить около 35 тысяч новых случаев гепатита С.

Поскольку гепатит С является вирусной инфекцией, ксантоны *Garcinia mangostana* могут оказывать на него положительное влияние. Ксантоны являются хорошим усилителем иммунной системы. Они также очищают печень и повышают ее способность функционировать более эффективно. Другим фактом, который следует учитывать, является способ, которым сок мангустина улучшает матрицу в целом, что является хорошей причиной пить сок независимо от того, является ли гепатит С фактором или нет.

Помните, что ксантоны мангустина являются противовирусными и могут излечивать кишечник, улучшать работу печени, уменьшать воспаление и уменьшать окислительный стресс в клетках организма и клеточных митохондриях. (электростанция каждой клетки). Что еще вы могли бы попросить? Имеет смысл ежедневно пить сок мангустина, чтобы организм был достаточно сильным, чтобы бороться с ВГС и тем ущербом, который он может нанести организму.

На мой взгляд, сок может многое сделать для укрепления иммунной системы и, возможно, даже помочь вылечить некоторые повреждения печени, вызванные вирусом. Считаю ли я, что он может полностью излечить организм от этой болезни? Только время покажет, но опять же, он отлично подходит для построения и укрепления матрицы тела.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

Опоясывающий герпес (опоясывающий лишай)

Опоясывающий лишай — это кожная сыпь, вызванная тем же вирусом, который вызывает оспу кур, вирусом *ветряной оспы*. После того, как человек переболел куриной оспой, этот вирус живет в нервах и никогда полностью не выводится из организма. При определенных обстоятельствах, таких как эмоциональный стресс или иммунодефицит (из-за СПИДа или химиотерапии), вирус реактивируется, вызывая опоясывающий лишай. Однако в большинстве случаев причину реактивации вируса так и не находят. Вирус герпеса *Ihc*, вызывающий опоясывающий лишай и ветряную оспу, отличается от вируса герпеса, вызывающего генитальный герпес (который может передаваться половым путем) и герпетические язвы во рту.

Понимание связи матрикса и ксантона имеет первостепенное значение для понимания того, как фитохимические вещества мангустина могут так хорошо работать при таком заболевании, как опоясывающий лишай. Недостаточно просто сказать, что это, скорее всего, поможет; вы должны быть в состоянии понять, как это помогает, а затем быть готовым сообщить о процессе человеку, с которым вы делитесь этой информацией.

Внутри тела есть матрица (это было объяснено в начале книги); то, как на эту матрицу влияют ксантоны, является реальной проблемой при таком заболевании, как опоясывающий лишай. Итак, какова наиболее вероятная причина, по которой человек может заболеть этой болезнью? По моему многолетнему опыту,

это обычно наблюдается у людей с иммунодефицитом, у более слабых в обществе. Часто это пожилые люди и те, кто недоедал. Второй фактор, который следует учитывать, — это другие обстоятельства — обычно это стресс. Третье, что следует учитывать в связи с опоясывающим лишаем, - это диета человека, особенно чрезмерное потребление продуктов, содержащих простые сахара или рафинированные сахара; эти сахара повсюду в современной диете и ослабляют иммунную систему. Стресс, неправильное питание, загрязнители окружающей среды и возраст могут истощить иммунную систему и, таким образом, сделать ее восприимчивой к вирусам, таким как вирус опоясывающего герпеса.

Или ксантоны мангустина противостоят слабой иммунной системе на всех уровнях. Они лечат кишечник, который является неотъемлемой частью защитной системы, и уравнивают печень, обеспечивая лучшую детоксикацию, что, в свою очередь, снимает токсическую нагрузку с организма в целом и придает ему больше сил. Ксантоны мангостина помогают сбалансировать уровни триптофана и серотонина, которые играют большую роль в уменьшении стрессовых реакций. В общем, вы не ошибетесь, выпив сок мангустина, чтобы избавиться от опоясывающего лишая.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует пить по 1 унции сока мангустина три раза в день. Взрослым следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина из трех лаймов в день.

Гомоцистеин

Гомоцистеин является промежуточным продуктом аминокислоты, что означает, что он является частью процесса метаболизма аминокислоты метионина. Нормальное функционирование печени очень зависит от тонкой кишки. Если дырявый кишечник присутствует и сохраняется, он перегружает печень. Этот процесс происходит из-за того, что тонкая кишка слишком быстро выбрасывает слишком много токсинов в кровоток и, таким образом, перегружает печень.

Когда печень перегружена и испытывает дефицит витаминов группы В, она не может функционировать должным образом, и одним из конечных результатов является опасное биохимическое вещество, известное как гомоцистеин. Высокие уровни гомоцистеина будут рубцевать внутреннюю оболочку кровеносных сосудов, вызывать окислительное накопление холестерина ЛПНП, усиливать воспаление и вызывать потенциальную окклюзию сосуда.⁶⁸

Помимо того, что синдром повышенной кишечной проницаемости является причиной дисфункции печени, гомоцистеин имеет пищевой аспект. Дефицит витаминов В6 и В12, фолиевой кислоты, бетаина и серина также может привести к развитию гомоцистеина. Проблема возникает, когда вы смотрите на знания среднего человека о своем теле и питании. Большинство людей понимают сердечно-сосудистые заболевания как проблему холестерина. Мало кто понимает, что многих операций по шунтированию сердца, высокого кровяного давления и других сердечно-сосудистых заболеваний, вызванных гомоцистеином, можно было бы избежать с помощью лучшего питания.

Сок мангустина помогает уменьшить воспаление эндотелиальной оболочки (внутренней оболочки) артерий и вен. Это также детоксикант печени и целитель кишечника. Значит ли это, что вам не нужно принимать хороший комплекс витаминов группы В? Абсолютно нет, но многие люди не хотят или не могут принимать витамины. Многие люди даже не знают, что должны это делать, а другие просто недостаточно дисциплинированы, чтобы принимать витамины. Но большинство людей выпивают вкусный сок каждый день.

Ежедневно выпивая сок мангустина, средний человек, который не будет тратить время на подсчет таблеток и изучение того, какие из них принимать, очистит свою печень, которая необходима ей для правильной работы и снижения уровня гомоцистеина. Мангустин может помочь сбалансировать уровни аминокислот (гомоцистеин — это аминокислота) и снизить окислительный стресс, поскольку печень вырабатывает глутатион, который образуется из аминокислоты и является естественным антиоксидантом

организма. Это важно, потому что помогает сосудистой системе организма не разрушаться в результате повреждения свободными радикалами.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день.

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

Гормональный дисбаланс (мужской)

Гипогонадизм — это неспособность тестов вырабатывать достаточное количество тестостерона.⁶⁹ Ниже приведены некоторые из причин; Я также описал, как функции ксантонов могут противодействовать причинам гипогонадизма:

Лекарства . Первое, что я могу сказать о мужчинах и мужских гормонах, это то, что окислительный стресс или повреждение свободными радикалами, нанесенное мужскому организму лекарствами, может нарушить баланс мужских гормонов. Хорошая новость заключается в том, что употребление сока мангустина и повышенная защита от свободных радикалов могут компенсировать ущерб. **Гиперкортизолизм**. Повышение уровня кортизола может сильно повлиять на профиль мужских гормонов, что может иметь последствия для многих состояний, включая гипогонадизм, цирроз печени, нарушения липидного обмена, ожирение, рак предстательной железы и эмоциональные расстройства. Помните о воздействии ксантонов на организм и особенно об уровне стресса в организме; ксантоны уравнивают уровень кортизола, защищая от многих заболеваний, о которых я только что упомянул. Высокий уровень кортизола обычно вызывает истощение многих других гормонов в организме.

Аутоиммунное повреждение. Меня больше всего беспокоит аутоиммунное повреждение, которое повлияет на печень через кишечник и приведет к нарушению баланса уровней аминокислот и кортизола, что приведет ко многим состояниям, влияющим на мужские гормоны.

Потребление табака и алкоголя . Потребление табака и алкоголя лишает организм нормальной клеточной функции из-за того, что они вызывают повреждение свободными радикалами. Хорошо, что ксантоны мангустина являются мощными антиоксидантами.

Апноэ во сне — Апноэ во сне становится большим бизнесом. Существует множество причудливых тестов, которые стоят больших денег. Правда в том, что если мужчине не хватает сна, у него будет дисбаланс гормонов надпочечников и аминокислот, который повлияет на мужские гормоны. Я лично испытал силу мангостина в этой области. Я знаю не понаслышке, что он может сбалансировать мужские гормоны , на которые повлиял недостаток сна и вообще стресс. Мы говорили обо всех путях, по которым это происходит, и я знаю, что мангустин может помочь в этой области.

Гипогонадизм является результатом дисбаланса мужских гормонов, который чаще проявляется с возрастом. Подсчитано, что у половины всех мужчин старше 50 лет вырабатывается менее 50 процентов тестостерона, чем у более молодых мужчин.⁷⁰ Также было обнаружено , что низкий уровень тестостерона у мужчин может вызывать повышенный риск сердечно-сосудистых заболеваний.⁷¹

Было показано, что увеличение тестостерона повышает эректильную функцию и сексуальное либидо.⁷² Это интересные результаты, и правда в том , что когда матрица тела начинает разрушаться, мужское либидо также начинает снижаться, если только вы не излечите тело ксантонами мангустина. Это окажет положительное влияние на все аспекты , которые ослабляют матрицу и вызывают мужскую сексуальную дисфункцию.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым мужчинам следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день.

Гормональный дисбаланс (женский)

Женская гормональная система очень сложна, и если она выходит из равновесия, конечным результатом является разнообразная

группа симптомов. Жесткий баланс женской репродуктивной системы определяется несколькими гормонами — эстрадиолом, прогестероном, тестостероном, эстриолом, эстроном, прегненолоном и ДГЭА. Когда эти специфические гормоны выходят из равновесия, они негативно влияют на женский менструальный цикл, режим сна, либидо, перепады настроения и симптомы ПМС.⁷³

Стресс и потребление рафинированного сахара, по моему мнению, являются двумя основными причинами того, что женщины в наше время чаще испытывают ПМС и другие гормональные нарушения. Было обнаружено, что высокий уровень стресса снижает уровень половых стероидов, необходимых для нормального либидо и регулярности менструального цикла. Тинис возникает из-за высокого уровня кортизола.

Ксантоны мангостина помогают уменьшить стресс и высокий уровень кортизола. Поскольку ксантоны в мангустине обладают способностью регулировать работу печени и лечить кишечник, они также влияют на такие аминокислоты, как триптофан, который влияет на уровни мелатонина и серотонина в организме. Более того, дисбаланс гормона стресса кортизола связан с ожирением, депрессией, хронической усталостью и другими проблемами со здоровьем.

Ученые предполагают, что половые гормоны регулируют выработку мелатонина. Мелатонин обычно оказывает сильное антиоксидантное действие и имеет тенденцию ингибировать рост эстроген-зависимых опухолей. Я обнаружил, что ежедневное употребление сока мангустина помогает сбалансировать гормоны у женщин. Женщинам нужны ксантоны мангустина, чтобы помочь сбалансировать нарушенный уровень гормонов и, что наиболее важно, снизить вероятность возникновения опухолей.

Печень также отвечает за детоксикацию стероидов, и это осуществляется посредством детоксикации печени фазы 2. Нарушение фазы 2 детоксикации может иметь частичное влияние на циркуляцию стероидов в кровотоке, тем самым влияя на

самочувствие женщины и даже предотвращая предрасположенность к раку.⁷¹

Моя рекомендуемая порция

Взрослые женщины должны выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

44 Бактерии *Helicobacter Pylori* (*H. Pylori*)

Более 12 миллионов американцев страдают от таких состояний, как гастрит, пептическая язва и язва двенадцатиперстной кишки — состояния, напрямую связанные с присутствием бактерий *Helicobacter pylori*.⁷⁵ *H. pylori* также ассоциируется с увеличением числа детей с хронической болью в животе. Считается, что *H. pylori* вызывает рак желудка. Бактерии *Helicobacter pylori* уникальны тем, что являются единственными бактериями, способными жить в очень кислой среде желудка.

Примерно десять лет назад гастрит желудка предположительно был вызван чрезмерной секрецией кислоты в желудке. Из-за высокого содержания кислоты исследователи предположили, что слизистая оболочка желудка разрушается, что приводит к язве и раку желудка. Высокий уровень кислоты в желудке лечили антацидами, и были получены удовлетворительные результаты.

Затем исследователи обратили свое внимание на бактерии, известные как *H. pylori*, которые в настоящее время считаются основной причиной заболеваний желудка. Воспаление слизистой оболочки желудка было обнаружено в связи с *H. pylori*. В нескольких исследованиях более 90 процентов пациентов с язвой двенадцатиперстной кишки и 70 процентов пациентов с язвой желудка были инфицированы *H. pylori*.⁷⁶

Если желудок имеет гипохлоргидрию (пониженную кислотность), это приведет к тому, что тонкая кишка будет наводнена бактериями, что приведет к синдрому повышенной кишечной проницаемости.

Важно помнить, что сок мангустина — это натуральный сок,

который может воздействовать на эту агрессивную бактерию у детей. Так много маленьких детей имеют жалобы на желудок, что мы часто отмахиваемся от них как от простой боли в животе, хотя на самом деле это может быть началом некоторых серьезных осложнений. *H. pylori* часто становится еще более серьезным заболеванием, таким как рак желудка, у взрослого населения.

Ксантоны мангостина много раз тестировались в лабораториях по всему миру, особенно в Японии, и было обнаружено, что они убивают раковые клетки; их антибактериальные возможности хорошо известны.

H. pylori — это бактерия, которая может нанести вред здоровью любого, у кого она обнаружена; это разрушает слизистую оболочку желудка и снижает выработку желудочной кислоты. Желудок с пониженной кислотностью не может правильно расщеплять съеденную пищу, и эти непереваренные частицы пищи либо не усваиваются, либо проходят через тонкий кишечник и вызывают пищевую аллергию и, возможно, аутоиммунные реакции в организме

Еще одна вещь, которую следует помнить о нехватке кислоты в желудке, заключается в том, что нормальный выброс кислоты из желудка в тонкую кишку обычно убивает нежелательные и потенциально опасные бактерии, которых там быть не должно. Это увеличение количества бактерий в тонкой кишке вызовет эрозию тонкой кишки и приведет к LGS (синдрому повышенной кишечной проницаемости), который повреждает матрицу по всему телу.

Ксантоны мангостина могут убивать бактерии, устранять воспаление желудка и кишечника, а также очищать печень. Все начинается с первого глотка сока из плодов мангостина. Видите, какая хорошая профилактическая программа этот сок? Теперь, когда у вас есть более четкое представление о том, как это работает, вы можете быть уверены, что поделитесь им с теми, кто вас окружает, и с теми, кого вы любите больше всего.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангостина в день.

Взрослым следует выпивать от 2 до 6 унций сока мангустина в день.

Гиперактивность

См. раздел о СДВГ (синдроме дефицита внимания и гиперактивности).

Гипогликемия

Если и есть одна болезнь, с которой я хорошо знаком, так это гипогликемия. В начале 1970-х, когда я учился в Колледже хиропрактики в Давенпорте, штат Айова, со мной произошла странная вещь. Я часами учился и ел все, что клали передо мной. Мой уровень стресса был высоким. Я был полон решимости сделать все возможное в школе. Шли месяцы, и я заметил, что испытываю перепады настроения.

Я быстро устаю и чувствую, что мне нужно все больше и больше спать. Моя способность к учебе казалась затуманенной, и я все чаще чувствовал себя сбитым с толку. Затем однажды мой друг сказал: «Кен, я думаю, у тебя может быть гипогликемия». Я понятия не имел, о чем она говорит.

Она посадила меня на гипогликемическую диету на 48 часов и наблюдала, есть ли разница в том, как я себя чувствую и реагирую на стресс. Разница была поразительной. С того дня я обычно придерживаюсь диеты с высоким содержанием белка и низким содержанием углеводов. Я изменила свою диету, включив в нее больше сложных углеводов (например, хлеб из 12 зерен вместо выпечки и конфет). В конце концов я заменил конфеты фруктами и теперь даже свел фрукты к минимуму.

В настоящее время в сфере здравоохранения используется жаргон, который вы, возможно, не понимаете, например, «гликемический индекс» и «гликемические колебания». Эти термины связаны с ранним выявлением дисгликемии (дисбаланса сахара в крови в организме) и ее связи с метаболическими дисбалансами. Поддержание стабильного снабжения клеток глюкозой (энергетической «валютой» организма) жизненно важно для гомеостаза. Неспособность поддерживать регулярный контроль

уровня глюкозы может привести к многочисленным метаболическим заболеваниям, включая хроническую усталость, ожирение, сердечные заболевания, гипертонию и диабет, а также к многочисленным психическим и эмоциональным проблемам.

Гипогликемия, состояние уровня сахара в крови ниже нормы, постулируется как причина хронической усталости, а также, по-видимому, в основном способствует повышению утомляемости во время психологической работы.^{78.79} Постоянный дисбаланс сахара в крови, или дисгликемия, может как подпитывать, так и подпитываться окислительным стрессом. Это может привести к безжалостному, самовоспроизводящемуся циклу метаболического дисбаланса. В ответ на дефекты метаболизма инсулина и глюкозы высокие уровни глюкозы в крови или тканях могут вызвать мутацию белков, процесс, известный как гликирование или гликозилирование. Tiniis создает чрезвычайно вредные побочные продукты, называемые конечными продуктами расширенного гликозилирования (AGE).^{HO}

Основная физиологическая функция кортизола у здоровых людей состоит в том, чтобы повышать низкий уровень сахара в крови. Следовательно, достаточный уровень кортизола необходим для энергии и правильной реакции на стресс, но хронически - повышенный уровень может стимулировать непереносимость глюкозы.³¹ Tiniis – все это приводит к бесконечным скачкам уровня сахара в крови. Наша способность поддерживать сбалансированный уровень глюкозы во многом зависит от кортизола и стресса. Не только физиологический стресс, но и умственный или эмоциональный стресс, особенно при низком уровне сахара в крови.

Правильная диета важна — возможно, самая важная в данном случае, — и если вы не будете помнить об этом, вы обнаружите, что у вас воспалена поджелудочная железа, и вы будете предрасположены к диабету 2-го типа. Этот воспалительный процесс приводит ко многим другим заболеваниям, о которых редко думают как о части гипогликемии, но они ею являются. Это часть матричной связи, и ксантоны плодов мангустина могут остановить его. Воспаление поджелудочной железы, высокое

кровенное давление и непереносимость глюкозы — это лишь некоторые из конечных продуктов дисбаланса глюкозы.

Окислительный стресс является еще одним распространенным явлением в области нарушения регуляции уровня глюкозы. За прошедшие годы я обнаружил, что стресс поджелудочной железы из-за постоянной потребности поджелудочной железы в выработке инсулина приводит к выгоранию поджелудочной железы, и частично это выгорание связано со свободными радикалами. Я считаю, что многие жертвы рака поджелудочной железы относятся к типу А, люди в состоянии стресса, у которых есть преддиабетические тенденции (гипогликемия) и они перегружают свою поджелудочную железу, в результате чего она либо перегорает и становится диабетической, либо воспаляется и становится раковой.

Возможные ответвления в матрице многочисленны, но вам нужно помнить, что сок мангустина может многое сделать, чтобы не дать всему этому процессу выйти из-под контроля. Несмотря на то, что сок содержит фруктовые сахара, гипогликемики могут его переносить, потому что он является мощным антиоксидантом, уменьшает воспаление и уравнивает стрессовую реакцию кортизола, поэтому кортизол может нормально функционировать и при необходимости помогает снизить уровень сахара в крови. Но это не позволяет уровню кортизола стать слишком высоким и вызвать все связанные с этим повреждения. Если у вас гипогликемия, не бойтесь пить сок мангустина. Это обязательно принесет вам пользу.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 3 унции сока мангустина в день.

Мистер Иммунная Функция

Иммунная функция — сложная тема. Роль кишечника в ответ на общее здоровье организма является очень важной темой для обсуждения. Пища, которую мы едим, является основным источником реакций, сохраняющихся в организме. Соляная кислота в желудке и другие факторы играют роль в том, что поджелудочная железа начинает вырабатывать панкреатические ферменты, помогающие переваривать пищу в виде жиров, углеводов и белков.

Если кислотность в желудке слишком низкая, поджелудочная железа не будет нормально функционировать, а в тонкой кишке произойдет чрезмерный рост бактерий. Это может быть причиной дефицита витаминов и минералов, остеопороза, затвердевания артерий, артрита, рака толстой кишки, пищевых аллергий и аутоиммунных заболеваний. Чрезмерный рост бактерий в тонкой кишке приводит к эрозии внутренней или слизистой оболочки тонкой кишки, вызывая синдром повышенной кишечной проницаемости.

Питательные вещества в пище всасываются в кровоток как через тонкий, так и через толстый кишечник. Если пища не полностью переваривается, питательные вещества не усваиваются. Неполностью переваренные белки могут вызвать серьезное раздражение желудочно-кишечного тракта, такое как колит, газы или нервное расстройство желудка, а также привести к пищевой аллергии. В вашем кишечном тракте существует множество различных микробов; типично иметь триллионы. Прежде чем у вас появятся «дружественные» бактерии, помогающие пищеварению, производству витаминов и иммунной защите. К сожалению, многие обычные действия могут нарушить хрупкий баланс бактерий.

Использование антибиотиков, стероидов или гормональных таблеток, а также диета с высоким содержанием жиров и сахара приводит к разрушению бактериального уровня, что приводит к дисбалансу бактерий и дрожжей, что может привести к болезни.

Иммунная система значительно укрепляется при ежедневном употреблении сока мангустина. Хорошее питание — это первая линия защиты нормальной иммунной системы, но я также знаю по опыту, что большинство людей не изменяют свой рацион, если они не думают, что скоро умрут. Вот почему так важно пить этот сок каждый день.

Помните, что мангустин является мощным противовоспалительным средством, и его антибактериальное и противогрибковое действие хорошо задокументировано. Он излечивает синдром повышенной кишечной проницаемости, который, я считаю, является корнем большинства современных болезней. Заживляя кишечник, он предотвращает всасывание крупных непереваренных частиц пищи через слизистую оболочку кишечника, вызывая таким образом антигенные реакции и аутоиммунные заболевания. Гормон стресса ДГЭА является еще одним основным регулятором иммунной системы и тесно связан с кортизолом, другим гормоном коры надпочечников.

Снижение уровня ДГЭА с возрастом коррелирует с универсальным снижением клеточно-опосредованного иммунитета и учащением злокачественных новообразований, что предполагает корреляцию ДГЭА с иммунной системой. В тимусе вырабатываются Т-клетки, способные распознавать чужеродные антигены и защищать организм от инфекций. ДГЭА защищает вилочковую железу от инволюции, вызванной глюкокортикоидами. Также было показано, что ДГЭА вызывает активность интерлейкина-2 (ІЕ-2) и выработку гамма-интерферона в Т-клетках, выделенных от доноров-людей.^{82,83,84}

Поскольку омега-3 жирные кислоты снижают выработку определенных цитокинов — белков, которые регулируют многие иммунные реакции в организме, — они также могут помочь защититься от некоторых изнурительных состояний, связанных со СПИДом. Противовоспалительные свойства омега-3 жирных кислот задокументированы, но если у человека дефицит омега-3 жирных кислот, ксантоны мангустина могут помочь уменьшить воспаление и опосредовать цитокины.

Цитокины, интерлейкины и Т-клетки — все это причудливые слова, связанные с иммунной системой, и суть в том, что мангостин ксантоны лечат основу иммунной системы организма, то есть кишечник. Вылечите кишечник, и вы сохраните жизнеспособность матрицы, чтобы прожить гораздо более долгую и счастливую жизнь. Что хорошего в долгой жизни, если у вас нет крепкого здоровья? Это вопрос, который вы должны держать в уме каждый день своей жизни, чтобы в следующий раз, когда вы потянетесь за этим Twinkie, вы дважды подумали!

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать, в зависимости от тяжести иммунодефицита, от 6 до 8 унций сока мангустина в день.

48. Расстройство желудка

Основными симптомами расстройства желудка являются газы, вздутие живота и боль в животе. Непереносимость лактозы является одним из наиболее игнорируемых осложнений со стороны желудочно-кишечного тракта и часто остается недиагностированной до более старшего возраста, когда появляются другие осложнения со стороны желудочно-кишечного тракта. Когда в вашем организме не хватает определенных ферментов, необходимых для переваривания углеводов, сахара из лактозы будут перемещаться в толстую кишку, где они будут ферментировать бактериями толстой кишки. Если это продолжится в течение некоторого времени, появятся газы и вздутие живота. В случае хронического газообразования и вздутия живота возникает воспаление в слизистой оболочке кишечника, что может привести к серьезным осложнениям.

Этому воспалению слизистой оболочки кишечника из-за газов может помочь способность ксантонов значительно уменьшать воспаление кишечника. Паразиты в кишечном тракте вызывают расстройство желудка и связанные с ним признаки и симптомы. Наконец, бактериальная перегрузка также может привести к нарушению пищеварения.

Как вы, наверное, уже поняли, большинство симптомов расстройства желудка вызвано либо переизбытком бактерий в тонком кишечнике или желудке, либо грибами и паразитами, вызывающими воспаление кишечника. Ксантоны мангостина убивают вредные бактерии, грибки и паразиты, а затем лечат кишечник, уменьшая воспаление. Выпивайте немного сока мангостина каждый день, и вы заметите большую разницу в состоянии вашего пищеварения.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангостина в день.

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангостина в день.

49. Воспалительное заболевание кишечника

Воспалительное заболевание кишечника (ВЗК) часто характеризуется хроническим стойким воспалением кишечника, которое приводит к таким медицинским симптомам, как диарея, кровотечение, боль в животе, лихорадка, боль в суставах и потеря веса. Обычно он появляется при двух разных состояниях: язвенном колите и болезни Крона. Оба заболевания являются результатом крайне стойкого воспаления толстой кишки.

Язвенный колит поражает толстую и прямую кишку, в то время как болезнь Крона поражает в большей степени верхний отдел толстой кишки. Главное помнить, что это воспалительная реакция, которая не сдерживалась в течение достаточно долгого времени. Как упоминалось в отношении несварения желудка, любое состояние кишечника может быть связано с заражением паразитами, бактериальной перегрузкой, грибковой инвазией и неправильным питанием.

Поскольку мангустин является мощным средством, которое может уменьшить стойкое воспаление толстой кишки, характерное для ВЗК, я считаю, что он обратит вспять или, по крайней мере, значительно уменьшит симптомы болезни Крона. Вы должны

сначала вылечить толстую кишку своим питанием, а затем очистить весь кишечный тракт от паразитов, разрушительных бактерий и грибков. Затем вам нужно будет вылечить внутреннюю оболочку желудочно-кишечного тракта; только после этого вы сможете выздороветь. Ксантоны мангостина могут сделать это; исцеление начнется с первой рюмки, которую ^{вы} выпьете, и будет продолжаться, если вы сделаете это ежедневной привычкой на всю оставшуюся жизнь» .

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангостина в день. Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангостина в день.

50. Непереносимость лактозы

Непереносимость лактозы является одним из наиболее распространенных желудочно-кишечных заболеваний в организме. Считается, что от него страдают сотни миллионов людей во всем мире. Обычно считается, что это связано с толерантностью к молоку и молочным продуктам. Это состояние возникает из-за дефицита фермента, называемого лактазой. Лактаза — это фермент, необходимый в кишечнике для переваривания лактозы, основного сахара, содержащегося в молоке и молочных продуктах. Если это состояние неправильно диагностировано или если его не лечить, оно может нарушить нормальную функцию пищеварительной системы, позволяя лактозе ферментироваться и образовывать водород и метан.

По мере того, как пищеварительная система накапливает все больше и больше ферментированной лактозы, она становится восприимчивой к паразитам и бактериальной инвазии. Некоторыми симптомами непереносимости лактозы являются газы, вздутие живота, спазмы в животе, метеоризм и расстройство желудка. Поскольку мангустин способствует общему оздоровлению кишечника, он поможет предотвратить это состояние, вызывающее большее воспаление слизистой оболочки кишечника и, возможно, вызывающее такие заболевания, как СРК и болезнь Крона. Ксантоны мангостина обладают противовоспалительным - действием и могут уменьшить негативные побочные эффекты

непереносимости лактозы.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

51. Красная волчанка

Было обнаружено, что у многих людей с системной красной волчанкой (СКВ) также имеется другое аутоиммунное заболевание, называемое гипотиреозом. Это еще один пример того, как тело начинает включать себя более чем одним способом. На самом деле было высказано предположение, что корреляция между заболеваниями щитовидной железы и СКВ настолько велика, что пациенты, обследуемые на заболевания щитовидной железы, должны рассматривать ее как предвестник СКВ.

Недавно мне позвонил человек с заболеванием щитовидной железы по поводу сока мангустина. Во время нашего разговора она сказала мне, что ее врач считает, что теперь у нее рассеянный склероз. Я упомянул ей протекающую кишку и сказал, что по моему опыту довольно часто системы в организме состоят из миллионов клеток, которые быстро делятся. Когда организм находится в состоянии стресса, ему необходимы пищевые нуклеотиды, чтобы он продолжал функционировать на оптимальном уровне. Я быстро добавил, что во многих случаях синдром повышенной кишечной проницаемости является первоначальной причиной и что ксантоны в этом напитке являются мощными противовоспалительными средствами, которые могут излечить кишечник и начать рассеивать аутоиммунное заболевание.

У меня есть непосредственный опыт общения с друзьями, особенно с теми, кто страдает от волчанки, которым очень помог - сок манго. Другие аутоиммунные заболевания, такие как болезнь Бехчета, анкилозирующий спондилоартрит и воспалительное заболевание кишечника, имеют один и тот же общий знаменатель: воспаление слизистой оболочки, которое вызывает образование

отверстий в кишечнике и запускает саморазрушение организма.⁹⁰

Как только возникает аутоиммунное заболевание, такое как волчанка, что угодно может повлиять на состояние пациента просто потому, что дырявый кишечник влияет на печень, а печень влияет на многие вещи в организме, такие как дисбаланс аминокислот, клеточная энергия, бактериальная перегрузка и многое другое. части матрицы.

Синдром повышенной кишечной проницаемости вызывает реакции организма, атакующие самого себя; щитовидная железа является одной из основных пораженных областей. Вы должны защитить себя от этой ужасной болезни, питаясь здоровой пищей для тонкой кишки и других частей кишечника. Мангостин подходит под это описание лучше всего, что я знаю. Также важно - исключить продукты, которые вредны для желудочно-кишечного тракта, такие как газированные напитки, чрезмерное количество барбекю, продукты, богатые тяжелыми металлами, нечистая вода, а также продукты, содержащие пестициды и содержащие токсины. Заботясь о своем здоровье и ежедневно выпивая сок мангустина, вы защитите себя от аутоиммунных заболеваний, таких как волчанка.

•Моя рекомендуемая порция Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

52. Мужское бесплодие

Я сомневаюсь, что есть более важная тема для большинства мужчин, особенно для тех, кто хочет иметь семью. Многие исследователи считают, что у мужчин во всем мире наблюдается снижение количества сперматозоидов, особенно в более развитых странах. Считается, что мужская фертильность снижается из-за таких вещей, как стресс, загрязнение окружающей среды, химические вещества, изменяющие гормоны, и тяжелые металлы.

⁹¹

Свободнорадикальное повреждение из-за окислительного стресса

также является еще одним важным фактором. На самом деле было обнаружено, что мужчины с высоким уровнем свободных радикалов имеют в семь раз больше шансов быть бесплодными. Было обнаружено, что дисбаланс аминокислот, особенно L-аргинина и карнитина, влияет на мужскую фертильность. Витамин В 12 является кофактором образования аминокислот в печени. Исследования показывают, что проблемы бесплодия у мужчин чаще возникают при дефиците витамина В12.^{92,93,94,95}

Токсичность тяжелых металлов и дисбаланс мелатонина также связывают с бесплодием у мужчин. Становится совершенно очевидным, что в матрице есть много факторов, влияющих на мужскую фертильность. Я годами учу своих пациентов тому, что стресс может разрушить организм, и по мере того, как наш мир становится все более и более напряженным, мы видим высокие уровни кортизола, которые снижают уровень наших гормонов и вызывают такие вещи, как мужское бесплодие.

На уровень мелатонина влияют стресс и кортизол. Ксантоны, обнаруженные в мангустине, являются лучшими природными антистрессовыми средствами, которые я когда-либо видел. Они помогают противодействовать проблемам бесплодия, с которыми сталкиваются многие мужчины при переутомлении и стрессе. Хелатообразующий эффект ксантонов мангустина с тяжелыми металлами во многом поможет уменьшить возможное бесплодие у мужчин. Не будем забывать тот факт, что мангустин также содержит чрезвычайно мощные антиоксиданты, которые блокируют вредное воздействие свободных радикалов, связанное с мужским бесплодием.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым мужчинам следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

53. Потеря памяти

В наши дни малейшая забывчивость вызывает страх перед болезнью Альцгеймера. У тех, у кого родители с болезнью Альцгеймера, паранойя особенно сильна. Я один из тех людей. У

моей матери была старческая деменция, или болезнь Альцгеймера. На самом деле именно ее состояние побудило меня исследовать и написать о мангустине.

Есть так много вещей, которые могут повлиять на потерю памяти, особенно в более запущенных случаях, таких как болезнь Альцгеймера. По моему собственному опыту, моя мать пила сок мангустина, который помог вернуть ей большую часть памяти и вернул ей часть ее прежней жизни.

Стресс является одним из основных факторов потери памяти. Стресс может вызвать выделение кортизола в больших количествах, и со временем избыток кортизола ухудшает память.⁹⁶ Было обнаружено, что ксантоны в мангостине снижают стресс в организме быстрее и лучше, по моему мнению, чем зверобой.

Снижение уровня гормонов щитовидной железы в организме также может вызвать временную потерю памяти.^{97,911} Окислительный стресс от свободных радикалов также может ухудшить память.⁹⁹ Это особенно важно, потому что мы живем в таком загрязненном мире, из-за которого свободные радикалы атакуют нас каждую минуту каждого дня.

Дисбаланс глутатиона в печени является одним из основных маркеров окислительного стресса в организме. Глутатион образуется в печени и является собственным антиоксидантом организма. Хорошая новость заключается в том, что ксантоны в мангустине являются мощными антиоксидантами и помогают сбалансировать работу печени, излечивая кишечник и выводя токсины из печени.

Дисбаланс жирных кислот в организме также может вызвать повышенную потерю памяти и вызвать воспаление в клетках головного мозга.^{100,101} Опять же, мангустин может помочь при этом заболевании благодаря своим противовоспалительным свойствам.

Еще одним фактором потери памяти может быть дефицит мелатонина. Мелатонин тесно связан с циклом сна-бодрствования. На самом деле, некоторые исследователи считают, что это

защитник от болезни Альцгеймера.¹⁰² Дефицит мелатонина может вызвать окислительное повреждение митохондрий клетки, вызывая гибель клеток в нейронах головного мозга. Мелатонин является мощным антиоксидантом, и его дефицит в организме часто может быть связан с усилением стресса и высоким уровнем кортизола; это влияет на цикл сна-бодрствования.

Мощные антиоксиданты ксантонов мангустина заполняют пробел, когда возникают такие обстоятельства, поэтому так важно выпивать несколько унций этого сока каждый день. Не все знают, когда у них дефицит мелатонина или что у них есть окислительное повреждение клеток мозга. Когда я читаю, я часто показываю термографическое изображение мозга пациента с болезнью Альцгеймера. Графическая иллюстрация воспаления мозга напоминает мне и тем, кто слушает, что ксантоны мангустина — это благословение в наше время. Просто выпивая несколько унций этого сока каждый день, вы останавливаете гиперпроницаемость кишечника (LGS), обновляете клетки организма, защищая их от свободных радикалов, убиваете паразитов, уничтожаете бактериальную перегрузку в кишечнике, вызывающую воспаление, и вы возвращаете клетку мозга к максимально возможному нормальному состоянию у пациента с болезнью Альцгеймера,

Я часто думаю о своей маме, которая сейчас на Небесах, и я без тени сомнения знаю, что ее последние дни на этой земле были лучше, когда она пила сок мангустина. Я надеюсь и молюсь, чтобы ваши близкие рассказали ту же историю.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует пить, в зависимости от тяжести состояния, от 3 до 6 часов сока мангустина в день.

54. Менопауза / перименопауза

Все больше и больше женщин пытаются взять под контроль свое состояние до и после менопаузы. Несмотря на то, что женщины испытывают серьезные изменения в своем здоровье, поскольку у них больше нет менструаций, они могут найти облегчение с

помощью заместительной гормональной терапии и других методов питания. Ксантоны мангостина относятся ко второй группе пищевых добавок.

С возрастом женщины обнаруживают все больше и больше дисбаланса гормонов надпочечников, особенно ДГЭА и кортизола. Эти гормоны очень тесно связаны с преодолением как физиологического, так и психологического стресса. Обычно ДНЕА снижается во время менопаузы, а кортизол увеличивается. Изменение уровней ДГЭА и кортизола может сильно влиять на уровень энергии, способность справляться с трудностями, жировой и углеводный обмен, устойчивость к болезням, режим сна, иммунный ответ и общее ощущение благополучия у женщин в постменопаузе.

Поскольку ксантоны из мангостина являются отличными антидепрессантами, само собой разумеется, что ежедневное употребление сока мангостина может помочь предотвратить симптомы менопаузы. Это также может помочь при общей жалобе на увеличение веса во время менопаузы.¹⁰³

Хроническое повышение уровня кортизола может заставить организм работать «сверхурочно», вызывая повышенный уровень циркулирующей глюкозы, усиленную потерю костной массы, гипертонию и другие потенциально дегенеративные процессы. Жировая ткань в области живота особенно чувствительна к высокому уровню кортизола; это может привести к увеличению жировых отложений вокруг талии в ответ на стресс. Хроническое ожирение, остеопороз, диабет 2-го типа, слабоумие и сердечно-сосудистые заболевания — это лишь некоторые из многих возрастных научных обстоятельств, связанных с потерей функции надпочечников.^{104 105} Короче говоря, если вы не хотите быть капризным, набирать вес, иметь высокое кровяное давление и увеличивать свои шансы на рак и потерю костной массы, было бы неплохо снизить уровень кортизола в ДГЭА, выпив немного мангостина. сока каждый день. Вы должны спросить себя, что вы теряете, выпивая вкусный сок, который может все это сделать.

Печальный факт заключается в том, что многие из наших женщин в период менопаузы принимают такие лекарства, как

прозак, веллбутрин и золофт, чтобы контролировать симптомы депрессии, которые на самом деле являются внешними признаками разрушения матрицы в организме. Ежедневно выпивая этот сок, вы можете положительно повлиять на все дисбалансы кортизола и бесчисленные дисбалансы надпочечников, связанные с высоким стрессом и кортизолом. Употребление сока также может помочь излечить воспаление, связанное с такими вещами, как диабет 2 типа и, конечно же, синдром повышенной кишечной проницаемости и дисфункцию печени.

Еще одна тема, которую следует рассмотреть, касается инсулина. Инсулин может значительно влиять на уровни эстрогена, прогестерона и тестостерона у женщин. Все это особенно важно для женщин перименопаузального возраста. Эти гормоны также влияют на инсулин, эстроген, прогестерон и тестостерон у женщин. Все это особенно важно для женщин перименопаузального - возраста. Эти гормоны влияют на качество жизни (либидо, когнитивные способности), а также на сохранение костной массы, защиту от сердечно-сосудистых заболеваний и здоровье в целом.

Гиперинсулинемия также имеет тенденцию подавлять выработку ДГЭА, что может увеличить вероятность развития аутоиммунных заболеваний, а также отрицательно повлиять на качество жизни женщин по мере их прогрессирования в перименопаузе. Часто тенденция к повышению уровня кортизола с возрастом (по мере снижения уровня ДГЭА) также может быть связана с уровнем инсулина. Существует тенденция к увеличению уровня кортизола вместе с инсулином, что усугубляет проблемы с надлежащим поддержанием уровня сахара в крови.

Осведомленность о метаболических тенденциях к резистентности к инсулину и контроль диеты, физических упражнений и факторов образа жизни для минимизации этих негативных последствий могут стать основной силой в уходе и лечении женщин в перименопаузе.

Влияние на качество жизни (либидо, когнитивные способности), а также на поддержание плотности костной ткани, защиту от

сердечно-сосудистых заболеваний и общее состояние здоровья у женщин в перименопаузе напрямую связано с резистентностью к инсулину. Как я уже упоминал ранее, поджелудочная железа настолько переутомляется, что может сгореть от одного только вида или запаха определенных продуктов! Подобно собаке Павлова, современный человек за долгие годы неправильного питания был приучен к почти мгновенной реакции на эти нездоровые, рафинированные продукты, и у них возникает недостаточность поджелудочной железы. Пищеварение нарушается, а бактериальный рост свирепствует! Я считаю, что во многих случаях чрезмерная стимуляция поджелудочной железы является предшественником рака поджелудочной железы.

Так чем же может помочь мангустин? Поджелудочная железа играет важную роль во многих областях матрикса, таких как пищеварение, детоксикация печени, баланс инсулина (и, как следствие, резистентность к инсулину), бактериальный баланс, дырявый кишечник, аутоиммунные заболевания и т. д. Вы можете понять, почему использование мангустина в вашем рационе обязательно. У женщин в перименопаузе это усугубляется колебаниями ее гормонов.

Синергический эффект ксантонов на все вышеперечисленное велик. Приведу пример: недостаточность поджелудочной железы вызывает бактериальную перегрузку, которая разрушает слизистую оболочку тонкой кишки и вызывает дырявую кишку. Дырявая кишка может повлиять на многие функции печени, включая баланс глюкозы и инсулина, поэтому матрица тела начнет складываться, как набор домино, по одной системе за раз, пока вы не получите больную женщину в перименопаузальном периоде, которая сильно страдает . .

Моя рекомендуемая порция

Взрослые женщины должны выпивать от 4 до 6 унций сока мангустина в день.

55. Мигрени

(См. также раздел о головных болях)

В общем, физиологической разницы между мигренью и «нормальной» головной болью действительно нет. Мигрень просто получила больше описаний в отношении локализации боли в голове и/или времени суток, когда она обычно появляется. Как и головные боли, две вещи могут вызвать боль при мигрени: либо подвывих позвонков (смещение кости в позвоночнике, приводящее к защемлению нерва), либо физиологические изменения в матрице тела. Подвывихи могут вызвать воспаление, если оставить их без внимания. Ксантоны являются мощными противовоспалительными средствами, и, по моему мнению, 50 процентов всех мигреней и головных болей вызваны подвывихами.

Остальное можно объяснить дисбалансом в матрице. Дисбалансу в матрице могут помочь ксандионы. Как врач-хиропрактик, я считаю, что ксантоны мангустина являются мощными добавками к коррективке позвоночника. Чаще всего коррективка или манипуляции с позвонками, находящимися вне своего нормального положения, помогают.

Иногда воспаление, вызванное смещением позвонков, нуждается в хорошем противовоспалительном средстве, чтобы замедлить реактивную реакцию мышц и мягких тканей во время головной боли. Вот где ксантоны мангостина превосходят другие. Они охлаждают воспалительные реакции и не дают мышцам вернуться - к спазму. Помните также, что ксантоны являются мощными - ингибиторами фермента ЦОГ-2, которые блокируют боль и отек, поэтому их можно использовать при заболеваниях опорно-двигательного аппарата!

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 2 до 6 унций сока мангустина три раза в день.

56. Рассеянный склероз (РС)

Рассеянный склероз – одно из самых страшных заболеваний современного человечества. Кажется, никто не знает, что вызывает это заболевание, но есть несколько интересных фактов, которые могут дать вам надежду. Я рад сообщить, что за последние два года

я лично разговаривал с людьми по всей стране, у которых были чудесные результаты при использовании мангустина для лечения рассеянного склероза. Как это могло случиться? Что ж, сначала нужно понять, что может вызвать рассеянный склероз. Все восходит к матрице тела. Рассеянный склероз может быть кульминацией многих изменений в организме (матрице), которые, если оставить их без внимания, вызывают разрушение миелиновой оболочки, покрывающей нервы. Это ухудшение нарушает проведение нервных импульсов, что приводит к слабости, онемению, двигательным затруднениям, боли, потере зрения и другим заболеваниям неприятности.

Рассеянный склероз рассматривается как аутоиммунное заболевание, которое возникает, когда внутренние антитела ошибочно направляют свою «атаку» на собственные нервные клетки организма. Заболевание часто протекает в виде чередования периодов рецидива и ремиссии. Поскольку рассеянный склероз является аутоиммунным заболеванием, важно отметить, что синдром повышенной кишечной проницаемости стимулирует многие аутоиммунные заболевания. Достаточно сказать, что противовоспалительные свойства ксантонов сильны в том отношении, что они помогают залечивать «дыры» в кишечнике и останавливать атаку, характерную для аутоиммунных реакций.

Изменения в воздействии солнечного света, по-видимому, являются возможной причиной рассеянного склероза. Теория заключается в том, что в регионах, где меньше солнечного света, уровень мелатонина снижается.¹⁰⁶ Поскольку мелатонин является антиоксидантом, постулируется, что повреждение миелиновой оболочки свободными радикалами происходит гораздо быстрее и вызывает рассеянный склероз.

Еще одним интересным фактом является то, что в тех районах, где люди потребляют больше рыбы, у них меньше случаев рассеянного склероза. Эта связь связана с жирными кислотами, о которых мы говорили в начале книги, а также с тем, как низкие уровни омега-3 могут вызывать воспаление и разрушение клеток. В случае рассеянного склероза пораженные клетки находятся в миелиновой оболочке. Опять же, мангустин является мощным -

противовоспалительным средством и может помочь при этом заболевании.^{я<); |08}

Во время аллергической реакции пищевые антигены стимулируют высвобождение химических посредников, таких как гистамин и лейкотриены, вызывая широкий спектр воспалительных реакций в организме (а также симптомы аллергии, такие как астма, экзема и боль в суставах). Воспалительная реакция также постулируется как одна из причин поражения клеток головного мозга у пациентов с рассеянным склерозом.¹⁰⁹

Триптофан является аминокислотой, необходимой для нормальных нейрохимических процессов в мозге, таких как серотонин, мелатонин и дофамин. Все эти химические вещества мозга необходимы для контроля стресса. Исследования показывают, что у многих пациентов с рассеянным склерозом часто случаются рецидивы во время стрессовых периодов, потому что этих химических веществ в мозгу не хватает. Цистеин , таурин и глутатион являются противовоспалительными аминокислотами , и их уровень снижается при дисфункции печени, стрессе и повышенном уровне кортизола.¹¹⁰

Короче говоря, стресс может испортить некоторые из наиболее важных аминокислот в организме, которые обычно снижают уровень кортизола, а также борются с воспалением. Ежедневное употребление напитка из мангустина может помочь противодействовать дисбалансу аминокислот в организме из-за стресса. Диетический дисбаланс, такой как нехватка масел омега-3, может запустить воспалительную реакцию организма , которая может вызвать или усугубить рассеянный склероз.

Как я уже говорил, в североамериканской диете особенно много омега-6 и очень мало омега-3. Нам нужно что-то противодействовать этому; Напиток из мангустина с его противовоспалительными свойствами является идеальным решением.

Сок мангустина усваивается почти сразу, потому что это сок. Он быстро проникает через кишечный барьер в кровоток и начинает

лечить окислительный стресс и воспаление, характерные для рассеянного склероза. Он лечит дырявый кишечник и улучшает работу печени, поэтому выработка глутатиона в организме увеличивается, и организм снова вырабатывает собственный антиоксидант в форме глутатиона Р.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

57. Миастения Гравис (MG)

Миастения гравис чаще всего является приобретенным заболеванием, которое проявляется мышечной слабостью, которая усиливается при физической активности и улучшается в покое. Это происходит в результате аутоиммунной атаки на нервно-мышечное соединение. Наличие миастении гравис в Соединенных Штатах прогнозируется на уровне 14 случаев на 100 тысяч, или примерно 36 000 случаев. Тем не менее, миастения, вероятно, не диагностируется, поэтому ее частота, скорее всего, выше.

Более ранние исследования показали, что женщины болели чаще, чем мужчины. Наиболее частый возраст начала заболевания — второй и третий десяток лет у женщин и седьмой и восьмой десяток лет у мужчин. По мере старения населения обычный возраст начала заболевания увеличился таким же образом, и теперь мужчины чаще поражаются, чем женщины, а появление симптомов часто происходит после пятидесяти лет. Больные миастенией обращаются к врачу с жалобами на специфическую мышечную слабость.

Нарушение моторики глаз, птоз и диплопия являются исходными симптомами миастении у двух третей пациентов. Слабость мышц ротоглотки (затруднения при жевании, глотании или разговоре) является начальным симптомом у одной шестой пациентов, а слабость конечностей — только у одной десятой. Первоначально слабость почти никогда не ограничивалась отдельными группами мышц, такими как разгибатели шеи или пальцев или сгибатели бедра. Тяжесть слабости колеблется в течение дня, как правило, она менее выражена утром и усиливается в течение дня, особенно

после длительной и продолжительной работы пораженных мышц.

Течение болезни непредсказуемо, но обычно прогрессирует. Слабость ограничивается глазными мышцами примерно в 10% случаев. У остальных в течение первых двух лет наблюдается прогрессирующая слабость, затрагивающая ротоглоточные мышцы и мышцы конечностей. Максимальная слабость возникает в течение первого года у двух третей больных. В период до того, как для лечения стали использовать кортикостероиды, примерно у одной трети пациентов внезапно наступило улучшение, у одной трети не было значительного улучшения, и одна треть умерла от болезни. Спонтанное или улучшение регулярно происходило в начале курса. Симптоматика колебалась в течение сравнительно небольшого промежутка времени, а затем в течение нескольких лет становилась все более резкой (активная стадия).

За активной стадией следует неактивное состояние, в котором все еще происходят колебания силы, но они связаны с низким уровнем энергии, несвязанной болезнью или другими конкретными факторами. После пятидесяти-двадцати лет слабость часто закрепляется, а наиболее сильно задействованные мышцы часто атрофируются (стадия выгорания). Факторами, вызывающими миастенические симптомы, являются эмоциональные расстройства, системные заболевания (особенно вирусные респираторные инфекции), гипотиреоз или гипертиреоз, беременность, менструальный цикл и препараты, влияющие на нервно-мышечную передачу.

Тот факт, что миастения считается аутоиммунным заболеванием, свидетельствует о том, что больным миастенией следует пить сок мангостина. Я считаю, что употребление этого напитка может также помочь рассеять симптомы в те периоды, когда пациент эмоционально расстроен и страдает вирусной респираторной инфекцией. Помните, что ксантоны в плодах мангостина, как известно, являются отличным средством против вирусов. Невероятного ущерба, наносимого стрессом, и всех сопутствующих факторов в матрице, таких как повышенный уровень сахара в крови, окислительный стресс, дисфункция печени

и дисбаланс аминокислот, достаточно, чтобы понять, почему миастения — это заболевание, для которого необходимы ксантоны мангустина.

Подумайте об этом - если вы пьете этот сок каждый день и у вас MG, вы можете уменьшить стресс, сбалансировав уровни печени, триптофана, мелатонина и серотонина, и уменьшить ущерб, вызванный стрессом. Мангостин полон антиоксидантов, поэтому окислительное повреждение, вызванное лекарствами при миастении, может быть уменьшено. Вирусные инфекции можно свести к минимуму или полностью ликвидировать. Заболеваниям щитовидной железы можно помочь с помощью LGS-аутоиммунной связи.

Моя рекомендуемая порция

При острых стадиях заболевания взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день. В тех случаях, когда к пациенту вернулись силы, взрослым следует выпивать от 4 до 6 унций сока мангустина в день. По крайней мере, от 1 до 3 месяцев приема сока необходимы, чтобы увидеть результаты.

58. Остеоартрит

Остеоартроз является наиболее распространенным из артритических заболеваний. Это широко известно как болезнь «износа», от которой страдают от 16 до 17 миллионов американцев. Большинству из нас внушили, что остеоартрит лечится только противовоспалительными препаратами из-за того, что это якобы болезнь изнашивания. Характерно, что остеоартрит проявляется в виде боли, скованности или припухлости в таких суставах, как тазобедренный, кисть, колено или позвоночник; однако это может повлиять и на другие суставы. Женщины подвергаются повышенному риску развития остеоартрита, чем мужчины. Дополнительные факторы риска включают генетику, лишний вес, травмы суставов и гормональный дисбаланс.¹¹¹

Существует также большое количество доказательств связи окислительного стресса с остеоартритом. Когда свободные радикалы обнаруживаются в больших количествах, они, по-

видимому, вызывают серьезное нарушение обмена веществ, от которого страдают люди, страдающие остеоартритом. Некоторые исследователи считают, что окислительный стресс на самом деле вызывает разрушение суставов и способствует развитию остеоартрита или дегенеративного заболевания суставов (ДЗС).^{1, 2}

На мой взгляд, для широкой публики важнее знать, что даже если противовоспалительные препараты, кажется, приносят пациенту - облегчение, гораздо важнее понять механизм, с помощью которого возникает ДЗН. Противовоспалительные препараты вызовут еще больший окислительный стресс и, в конечном итоге, вызовут дальнейшие повреждения и побочные эффекты. Фактически, одно очень популярное лекарство, используемое для лечения артрита, было снято с полок в 2004 году, поскольку исследования показали, что оно повышает риск развития некоторых видов рака. Другой - противовоспалительный фармацевтический препарат, ингибирующий ЦОГ-2, Vioxx, также был снят с рынка в 2004 году, поскольку было обнаружено, что он увеличивает свертываемость крови и увеличивает риск сердечных приступов.

Пэтти кислоты являются еще одной проблемой в DJD. Дисбаланс жирных кислот вызывает воспалительные процессы, губительные для остеоартрита. Изменения западной диеты за последние сто лет сместились в сторону большего количества омега-6 жирных кислот, которые являются провоспалительными и вызывают накопление арахидоновых кислот. Эта кислота вызывает последующий каскад простагландинов, воспаление и отек. Еще раз есть молекулы, которые тесно связаны с антиоксидантными и противовоспалительными функциями: цистеин, таурин (аминокислоты) и глутатион (антиоксидант).¹¹⁵

Поскольку дизъюнктивит — это состояние, которое, как считается, является результатом воспалительных ситуаций, важно сбалансировать любой дефицит аминокислот, излечив печень и противодействуя воспалению в организме с помощью мощных противовоспалительных средств, таких как ксантоны. Все это ведет к воспалительному процессу и взаимосвязи печени и аминокислот. Помните, что если печень слишком токсична, организм не будет иметь в своем распоряжении цистеина, таурина и глутатиона для

защиты от свободных радикалов. Остеоартрит может быть болезнью изнашивания, но только если вы не сводите воспаление к минимуму; если вы не сохраните матрицу здоровой, вам будет еще больнее. Хорошо, что мангустин ингибирует ЦОГ-2 .

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 4 до 6 унций сока мангустина в день.

59. Панкреатит

Панкреатит – это воспаление поджелудочной железы. Поджелудочная железа представляет собой большую железу позади желудка и рядом с двенадцатиперстной кишкой, верхней частью тонкой кишки. Поджелудочная железа выпускает пищеварительные ферменты в тонкую кишку через трубку, называемую протоком поджелудочной железы. Эти ферменты помогают переваривать жиры, белки и углеводы в пище. Поджелудочная железа также выделяет в кровь гормоны инсулин и глюкагон. Эти гормоны помогают организму использовать глюкозу из пищи для получения энергии.

В норме пищеварительные ферменты не становятся активными, пока не достигают тонкой кишки, где начинают переваривать пищу. Но если эти ферменты становятся активными внутри поджелудочной железы, они начинают «переваривать » саму поджелудочную железу.

Так чем же может помочь мангустин? Поджелудочная железа играет важную роль во многих областях матрикса, таких как пищеварение, детоксикация печени , баланс инсулина (и, как следствие, резистентность к инсулину), бактериальный баланс, дырявый кишечник, аутоиммунные расстройства и т. д. Вы можете понять, почему использование мангустина в вашем рационе обязательно.

Синергетическое воздействие ксантонов на все вышеперечисленное велико. Например, при панкреатической недостаточности.

В результате может возникнуть бактериальная перегрузка, разрушающая слизистую оболочку тонкой кишки и вызывающая синдром повышенной кишечной проницаемости. Дырявая кишка может повлиять на многие функции печени, в результате чего матрица начинает разрушаться, как набор костяшек домино, воздействуя на одну систему за раз, пока у вас не появится очень больной человек. Иммунная система находится в состоянии дефицита, что приводит к вирусным и грибковым перегрузкам.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 2 до 6 унций сока мангустина три раза в день, в зависимости от диабетической значимости.

60. Паразиты

Увеличение числа международных поездок, а также иммиграции в США способствует распространению и возникновению паразитарных инфекций. Кроме того, паразитарные инфекции часто передаются при контакте с домашними животными и их испражнениями, а также через испорченную пищу, воду или другие ресурсы.

Распространение паразитов в этой стране вызывает большую озабоченность врачей-холистов, особенно тех, кто считает, что раковые опухоли часто вызываются паразитами. Паразиты также вызывают множество заболеваний в кишечнике, которые могут привести к серьезным заболеваниям и даже смерти. Кишечный паразит может ослабить естественную иммунную систему вашего организма, делая вас более уязвимыми для дальнейших болезней. *

Каковы симптомы паразитарной инфекции? Почти любое медленное расстройство пищеварения может быть вызвано паразитом. Наиболее распространенными симптомами являются диарея и боль в животе. Дополнительные симптомы могут включать тошноту, рвоту, газы и вздутие живота, неприятный - запах стула, потерю веса, гастрит, лихорадку и озноб, головную боль, запор, кровь или слизь в стуле и истощение. Паразиты вызывают многочисленные заболевания у человека-хозяина, и с импортом все большего количества овощей и других продуктов из зарубежных стран важно ежедневно потреблять антипаразитарные

продукты, такие как сок мангустина.

Мангостин обладает мощными антипаразитарными свойствами, которые веками служат коренным народам по всему миру . Просто помните, что вероятность того, что в вашем теле есть паразиты, велика. Это могут быть микроскопические паразиты; они могут быть в форме ленточного червя, анкилостомы или чего-то еще.

Многие эксперты в области здравоохранения и ученые считают, что паразиты являются причиной многочисленных видов рака в организме человека. Не будьте хозяином паразита — пейте напиток из мангустина и будьте в безопасности.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день.

61. Болезнь Паркинсона

Гомоцистеин является побочным продуктом нарушения функции печени. Высокий уровень гомоцистеина может быть результатом дефицита фолиевой кислоты или генетической предрасположенности. Кроме того, гомоцистеин способен - «разрывать» нити ДНК в нейронах, что может привести к - генетическим мутациям, вызывающим заболевания. Уровни гомоцистеина имеют тенденцию повышаться с возрастом.

у пациентов с болезнью Паркинсона часто сообщается о высоком уровне гомоцистеина . Это также может объяснить, почему даже у здоровых пациентов повышенный уровень гомоцистеина связан с повышенным риском развития болезни Паркинсона с возрастом. Повышенные уровни гомоцистеина вызывают воспалительные каскады в организме и, как полагают, вызывают повреждение нейронов в организме. Ежедневное потребление мангустина определенно может помочь уменьшить воспаление, а также помочь печени вырабатывать нормальный уровень гомоцистеина.

Окислительный стресс является еще одним важным фактором болезни Паркинсона. Многие исследователи считают, что

повреждение свободными радикалами увеличивается из-за ксенобиотиков или внешних воздействий, таких как пестициды и другие агенты, которые инициируют окислительный стресс во внутренней среде организма. От воспалительных реакций, связанных, например, с болезнью Альцгеймера и Паркинсона, до пагубных последствий окислительного стресса, вызванного воздействием окружающей среды. изменения, сок мангустина может помочь.

Я видел, как мангустин помогает уменьшить тяжесть этого заболевания у моих пациентов. Мангостин особенно хорош для снижения токсичности печени и позволяет печени снизить аномально высокий уровень гомоцистеина. Эффект Юлиса будет очень мощным в борьбе с болезнью Паркинсона.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

62. Синдром поликистозных яичников (СПКЯ)

По оценкам, СПКЯ поражает от 5 до 10 процентов всех женщин, и это состояние продолжает сопротивляться точной классификации причин. Женщины с СПКЯ могут иметь хроническую ановуляцию (не овуляцию), гиперандрогению, гирсутизм (аномальные волосы на теле) и ожирение.

Ниже приведены некоторые симптомы СПКЯ:

нечастые менструации, отсутствие менструаций и/или регулярные кровотечения

бесплодие или неспособность забеременеть из-за отсутствия овуляции повышенный рост волос на лице, груди, животе, спине, больших пальцах рук или ног

угревая сыпь, жирная кожа, золотая перхоть

боль в области таза

увеличение веса или ожирение, как правило, лишний вес на талии

Диабет 2 типа, высокий уровень холестерина, высокое кровяное

давление, мужское облысение или истончение волос, участки

утолщенной и темно-коричневой или черной кожи на шее, руках, груди или бедрах.

кожные бирки или крошечные лишние лоскуты кожи в области
подмышек или шеи
апноэ во сне, то есть чрезмерный храп и остановка дыхания

МАНГОСТИН НАСТОЛЬНЫЙ ОБОЗНАЧЕНИЕ 95 иногда во сне

Существует по крайней мере две первичные формы заболевания, каждая из которых имеет разную степень тяжести. Нарушения как надпочечников, так и яичников могут приводить к одинаковой сложности симптомов. Гиперинсулинемия СПКЯ представляет собой метаболический сдвиг, который часто приводит к ожирению. Это ожирение часто может проявляться в области талии и бедер и вокруг них, часто помещая человека в категорию, называемую «Синдром Х», что делает человека вероятным кандидатом на диабет. Еще одна вещь, о которой следует помнить, это то, что жировая ткань, которая когда-то считалась просто жировыми клетками, теперь известна как большое ложе гормонов, которые сильно влияют на эндокринную или гормональную систему и вызывают метаболические дисбалансы, такие как резистентность к инсулину, которая вызывает гипергликемию сыворотки и гипергликемию. внутриклеточная гипогликемия.

Ряд исследований предполагает, что легко определяемые нарушения метаболизма глюкозы и баланса гормонов могут быть частью проблемы СПКЯ. Если это состояние не лечить, молодые женщины с СПКЯ сталкиваются с подростковым возрастом, который может быть разрушительным для самооценки, а также со значительно повышенным риском для здоровья во взрослом возрасте.

Женщины с СПКЯ также склонны к чрезмерной секреции кортизола, что еще больше подпитывает цикл этого состояния.¹¹⁴ Это приводит к синдрому Х, когда тело имеет форму яблока, а жировая ткань вокруг талии увеличена. Синдром Х часто связан со стрессом и повышенным уровнем кортизола. Как вы, наверное, уже

знаете, любой гормональный дисбаланс, связанный со стрессом, является хорошим кандидатом на роль ксантонов мангустина и их синергетического эффекта на уровень серотонина.

Нездоровое повышение уровня ДГЭА может также способствовать избытку андрогенов (мужских гормонов), связанному с гирсутизмом (чрезмерным ростом волос), абдоминальным ожирением и кистогенезом при синдроме поликистозных яичников, а также мешать клеточному действию инсулина |:_ 115,116,117,118

Синдром поликистозных яичников (СПКЯ) является наиболее распространенным гормональным расстройством у женщин, поражающим примерно одну из каждой двенадцати женщин в пременопаузе. До 75% женщин с СПКЯ имеют - инсулинорезистентность и гиперинсулинемию, и было показано, что количество инсулиновой перегрузки положительно соотносится с риском для сердечно-сосудистой системы у этих женщин, несмотря на ожирение.¹¹⁹

С целостной точки зрения я всегда лечила поликистоз яичников с помощью программы детоксикации, которая была очень эффективной. Я считаю, что сок мангустина может быть очень полезен для детоксикации печени и, таким образом, организма в целом, особенно когда вы смотрите на резистентность к инсулину, к которой склонны страдающие этим заболеванием. Одним из первых пациентов, которым я дал мангустин, был пациент с резистентностью к инсулину. По сей день, почти четыре года спустя, ей больше не нужно принимать инсулин, и ее уровень сахара в крови находится под контролем, просто выпивая сок мангустина! Женщины с СПКЯ должны проводить детоксикацию своего организма и соблюдать здоровую диету. Мангустин может выполнять большую часть работы, но это не панацея от вредных привычек в еде!

Моя рекомендуемая порция

Людам, не страдающим резистентностью к инсулину, следует выпивать по 1 полной бутылке сока мангустина в день в течение

трех недель, а затем уменьшить размер порции до 2–3 унций три раза в день.

Диабетикам или людям с резистентностью к инсулину следует следовать формуле, которую я рекомендовал в течение последних четырех лет и которую можно найти в моей книге *The Mangosteen Triple Play*, доступной в Sound Concepts.

63. Предменструальный синдром (ПМС)

Предменструальный синдром (ПМС) относится к набору стойких симптомов, возникающих во время фазы менструального цикла, за семь-четырнадцать дней до менструации. Раздражительность, головные боли, упадок сил, вздутие живота, задержка воды, болезненность молочных желез, боль в суставах, акне, депрессия, тошнота, напряжение, тяга к еде, тазовые спазмы, тревога и снижение полового влечения — вот лишь некоторые из тревожных симптомов, которые часто посещают женщины, страдающие ПМС. Что касается питания, то есть доказательства того, что нехватка адекватных незаменимых жирных кислот вызывает воспалительную реакцию у женщин во время менструации, которая, по-видимому, вызывает некоторые симптомы, сопровождающие этот синдром.¹²⁰

Исследователи обнаружили, что количество стресса, которому подвергается женщина, напрямую коррелирует с тяжестью ее ПМС. Этот повышенный уровень стресса, по-видимому, усиливает симптомы этого синдрома и делает время, когда женщине трудно вести нормальное социальное взаимодействие.¹²¹

Виновником в этом случае является наш старый друг кортизол, который наносит ущерб гормональной системе женщины, циклу сна и многим другим вещам. Высокий уровень кортизола всегда связан с повышенным уровнем стресса. Многие исследования также показали, что рафинированный сахар и дефицит витаминов группы В, особенно витамина В6, вызывают снижение выработки аминокислот, особенно триптофана. Когда триптофан снижен, это повлияет на уровень серотонина в мозге, и появятся колебания настроения.

Хорошей новостью является то, что мангустин работает так же, как зверобой в том смысле, что он может успокаивать эмоции, связанные с нарушением химических веществ в мозге. В то же время мангустин не имеет некоторых побочных эффектов зверобоя. Ксантоны мангостина также противодействуют последствиям дисбаланса жирных кислот, которые могут вызвать воспаление и еще больше усугубить ПМС. Если вы выпьете на несколько унций больше сока (6 унций) за неделю до менструации, ПМС уменьшится в течение нескольких месяцев или раньше.

Моя рекомендуемая порция

Взрослые женщины должны выпивать 3 унции сока мангостина в день, увеличивая количество до 6 унций в день за неделю до менструального цикла.

64. Беременность

Недавно полученные данные указывают на важность лечения - воспаления щитовидной железы и аутоиммунных нарушений у пациентов, особенно во время беременности. Воспаление щитовидной железы может быть не просто легким временным дисбалансом, а признаком более тяжелой атрофии и дисфункции щитовидной железы в будущем.

Дисбаланс щитовидной железы на ранних сроках беременности женщины может ослабить когнитивное развитие ее ребенка почти десять лет спустя, и эта связь может быть как способствующей, так и длительной. Исследователи пришли к выводу, что эта предотвратимая причина когнитивного дефицита требует более внимательного наблюдения и лечения гипотиреоза у беременных.

122

Поскольку ксантоны в мангустине помогают излечить дырявую кишку, само собой разумеется, что ежедневное употребление сока мангостина во время беременности помогает при любой форме воспаления щитовидной железы. Связь синдрома повышенной кишечной проницаемости может быть основана на том факте, что заболевания щитовидной железы часто считаются аутоиммунными заболеваниями. Кроме того, было проведено много исследований о

влиянии антиоксидантов на плод в утробе матери. Пассивное курение было серьезным нарушением здоровья плода, и фактически исследования показали, что существует очень серьезная связь между пассивным курением и смертностью плода в виде мертворождения.¹²³

Ксантоны являются мощными антиоксидантами, которые могут помочь защитить как мать, так и ребенка во время беременности. Когда аминокислота гомоцистеин обнаруживается в повышенных количествах в организме, это является признаком дисфункции печени. Это состояние довольно часто также связано с синдромом повышенной кишечной проницаемости. Эта утечка из кишечника позволяет огромному количеству токсинов проходить через тонкую кишку, вызывая накопление токсинов в печени, что в конечном итоге может вызвать такие вещи, как повышенный уровень гомоцистеина.

Женщины с повышенным уровнем гомоцистеина были на 32-100% более склонны к осложнениям беременности, таким как преэклампсия, преждевременные роды и низкий вес при рождении. Врожденные дефекты, а также дефекты нервной трубки и косопласть также чаще встречались у младенцев, чьи матери имели повышенный уровень гомоцистеина.^{12.1} Гомоцистеин представляет собой очень серьезный и широко распространенный риск для здоровья.

Что еще можно попросить, чтобы помочь матери, кроме чего-то, - что помогает печени модулировать гомоцистеин и предотвращает серьезные осложнения у матери? Mangosteen хан thones делают именно это. Они лечат кишечник, улучшают работу печени, снижают уровень гомоцистеина и предотвращают осложнения.

Моя рекомендуемая порция

Взрослые женщины должны выпивать от 4 до 6 унций сока мангустина в день.

65. Заболевания простаты

Ученые-исследователи получили новые убедительные данные,

которые показывают, что существует связь между профилактикой рака простаты, вызванного свободными радикалами, и использованием антиоксидантов. Антиоксиданты, по-видимому, наносят один-два удара в предотвращении последствий роста раковых клеток. Исследования показывают, что антиоксиданты также обладают мощной способностью частично блокировать образование свободных радикалов, стимулируемое андрогенами, и замедлять рост раковых клеток на целых 44 процента.^{12.5} Ксантоны мангостина способны уменьшать заболевания предстательной железы и замедлять рост раковых клеток на 44 процента. Ксантоны — одни из самых мощных антиоксидантов, которые я когда-либо видел за 30 лет практики. В исследовании упоминаются антиоксиданты из витаминов С и Е, более слабые антиоксиданты, чем ксантоны мангустина.

Стресс также может быть связан с раком простаты и многими другими формами рака. ДГЭА, вырабатываемый надпочечниками, ингибирует снижение уровня триптофана, что тесно связано с регуляцией стресса в организме из-за его связи с серотонином. Поскольку ксантоны ограничивают стресс в организме, они также ограничивают снижение уровня триптофана так же, как это делает ДГЭА.

Эпидемиологические исследования показывают, что циркулирующие уровни ДГЭА связаны с этиологией некоторых видов рака. Снижение уровня ДГЭА и ДГЭА-С в сыворотке положительно коррелирует с развитием рака мочевого пузыря и желудка у некоторых пациентов. Также было показано, что у людей с раком простаты и легких уровень ДГЭА значительно ниже.¹²⁶

Ежедневно выпивая сок мангустина, вы можете помочь - предотвратить болезнь, о которой вы даже не подозревали, например, некоторые виды рака. Некоторые из этих видов рака были изучены в Токийском университете, где ксантоны мангустина уничтожали культуры рака, выращенные в чашке Петри. Почему у мужчин есть веская причина пить напиток из мангустина?

Моя рекомендуемая порция

Взрослым мужчинам следует выпивать 6 унций сока мангустина в день.

66. Псориаз

В течение многих лет врачи-холисты учат своих пациентов тому, что кожные заболевания, такие как псориаз, не могут быть излечены кремами для кожи, которые только подавляют это состояние. В первые несколько месяцев использования сока мангустина в моей клинике псориаз был одним из состояний, при которых мы видели очень хорошие результаты. Произошел сдвиг парадигмы в понимании того, что на самом деле вызывает псориаз. Старый взгляд на псориаз только как на кожное заболевание начинает ускользать.

В настоящее время имеются доказательства того, что псориаз — это не кожное заболевание, а заболевание кишечника.¹² Токсическая перегрузка печени из-за повышенной проницаемости тонкого кишечника может привести к отложению токсинов в коже. Таким образом, у вас есть такие вещи, как псориаз, экзема и склеродермия. Еще одним фактором псориаза является дисбаланс жирных кислот. Поскольку жирные кислоты связаны с воспалительными реакциями в организме, мы часто наблюдаем их в сочетании с псориазом.¹²⁸

Тяжелые металлы также могут играть роль в развитии псориаза. С увеличением содержания тяжелых металлов в окружающей среде кожа все больше подвергается бомбардировке не только с поверхности кожи, но и из-за поступления тяжелых металлов через кишечную мембрану. Кожа также служит важной проницаемой мембраной для выведения токсинов из организма.

Раздражение кожи может возникнуть непосредственно из-за проникновения этих токсинов в кожный слой или из-за того, что сами токсины могут вызвать проблемы с кожей, поскольку они накапливаются в организме. Например, пероральный прием никеля ухудшает течение хронической экземы. Одно контролируемое исследование показало, что после поправки на

возраст у пациентов с атопической экземой выделялось значительно большее количество никеля, чем у здоровых людей, что, возможно, свидетельствует об усилении кишечной абсорбции этого токсина.¹²⁹ Ксантоны мангостина не только лечат кишечник, препятствуя всасыванию тяжелых металлов через слизистую оболочку, но и уменьшают воспаление кожи от внешнего контакта.

Я уверен, что вы уже знаете о взаимосвязи между кишечником и печенью. Печень зависит от кишечника для нормального функционирования. Состояние, известное как синдром повышенной кишечной проницаемости, часто является предшественником неспособности печени функционировать. В случае псориаза печень перегружается токсинами, которые ей необходимо обезвреживать, но не удается.

Каждый раз, когда вы пьете напиток из мангостина, вы помогаете кишечнику излечиться. Это происходит гораздо быстрее, чем когда мы принимаем таблетки, потому что это сок. Он быстро всасывается через слизистую оболочку кишечника, а затем попадает в кровь, откуда попадает в печень. Как только он попадает в печень, он помогает излечить печень благодаря своим антиоксидантным возможностям и другим средствам. Поскольку -токсины, проходящие через кишечник, не слишком быстро перегружают печень, теперь она может избавляться от этих токсинов обычными способами, а не через кожу.

Ксантоны этого фрукта являются мощными детоксикантами печени, и если принимать их ежедневно, они будут продолжать защищать ваш кишечник, печень и кожу на долгие годы. Люди часто спрашивают, должны ли они принимать этот сок каждый день до конца жизни. Мой ответ: «Почему бы и нет, если это так много делает для поддержания здоровья вашего тела?»

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 4 до 6 унций сока мангостина в день. Если печень слишком быстро очищается от токсинов, состояние кожи поначалу ухудшится. Ваш план действий должен

состоять в том, чтобы увеличить потребление воды или уменьшить количество сока, а затем постепенно увеличить количество сока мангустина до 6 унций в день. Оставайтесь увлажненными; если вы не пьете достаточно воды в день, вы не увидите хороших результатов, потому что организму нужна среда для рассеивания токсинов.

67. Болезнь Рейно

Болезнь Рейно — это заболевание, поражающее кровеносные сосуды пальцев рук и ног, ушей и носа. Для этого расстройства характерны периодические вазоспастические приступы, вызывающие сужение кровеносных сосудов в пальцах рук и ног. Болезнь Рейно может возникать сама по себе или быть вторичной по отношению к другому состоянию, такому как склеродермия или волчанка.

Несмотря на то, что оценки различаются, недавние исследования показывают, что болезнь Рейно может поражать от 5 до 10 процентов населения США в целом. Женщины чаще, чем мужчины, страдают расстройством. Болезнь Рейно чаще встречается у людей, живущих в холодном климате. Однако у больных, живущих в более мягком климате, может быть больше приступов в периоды более холодной погоды.

Поскольку стресс и эмоциональная травма могут спровоцировать приступ, особенно у людей с первичной болезнью Рейно, умение быть в курсе и избегать стрессовых ситуаций может помочь уменьшить количество приступов. Были проведены научные исследования, показывающие, что тирозин участвует в симптомах болезни Рейно, а также часто встречается при склеродермии и волчанке. Это представляет для меня особый интерес, потому что связь между тремя заболеваниями значительна, когда речь идет о потенциальной пользе сока мангустина.

С тех пор, как я рекомендовал этот сок, у меня был один замечательный опыт с молодой леди, больной склеродермией. Из-за этого опыта я провел последние 21 месяц, исследуя возможную связь, и обнаружил, что склеродермия напрямую связана с дисфункцией печени и синдромом повышенной кишечной

проницаемости. Похоже, что связь с тирозином также связана с дисфункцией печени. Это привело бы меня к мысли, что они тесно связаны с той же этиологией, что и болезнь Рейно.

Хотя я лично не видел случая болезни Рейно, я верю, что есть шанс, что сок мангустина может оказать положительное влияние на это заболевание. Важно помнить о связи кортизола со стрессом и помнить, что ксантоны оказывают значительное влияние на химические вещества мозга, снижающие стресс.

Ксантоны мангостина очень многогранны. Меня поражает, как в одном фрукте может содержаться фитохимическое вещество, влияющее на столь многие аспекты организма — в данном случае на стресс, уровень серотонина, функцию печени и баланс аминокислот, особенно когда речь идет о аминокислотах триптофан и его связь с серотонином. Корреляция склеродермии с волчанкой и связь кишечника и печени с обоими состояниями наводят меня на мысль, что ксантоны мангостана могут быть полезны для обоих; поэтому я убежден, что это могло бы принести некоторую пользу и Рейно.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день. Порция должна сопровождаться большим количеством воды, не менее 4 литров в день для взрослого человека.

68. Ревматоидный артрит

Ревматоидный артрит поражает суставы, в первую очередь кистей и запястий, и является результатом дефектной иммунной системы. Результатом является сильная скованность и острая, хроническая боль. Переизбыток синовиальной жидкости вокруг суставов также способствует отечности и ограничению подвижности. Болезнь поражает все суставы, особенно лучезапястные суставы и суставы кистей. По мере прогрессирования заболевания хроническое воспаление в конечном итоге разрушает хрящи, сухожилия и связки в локтевых, плечевых, коленных суставах и суставах нижних конечностей. Это

заболевание является еще одним из тех заболеваний, на которые конкретно влияет матрица.

Ревматоидный артрит начинается с разрушения слизистой оболочки тонкой кишки при синдроме повышенной кишечной проницаемости, который затем становится еще одним аутоиммунным заболеванием. На него могут повлиять такие вещи, как дисбаланс аминокислот, заражение паразитами, токсичность тяжелых металлов, дисбаланс жирных кислот и дисфункция пищеварения. Лекарства от ревматоидного артрита опасно принимать в течение длительного периода времени, поскольку они могут вызвать повреждение печени, сердца и почек и в конечном итоге привести к необходимости пересадки органов. Я умоляю любого из вас, кто принимает НПВП, дважды подумать об альтернативе ревматической боли.

В сентябре 2004 года фармацевтическая компания Merck убрала Vioxx с рынка, потому что он вызывает повышенный риск сердечных заболеваний, инсульта и сердечного приступа. Я давно предупреждал людей об этих препаратах. Начались убийства и судебные процессы. С мангустинном у вас есть натуральный продукт, который, на мой взгляд, дает лучшие результаты, потому что это настоящий ингибитор ЦОГ-2, который не повреждает печень и сердце.

Когда вы принимаете сильнодействующие лекарства, вы вызываете сильное повреждение свободными радикалами, которое иногда проявляется через месяцы или годы, но в конечном итоге это настигнет вас. Пейте сок мангустина; он может исцелить ваше тело изнутри и защитить его от болезней.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день, запивая большим количеством воды.

69. Ринит

Ринит — это реакция, которая возникает в глазах, носу и горле после того, как переносимые по воздуху аллергены вызывают высвобождение гистамина. Гистамины вызывают воспаление и

выработку жидкости в тонкой оболочке носовых пазух, носовых ходов и век.

Телесные реакции, связанные с аллергическим ринитом, включают противодействие ; зуд в носу, горле, глазах и ушах; чихание; и насморк. Существует два типа аллергического ринита: сезонный, который возникает, в частности, в сезон цветения пыльцы; и многолетнее, которое происходит в течение всего года. Наиболее распространенными причинами аллергического ринита являются плесень, пыльца, перхоть животных и пылевые клещи.

Это обычные оправдания симптомов, или то, что я люблю называть стандартной пропагандой. Правда в том, что это состояние связано не столько с сезоном цветения пыльцы или кошачьей перхотью, сколько со здоровьем внутренней матрицы тела. Зудящие симптомы, возникающие в результате ринита, на самом деле вызваны воспалением. Любое воспаление в организме происходит из-за молекулярных изменений в организме. Это внешний признак внутренней дисфункции матрицы. Ксантоны мангустина могут сбалансировать матрикс тела и быстро устранить ринит и любые связанные с ним вирусные заболевания.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 2 унций сока мангустина три раза в день. Взрослым следует выпивать от 2 до 3 унций сока мангустина в день.

70. Розацеа

Розацеа — распространенное кожное заболевание, вызывающее покраснение и отек лица, часто характеризующееся обострениями и ремиссиями. Покраснение и крошечные прыщики часто возникают на щеках, носу, подбородке или лбу. В тяжелых случаях нос может стать опухшим и неровным из-за избыточной ткани. На лице могут появиться мелкие видимые кровеносные сосуды . Это также может вызвать раздражение глаз. Розацеа обычно начинается в любое время после 30 лет. Точная причина розацеа до сих пор неизвестна.

В холистической медицине патологии мы считаем, что слишком много токсичных отходов, скопившихся в легких, печени и желудке, может вызвать воспаление лица. следовательно, обработка кожи лица кремом становится неадекватной. Наиболее эффективным методом является детоксикация вашего тела, которая выводит токсины изнутри и предотвращает возвращение болезни. Хотя это не так часто встречается у молодых людей, как у людей среднего возраста, я наблюдал заметный рост заболеваемости розацеа у молодых людей. Я считаю, что молодое поколение становится более восприимчивым к этому заболеванию из-за повышенного воздействия фаст-фуда, транс-жиров, содержащихся в фаст-фуде .масла и пищевые продукты с консервантами. Также увеличивается ежедневное воздействие загрязняющих веществ в пище, которую мы едим, и в нашем мире в целом, что истощает нашу иммунную систему.

Сок мангустина является отличным усилителем иммунной системы и мощным детоксикантом печени. Помните, что если печень не может очистить кровеносную систему от токсинов, она заставит токсины попасть в кожу, которая является еще одним органом выведения.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать по 2 унции сока мангустина три раза в день. Сок также следует наносить местно на пораженный участок каждый день.

71. Радикулит

Это состояние, с которым я хорошо знаком как с профессиональной точки зрения, так и с точки зрения пациента. Ишиас — это воспаление или невропатия нерва, называемого седалищным нервом, который является самым длинным нервом в организме и простирается от 4-го ^{поясничного} нервного корешка вниз по спине и ягодицам по всему ходу ноги. Это боль, которая может проявляться по всему ходу нерва или в определенных местах, таких как подколенные сухожилия или колени.

Ишиас обычно вызывается компрессией корешка поясничного

отдела позвоночника и, гораздо реже, компрессией самого седалищного нерва. Таким образом, «истинный» ишиас вызывается компрессией нервного корешка, когда считается, что это поясничная радикулопатия (или радикулит, когда он сопровождается воспалительной реакцией) из-за грыжи позвоночного диска.

В течение последних 31 года я лечил это состояние, которое, как правило, носит воспалительный характер и, по моему мнению, связано с тем, что хиропрактики называют подвывихом (защемление корешка спинномозгового нерва смещенным позвонком, как правило, на уровне L4). Большую часть времени это может быть облегчено правильной регулировкой позвоночника, проводимой мануальным терапевтом. Иногда воспаление сохраняется, и в качестве вспомогательного средства я бы порекомендовал вам пропитать марлю мангустинном, обмотать им больную ногу, а затем обмотать марлю полиэтиленовой пленкой и лечь спать. Обертывание загонит ксантоны в нерв и поможет быстрее устранить воспаление.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать по 1 полной бутылке сока мангустина в день в течение трех дней. После этого уменьшите количество до 2 унций сока три раза в день.

72. Склеродермия

Склеродермия, или системный склероз, представляет собой хроническое заболевание соединительной ткани, обычно классифицируемое как одно из аутоиммунных ревматических заболеваний. Затвердение кожи является одним из наиболее заметных проявлений болезни. Заболевание было названо «прогрессирующим системным склерозом», но использование этого термина не рекомендуется, так как было обнаружено, что склеродермия не обязательно прогрессирует.

Склеродермия – это заболевание, которое может иметь видимые симптомы, как в случае поражения кожи, или невидимые симптомы, как при поражении внутренних органов. Многие хронические воспалительные заболевания, такие как склеродермия, связаны с дисбиозом кишечника. Воспаление тонкой кишки может быть предвестником ряда ревматических заболеваний, включая анкилозирующий спондилоартрит, реактивный артрит и другие аутоиммунные заболевания, такие как склеродермия.

Многие из ревматических симптомов, связанных с этими расстройствами, возникают из-за боли и воспаления, вызванных желудочно-кишечной проблемой, известной как синдром повышенной кишечной проницаемости (LGS). Подобно артриту, склеродермия связана не только с LGS, но и с дисфункцией печени, связанной с LGS.

Тонкая кишка также вовлекается в склеродермию, что приводит к расширению кишечника и избыточному бактериальному росту. Затем организму становится трудно расщеплять пищевые вещества, что вызывает мальабсорбцию или потерю материала со стулом, что приводит к диарее и потере веса. Бактерии также разрушают слизистую оболочку тонкой кишки, повреждая этот участок.¹³⁰

Я имел честь своими глазами наблюдать за молодой женщиной, которая страдала склеродермией и испытала замечательные результаты после употребления сока мангустина. Матрикс глубоко вовлечен в это состояние, как и при ревматоидном артрите, и следует понимать, что ни одна вещь никогда не является единственной причиной такого заболевания, как склеродермия.

Невероятный факт заключается в том, что ксантоны воздействуют на многие основные компоненты матрикса, такие как дисбаланс жирных кислот, дисбаланс аминокислот, паразиты, бактериальная перегрузка, воспаление и другие. Его сок поможет излечить проблемы с проницаемостью кишечника и, следовательно, печени. Я знаю, что при склеродермии можно помочь, ежедневно употребляя сок мангустина. Сок мангустина является мощным противовоспалительным средством, которое может оказать

положительное влияние на основные причины этого состояния.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать 6 унций сока мангустина в день, запивая большим количеством воды.

73. Нарушения сна

Национальный институт старения прогнозирует, что более 80 % пожилых людей в тот или иной момент испытывают различные виды проблем со сном, причем бессонница регулярно поражает - одну четверть населения.¹³¹

Пережив 22 года бессонницы, я знаю, как это может привести к снижению иммунной системы в течение длительного периода времени. Постоянные проблемы со сном могут серьезно расстроить жизнь человека, нанося серьезный ущерб как личным, так и профессиональным отношениям .

Несмотря на то, что нарушения сна могут быть чрезвычайно тяжелыми и изнурительными сами по себе, со временем они могут вызвать дополнительные проблемы со здоровьем, ослабляя или снижая естественную устойчивость к инфекциям, депрессии, разрушению клеток и болезням.

Триптофан, незаменимая аминокислота, была названа «природным снотворным» за ее значительную роль в биохимическом механизме сна. Предоставляя основное вещество для производства серотонина — важного природного релаксанта — триптофан является важной частью прогрессии гомеостаза, который модулирует хороший цикл сна и бодрствования в организме.¹³²

Поскольку он влияет на цикл сна и бодрствования, триптофан также влияет на мелатонин, один из высших антиоксидантов организма. Мелатонин обладает как водо-, так и жирорастворимыми свойствами, что делает его одним из немногих известных в природе антиоксидантов, способных защищать все части клетки. Поскольку мелатонин обладает исключительной

способностью перемещаться по барьерным системам организма, он может защитить почти каждую клетку тела. Таким образом, он служит важной защитой от повреждения клеток, связанного со старением и болезнями.

Мелатонин — это естественный гормон, который играет важную роль в контроле как температуры тела, так и цикла сна и бодрствования. Поскольку мелатонин высвобождается шишковидной железой в связи с циклом свет-темнота (это называется циркадным ритмом), нарушение паттернов секреции может лежать в основе многих типов болезней сна.

также может служить мощным средством для увеличения продолжительности сна. Исследования показывают, что он также очень эффективен в уменьшении симптомов смены часовых поясов. Связь мелатонина с триптофаном связана с функцией печени и с тем, как она влияет на выработку и модуляцию аминокислот. Больная печень может вызвать бессонницу и другие формы нарушений сна.

Еще одна часть матрицы — это стресс. Организм высвобождает кортизол в нормальном темпе с циклом сна-бодрствования. Уровни усиливаются и достигают пика в ранние утренние часы как часть физиологического ответа организма на пробуждение. Чрезмерная секреция или нарушение высвобождения кортизола может серьезно нарушать режим сна.¹³³

Я не могу не подчеркнуть, что ежедневное употребление мангустина может сильно повлиять на весь цикл сна и бодрствования. Он может уменьшить стресс, который имеет тенденцию вызывать дисбаланс гормонов надпочечников, и может излечить кишечник и печень, позволяя аминокислотам, таким как триптофан, модулировать нормальный баланс серотонина и, следовательно, нормальный режим сна. Вам не нужно принимать снотворное. Я знаю, о чем говорю: я принимал снотворное 21 год, прежде чем нашел мангустин!

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

74. Желудочные или пептические язвы

Пептические язвы — это язвы, которые появляются в желудке или верхней части тонкой кишки, которая называется двенадцатиперстной кишкой. Язва желудка называется язвой желудка, а язва двенадцатиперстной кишки — язвой двенадцатиперстной кишки.

Язва желудка и двенадцатиперстной кишки может возникнуть, когда бактерии *Helicobacter pylori* или лекарства ослабляют защитную слизистую оболочку желудка и двенадцатиперстной кишки, позволяя кислоте проникать в чувствительную оболочку под ними. И кислота, и бактерии могут раздражать слизистую оболочку и вызывать язву. Более 12 миллионов американцев страдают от таких заболеваний, как гастрит, пептическая язва и язва двенадцатиперстной кишки — состояния, напрямую связанные с присутствием бактерий *H. pylori*. *H. pylori* также ассоциируется с увеличением числа детей с хронической болью в животе. Считается, что *H. pylori* вызывает рак желудка.¹³⁴ *H. pylori* уникальны тем, что являются единственными бактериями, способными жить в очень кислой среде желудка.

Примерно десять лет назад считалось, что причиной гастрита желудка является чрезмерная секреция кислоты в желудке. Исследователи предположили, что из-за высокого содержания кислоты слизистая оболочка желудка подвергалась эрозии, что приводило к язве и раку желудка. Высокий уровень кислоты в желудке лечили антацидами, и были получены удовлетворительные результаты. Затем исследователи обратили свое внимание на бактерии, известные как *H. pylori*, которые в настоящее время считаются основной причиной заболеваний желудка. Воспаление слизистой оболочки желудка было обнаружено в связи с *H. pylori*. В нескольких исследованиях более 90 процентов пациентов с язвой двенадцатиперстной кишки и 70 процентов пациентов с язвой желудка были инфицированы *H.*

H. pylori — это бактерия, которая может нанести вред здоровью любого, у кого она обнаружена; он может разрушить слизистую оболочку желудка и уменьшить выработку желудочной кислоты. Если в желудке имеется гипохлоргидрия (низкая кислотность), это может привести к заселению тонкой кишки бактериями и развитию синдрома повышенной кишечной проницаемости. Желудок с пониженной кислотностью не может правильно расщепить съеденную пищу, и эти непереваренные частицы пищи либо не усвоятся, либо пройдут через тонкую кишку и вызовут пищевую аллергию и, возможно, аутоиммунные изменения в организме .

Еще одна вещь, которую следует помнить о нехватке кислоты в желудке, заключается в том, что нормальный выброс кислоты из желудка в тонкую кишку обычно убивает нежелательные и потенциально опасные бактерии, которых там быть не должно. Это увеличение количества бактерий в тонком кишечнике может вызвать эрозию тонкого кишечника и привести к LGS (синдрому повышенной кишечной проницаемости), который повреждает матрикс по всему телу.

Наши ксантоны мангустина могут убивать бактерии, устранять воспаление желудка и слизистой оболочки кишечника, а также очищать печень. Все начинается с первого глотка сока из плодов мангустина. Видите, какой хорошей профилактической программой является этот сок? Теперь, когда у вас есть более четкое представление о том, как это работает, вы можете быть уверены, что поделитесь им с теми, кто вас окружает, и с теми, кого вы любите больше всего.

Моя рекомендуемая порция

Детям следует выпивать от 1 до 3 унций сока мангустина в день. Взрослым следует выпивать от 2 до 6 унций сока мангустина три раза в день. При тяжелых хронических состояниях пациенту следует выпивать по 1 полной бутылке в день в течение трех недель, после чего уменьшить размер порции до 2–3 унций сока три раза в день.

75. Стресс

Стресс — один из самых пагубных аспектов современной жизни, и без него многие болезни современного человека исчезли бы. Это проявляется в огромном воздействии стресса на всю иммунную систему, гормоны надпочечников и многие другие части матричного комплекса. Просто влияние кортизола на организм из-за стресса, связанного с работой, ошеломляет. Понимание реального воздействия стресса имеет серьезные последствия для здоровья. Повышенный уровень кортизола, вызванный стрессом, связан с потерей памяти, повреждением области гиппокампа в головном мозге, ослаблением иммунитета и многими дополнительными негативными последствиями для здоровья.¹³⁷

Ежедневный стресс играет главную роль у женщин с ПМС; женщины, пережившие негативный или стрессовый жизненный опыт, чаще испытывают симптомы ПМС.¹³⁸ Некоторые исследователи с убедительными доказательствами предположили, что фибромиалгия является «синдромом, связанным со стрессом». Тит основан на более тщательном изучении заболевания, которое показывает, как часто кажется, что состояние перерастает в усугубление гормонального дисбаланса, что сигнализирует о нарушении в системах организма, реагирующих на стресс.

Мангостин нормализует связь между аномальными уровнями триптофана и серотонина в организме, которые обладают естественной способностью уменьшать стресс и обеспечивать нормальный уровень кортизола, гормона стресса в организме. Это тесно связано с нарушениями сна. Нарушение сна может привести к повышению уровня кортизола, а затем к физиологическим последствиям, вызывающим множество состояний, вредных для здоровья. Разумно пить этот сок ежедневно и снижать уровень стресса.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

76. Инсульт

В настоящее время прогнозируется, что 57 миллионов американцев — более одной пятой всего населения США — имели те или иные проявления сердечно-сосудистых заболеваний, включая инсульты.

Дисбаланс аминокислот может по-разному влиять на состояние сердечно-сосудистой системы. Таурин, антиоксидант с противовоспалительным действием, модулирует клеточный приток кальция, натрия, калия и особенно магния — его часто называют «природным блокатором кальциевых каналов». Влияя на удержание калия сердцем, таурин, по-видимому, устраняет некоторые сердечные аномалии.¹³⁹ Следовательно, субнормальные уровни могут указывать на усиление сердечно-сосудистых симптомов.

Другой аминокислотой, которая имеет решающее значение для правильного метаболизма углеводов, является метионин. Нарушение метаболизма метионина, особенно накопление гомоцистеина, приводит к увеличению частоты ишемической болезни сердца,¹⁴⁰ периферической и церебральной окклюзионной болезни,¹⁴¹ инфаркт миокарда,^{142 141} и инсульт.¹⁴⁴ Было показано, что прием аргинина уменьшает толщину интимы и сосудистую реактивность при атеросклерозе,¹⁴⁵ а также уменьшает слипание тромбоцитов и образование тромбов в стенках артерий.¹⁴⁶ Аргинин является предшественником оксида азота, который играет ключевую роль в контроле артериального давления и накоплении тромбоцитов.

Суть всей этой информации в том, что если вы правильно питаетесь и принимаете все аминокислоты в предписанных количествах, у вас, скорее всего, не будет инсульта или сердечно-сосудистых заболеваний. На самом деле, однако, за многие годы лечения пациентов я обнаружил, что большинство людей не хотят соблюдать диету, которая им полезна, поэтому они остаются в группе риска. Все, что токсично для печени, вызовет дефицит аминокислот и, таким образом, может подвергнуть вас риску сердечно-сосудистых заболеваний или инсульта. Как вы, наверное,

уже поняли , ксантоны мангустина могут очищать печень; они также лечат дырявую кишку. Это позволяет правильно обрабатывать аминокислоты в матрице тела. Если вы хотите узнать больше на эту тему, прочитайте раздел «Сердечно-сосудистые заболевания».

Известно, что ксантоны обладают мягким противосвертывающим действием при вирусном воспалении. Это важно помнить, потому что очень много людей умирает от инсультов и сердечных приступов. У вас есть хороший источник пищи против инсульта, против сердечного приступа в соке мангустина.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать по 1 полной бутылке сока в день в течение трех недель, после чего уменьшить размер порции до 2 унций сока в день.

77. Тиреоидит

много говорилось о тиреоидите и аутоиммунных заболеваниях. На это состояние во многих случаях влияет синдром повышенной кишечной проницаемости. Это считается аутоиммунным - заболеванием, и я считаю, что с ним нужно бороться, сначала вылечив кишечник. Это было бы в соответствии с философией матрицы, которая говорит, что это не просто заболевание щитовидной железы, но также состояние, вызванное нарушением жизнеспособности слизистой оболочки кишечника.

Ксантоны мангостина лечат кишечник, а также полезны для щитовидной железы. За последние 2 года, с тех пор как я использовал этот напиток для лечения пациентов, я заметил, что состояние щитовидной железы значительно улучшилось . Наряду с этим я видел пациентов с заболеваниями, связанными с синдромом повышенной кишечной проницаемости, состояние которых значительно улучшилось благодаря ежедневному употреблению сока мангустина.

Я считаю, что с годами все больше и больше женщин и мужчин, которые сейчас принимают лекарства для щитовидной железы, больше не будут нуждаться в них, потому что они устранили

основные причины в матрице тела, вызывающие тиреоидит.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 4 до 6 унций сока мангустина в день.

78. Диабет 1 типа

В своей практике я лечил пациента с юношеским диабетом, также известным как диабет 1 типа, который весьма благосклонно отреагировал на сок мангустина. Этой молодой женщине в то время было 24 года, и у нее в анамнезе были выкидыши. Она также была довольно эмоциональной и имела историю злоупотребления наркотиками. Незадолго до того, как она начала принимать мангустин, у нее случилась еще одна серия выкидышей, и она была очень подавлена этим. Мы поговорили, и я предложил ей попробовать сок. Я объяснил, что, хотя сахар во фруктах и беспокоил ее, я полагал, что на нее это не повлияет. Это было основано на предыдущем опыте работы с диабетиками 2-го типа.

Я думал, что это, по крайней мере, может помочь ее эмоциональным американским горкам, сбалансировав уровень стресса в ее теле. Находясь на соке, у нее впервые в жизни не было выкидыша. Ее диабет стал менее тяжелым, хотя ей по-прежнему приходилось следить за своим питанием. Помните, что стресс играет большую роль при любом виде диабета, даже при диабете 1 типа.

Укрепляя матрицу, мы не можем полностью исправить состояние, но можем улучшить общее состояние здоровья.

Моя рекомендуемая порция

То же, что и рекомендация для диабета 2 типа (следующий раздел).

79. Диабет 2 типа

В наше время у нас есть замечательная возможность улучшить свое здоровье за счет раннего выявления диабета или дисгликемии.

Поддержание стабильного снабжения клеток глюкозой (энергетический «обмен» организма) необходимо для баланса в организме.

Неспособность сохранить нормальный контроль уровня глюкозы может привести к многочисленным метаболическим заболеваниям, включая болезни сердца, гипертонию, диабет, ожирение, - хроническую усталость, быстрое старение, дегенеративные заболевания, а также ряд психических и эмоциональных состояний.

Выражение «синдром изобилия» использовалось для объяснения состояния многих западных развитых стран. Проще говоря, мы много едим, едим избыток рафинированных углеводов (белой муки и белого сахара), потребляем мало клетчатки, мало тренируемся и находимся в постоянном стрессе.

Эта смесь разрушает нашу способность поддерживать активный метаболизм глюкозы. В результате ожирение, диабет и сердечные заболевания зашкаливают не только среди взрослого населения, но и среди молодежи.

Если его игнорировать и не лечить, диабет 2 типа может привести к дорогостоящему, инвалидизирующему, дегенеративному состоянию, которое может и будет разрушать качество и продолжительность жизни. На своем пути диабет оставляет дорогостоящий след сломанных жизней не только для пациентов и их семей, но и для страны в целом. Когда-то это заболевание предназначалось только для людей среднего и старшего возраста, но сейчас у детей в возрасте 7 лет диагностируют диабет 2 типа, который раньше называли «диабетом взрослых». Если тенденция продолжится, каждый третий из сегодняшних детей будет взрослым диабетиком.

Ксантоны из сока мангустина творят чудеса, снижая высокий уровень сахара в крови. Я лично видел, как это происходит снова и снова. Ксантоны мангустина могут остановить резистентность клеток к инсулину и позволить глюкозе проникнуть в 100 триллионов клеток организма. Но это не панацея. Да, вы можете

снизить высокий уровень сахара в крови довольно быстро — часто за 30 минут , — но вы должны исключить из своего рациона нездоровую пищу, чтобы получить устойчивые результаты.

Хорошей новостью является то, что, снижая уровень сахара в крови в организме, ксантоны могут дать вам потенциальную возможность поговорить с вашим врачом о снижении огромного количества инсулина, который вы принимаете. Каждый год ученые обнаруживают все больше доказательств того, что диабет приводит к истощению основных микроэлементов, вызывая тем самым еще большие метаболические нарушения в организме. ¹¹

Еще один тревожный факт заключается в том, что взрослые с диабетом или резистентностью к инсулину в два-четыре раза чаще страдают сердечными заболеваниями или страдают от инсульта. Чтобы подчеркнуть тот факт, что образование должно начинаться в раннем возрасте, только 33 процента взрослых в этой стране считают, что болезни сердца, связанные с диабетом, имеют большое значение. ¹⁴⁸

Матрица играет большую роль в контроле сахарного диабета. Имеются данные о том, что воспаление и окислительный стресс являются частью матрицы, влияющей на диабет.

Хронический дисбаланс сахара в крови может привести к высокому уровню свободных радикалов в организме, что может вызвать цикл метаболических дисбалансов в организме, что приводит к нарушению метаболизма инсулина и глюкозы. Повышенный уровень глюкозы в крови или тканях может вызвать изменение белков, развитие, известное как гликирование или гликозилирование. Это изменение создает чрезвычайно токсичные побочные продукты, называемые конечными продуктами расширенного гликозилирования (AGE). Считается, что эти конечные продукты вызывают огромное количество повреждений тканей и органов при диабете, старении и уремии, а также слепоту (ретинопатию), повреждение нервов (нейропатию), сердечно-сосудистые заболевания, деменцию и повреждение почек (нефропатию). ¹⁴⁹

Не знаю, как вы, но последнее, что я хочу испытать, становясь старше или в любой другой период моей жизни, — это ускоренное старение, слепота, невропатия и все другие вещи, связанные с диабетом. Самое главное, я не хочу, чтобы мои дети в раннем возрасте страдали ожирением и диабетом 2-го типа. Держите своих детей на мангустине каждый день и начните с них хорошую программу упражнений, и ваши дети не станут диабетиками.

Моя рекомендуемая порция

Я обнаружил, что при диабете вы должны проверять уровень сахара в крови, как только встаете утром. Если сахар в крови повышен и вы находитесь на инсулинотерапии таблетками, пейте U2 до 1 унции сока манго стина перед завтраком. Затем повторно проверьте уровень сахара в крови через 30 минут. Если уровень сахара в крови падает, повторите тест в полдень перед едой и попробуйте выпить 1 унцию. Снова проверьте уровень сахара в крови через 30 минут. Если уровень сахара в крови остается нормальным или снижается, попробуйте выпить 2 унции вечером, следуя той же процедуре.

Его цель состоит в том, чтобы выпивать 2 унции сока три раза в день, но может потребоваться время, чтобы достичь этого количества. Если уровень сахара в крови повышается, придерживайтесь наименьшего размера порции, который будет поддерживать нормальный уровень сахара в крови. Если вы вообще плохо реагируете, то оставайтесь на *уровне 2 унций* некоторое время, пока не увидите, что уровень сахара в крови начал падать. Это случается очень редко, и вам не нужно паниковать; обычно это происходит, когда кто-то сидит на очень плохой диете и ест слишком много углеводов .

Если вы используете инъекции, попробуйте ту же процедуру, что и выше, но начните с 2 унций сока. Обычно это работает, и вы увидите удивительные изменения. Если вы видите повышение уровня сахара в крови, перейдите на порцию по 1 унции в полдень и т. д. Я использовал эту технику со своими пациентами в течение нескольких лет и видел отличные результаты.

Пожалуйста, проконсультируйтесь с врачом перед тем, как попробовать мангустин для лечения диабета. Возможно, вам придется рассказать своему врачу о мангустине. Помните, что несмотря на то, что мангустин обладает мощным действием, он не может поддерживать здоровье вашего тела, если вы не желаете соблюдать правильную диету.

80. Язвенный колит

Считается, что повышенная активность свободных радикалов, наряду с несбалансированными молекулами, связанными с повреждением клеток, вызывает повреждение слизистой оболочки, часто наблюдаемое при воспалительном заболевании кишечника (ВЗК) и язвенном колите. По этой причине у пациентов с язвенным колитом было обнаружено снижение уровня циркулирующих антиоксидантов. Эта нехватка была сильно вовлечена в причину болезни.¹⁵⁰

Проще говоря, считается, что свободные радикалы являются одним из основных элементов матричной головоломки, которая может вызывать язвенный колит .

Есть также некоторые незаменимые аминокислоты, которые играют ключевую роль в формировании собственного антиоксиданта организма, известного как глутатион . Цистеин, глутатион и таурин являются антиоксидантами, которые изменяют воспалительную реакцию. Важно убедиться, что печень функционирует должным образом, чтобы контролировать - воспаление ткани, которое возникает в сочетании с воспалительным заболеванием кишечника. Сок мангустина может детоксифицировать печень, позволяя кишечнику заживать на уровне слизистой оболочки. Это заживление внутренней оболочки кишечного тракта блокирует повышенную проницаемость тонкой кишки и позволяет печени вырабатывать аминокислоты, которые устраняют воспаление язвенного колита.

Паразит *Dientamoeba fragilis* может активировать острый и хронический колит.¹⁵¹ Паразиты, без сомнения, являются одной из основных проблем, когда речь идет о ВЗК или колите. Несмотря на

то, что они часто не вызывают начального состояния, паразиты могут усугубить состояние или сделать его намного хуже. Моя лучшая рекомендация для этой части матрицы — пить мангустин ежедневно. Жирные кислоты являются мощными противовоспалительными средствами, и когда их не хватает, мы создаем беспорядок в матрице тела в виде усиления воспаления. Само собой разумеется, что это воспаление было бы особенно вредным для язвенного колита.

Мангостин обладает замечательными противовоспалительными свойствами и может противодействовать дефициту, вызванному дисбалансом жирных кислот. Любая грибковая активность в кишечном тракте, бактериальная перегрузка или паразитарное состояние могут вызвать язвенный колит. Крайне важно, чтобы инфекции были удалены из кишечного тракта как можно быстрее и с помощью средств, не наносящих вреда нормальной флоре толстой кишки. Мангостин — мой выбор прежде всего, потому что он делает все, что нужно, чтобы излечить кишечник от его бед. Мальта уверена, что вы пьете его ежедневно.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует сначала выпивать 6 унций сока мангустина в день, а затем уменьшить размер порции до 3 унций сока в день.

81. Вирусные заболевания

В норме организм успешно поддерживает превосходно избирательный барьер в тонкой кишке, который позволяет проникать питательным веществам, но не пропускает метаболические отходы и микробные токсины, широко распространенные в кишечнике. Одно современное событие вызвало разрушение этого барьера — появление антибиотиков. Также были внесены нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП). Первый антибиотик, пенициллин, не использовался в традиционной медицине до 1939 года. С 1950-х и 1960-х годов использование антибиотиков настоятельно рекомендовалось почти при всех инфекциях и воспалениях, в основном у детей, при инфекциях уха, бронхите и ангине. Короче говоря, разрушение слизистой оболочки кишечника в значительной

степени вызвано неправильным использованием антибиотиков . Вы можете использовать мангустин для борьбы с вирусными заболеваниями гораздо эффективнее, чем с антибиотиками.

Вирусы также связаны с воспалением, которое может вызывать высокие уровни так называемых С-реактивных белков, которые являются ранними индикаторами сердечно-сосудистого риска. Сильная прогностическая ценность С-реактивного белка почти наверняка связана с его физиологической ролью в воспалении. Высокие уровни белка могут предупреждать воспалительные - процессы, которые потенциально могут нарушить накопление жировых бляшек внутри кровеносных сосудов, вызывая критический разрыв, который может вызвать внезапное свертывание крови (тромбоз), что может привести к сердечному приступу, инсульту или другим сердечно-сосудистым заболеваниям. событие.¹⁵² Мангостин может помочь снизить уровень С-реактивного белка в организме.

Я уверен, что к настоящему времени вы знаете, что ксантоны мангустина обладают сильными противовирусными свойствами, не говоря уже о мощных антиоксидантных свойствах, которые могут уменьшить воспаление и исцелить организм, где бы они ни находились. Хорошей новостью является то, что эти ксантоны не вызывают всего вреда, который обычно наносят препараты пенициллинового ряда, часто используемые для лечения вирусов, хотя, поскольку они являются антибиотиками, предназначенными для уничтожения бактерий, они действительно не действуют на вирусы. . Помните, что мангустин обладает противовирусными и антибактериальными свойствами.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в день.

82. Проблемы с весом

Настоящая причина, по которой мангустин эффективен для людей, желающих похудеть, заключается в том, что он помогает организму нормализовать функцию матрицы. Когда матрица в норме, организм лучше сопротивляется набору веса или

ненормальной потере веса. Важно помнить, что любые колебания веса могут быть ранним предупреждением о том, что что-то пошло не так.

Как мы уже говорили о тиреоидите, дисбаланс гормонов щитовидной железы может замедлить темп метаболизма в организме, способствуя увеличению склонности к набору веса. Гормоны надпочечников кортизол и ДГЭА играют важнейшую роль в производстве жира в организме, а дисбаланс может даже активировать эпизоды переедания, приводящие к проблемам с весом. Это имеет прямое отношение к стрессу, который может нарушить гормоны надпочечников и цикл сна.

Хорошо известно, что гормональный дисбаланс может вызвать увеличение веса, но многие не знают, что лишение сна может сделать то же самое. Сок мангустина и его ксантоны положительно влияют на дисбаланс кортизола в организме и, следовательно, на дисбаланс гормонов надпочечников, который может повлиять на увеличение веса. Все это приводит к меньшей резистентности к инсулину, что является основным механизмом, вызывающим проблемы с весом.

Кроме того, есть скрытые пищевые аллергии, которые также могут способствовать увеличению веса, и мы с вами понятия не имеем, что это настоящая причина изменения веса. Это типы факторов, которые влияют на увеличение веса. Это факторы, влияющие на матрицу и вызывающие либо переедание, либо нарушение обмена веществ, в результате чего вы набираете вес. Многие из пищевых аллергий, с которыми мы сталкиваемся, возникают исключительно из-за повышенной проницаемости тонкой кишки в связи с синдромом повышенной кишечной проницаемости, который можно вылечить с помощью ксантонов мангостина. Но сок мангустина — это не быстрое решение; даже при его использовании вам все равно придется больше тренироваться и меньше есть, чтобы похудеть.

Моя рекомендуемая порция

Взрослым следует выпивать от 3 до 6 унций сока мангустина в

день.

1

В заключение я хотел бы сказать, что эта часть работы была написана, чтобы благословить каждого из вас. Я надеюсь, что каждый из вас станет здоровее благодаря этому. Эта книга была - написана, чтобы быть легкодоступной и доступной. Его следует использовать в качестве краткого справочного руководства, поскольку вы встречаете много разных людей с самыми разными заболеваниями, ищущих помощи. Распространяя информацию о соке мангустина, вы также можете рассказать о том, как он работает и почему.

Если эта книга поможет одному человеку, то долгие часы, потраченные на ее написание, того стоили.

На ваше здоровье!

Боже благослови, доктор Кен

СНОСКИ

(Концевые сноски)

- 1 Caffarelli C, Cavagni G, Deriu FM, Zanotti P, Atherton DJ. Желудочно-кишечные симптомы при атопической экземе. Arch Dis Child 1998;78(3):230-234.
- 2 Корнингс DE. Серотонин и биохимическая генетика алкоголизма: уроки исследований синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) и синдрома Туретта. Приложение к алкоголю, 1993; 2:237–41.
- 3 Бланд Дж. С., Бралли Дж. А., Ригден С. Управление симптомами хронической усталости с помощью индивидуального диетического вмешательства с использованием программы, предназначенной для поддержки детоксикации печени. Гиг-Харбор, Вашингтон: HealthComm Inc., 1997.
- 4 Киршбаум К., Вольф ОТ, Мэй М., Виппич В., Хкллхаммер Д.Х. Повышение уровня кортизола, вызванное стрессом и лечением, связано с нарушением декларативной памяти у здоровых взрослых. Life Sci 1996 ; 58(17): 1475-1483 .
- 5 Хорват К., Пападимитриу Дж. К., Рабштын А., Драхенберг С., Тилдон Дж. Т. Желудочно-кишечные аномалии у детей с аутистическим расстройством. Дж. Педиатр 1999; 135:559-63.
- 6 Мадара Дж.Л., Нэш С. и др. Желудочно-кишечный тракт; 9:306-24 .
- 7 Кеуш, Соломоновы острова. Пищевые последствия синдромов избыточного бактериального роста. Влияние микроорганизмов на желудочно-кишечный тракт. 182-5.
- 8 Сартор Р. Патогенез и иммунные механизмы хронических воспалительных заболеваний кишечника. Am J Gastroenterol 1997;92(12):5S-11S.
- 9 Мозес П., Мур Б., Феррентино Н., Бенсен С., Веккио Дж.

- Воспалительные заболевания кишечника: Происхождение, проявления и течение. *PostMed* 103 (5): 1998: 77-84.
- 10 KingTS, Элиа М, Хантер Дж.О. Аномальное брожение в толстой кишке при синдроме раздраженного кишечника. *Ланцет* 1998; 352:1187-1189.
 - 11 Лерер С.Б., Аюсо Р., Риз Г. Современное понимание пищевых аллергенов. *Энн NY Acad Sci.* 2002 май; 964: 69-85.
 - 12 Лерер С.Б., Аюсо Р., Риз Г. Современное понимание пищевых аллергенов. *Энн NY Acad Sci.* 2002 май; 964: 69-85.
 - 13 Новак-Вегжин А., Коновер-Уокер М.К., Вуд Р.А. Пищевые аллергические реакции в школах и дошкольных учреждениях. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2001 г., июль; 155 (7): 790-5.
 - 14 Эрас П., Гольдштейн М.Дж., Шерлок П. Кандидозная инфекция желудочно-кишечного тракта. *Медицина* 1972;51:367-79.
 - 15 Стилианос С., Орде Ка, Бенвенсити А.Л., Харди М.А. Кровотечение из нижних отделов желудочно-кишечного тракта у реципиентов почечного трансплантата. *Arch Surg* 1988; 123:739-44.
 - 16 Джаягопал С., Червиа Дж.С. Колит, вызванный *Candida albicans*, у больного СПИДом. *Clin Inf Dis* 1992; 15 (3):5-5.
 - 17 Бернхилл МС. Предварительное исследование взаимосвязи между хроническим кандидозом и предменструальным синдромом. Доклад, представленный на 2-м Международном симпозиуме «Предменструальные, послеродовые и менопаузальные расстройства настроения», остров Киава, Чарльстон, Южная Каролина, 10 сентября 1987 г.
 - 18 О'Коннор С., Эссманн М., Ларсен Б. 17-β-эстрадиол усиливает реакцию на стресс у *Candida albicans*: последствия для микробной вирулентности. *Infect Dis Obstet Gynecol* 1998;6(4):176-81.
 - 19 Уайт С., Ларсен Б. На морфогенез *Candida albicans* влияет -эстроген. *Cell Mol Life Sci* 1997;53(9):744-9.
 - 20 Сиблеруд РЛ. Связь между ртутью из зубной амальгамы и сердечно-сосудистой системой. *Sci Total Environ* 1990; 99 (1-2): 23-35.

- Моррисон Дж.А., Якобсен Д.В., Спречер Д.Л., Робинсон К., Хури П., Дэниелс С.Р. Глутатион сыворотки у подростков мужского пола является предиктором ишемической болезни сердца у родителей. *Трафик* 1999; 100 (2244-2247).
- 22 Мелдрам М.Дж., Ту Р. и др. Влияние таурина на артериальное давление и экскрецию натрия, калия и кальция с мочой . *Adv Exp Med Biol* 1994;359:207-215.
- 23 Ромон М., Наттенс М.С., Таерет Н., Делбарт С., Лесерф Дж.М., Фручарт Дж.К., Саломез Дж.Л. Сравнение между потреблением жиров, оцененным по 3-дневной записи о еде, и составом фосфолипидов и жирных кислот эритроцитов: результаты исследования «Мониторинг сердечно-сосудистых заболеваний» в Лилле. *Метаболизм* 1995;44(9):1139-45.
- 24 Мелдрам М.Дж., Ту Р. и др. Влияние таурина на артериальное давление и экскрецию натрия, калия и кальция с мочой . *Adv Exp Med Biol* 1994;359:207-215.
- 25 Boushey C, Beresford S, Omenn G, Motulsky A. Количественная оценка уровня гомоцистеина в плазме как фактора риска сосудистых заболеваний. Вероятные преимущества увеличения потребления фолиевой кислоты. *ДЖАМА* 1995; 26 274:1049-1057.
- 27 Селхуб Дж., Жак П. Бостом А. и др. Ассоциация между концентрациями гомоцистеина в плазме и стенозом экстракраниальных сонных артерий. *N Engl J Med* 1995;332:286-291.
- 28 Ландгрен Ф., Исраэльссон Б., Линдгрен А. и др. Гомоцистеин плазмы при остром инфаркте миокарда: гомоцистеинснижающий эффект фолиевой кислоты. *J Int Med* 1995; 237:381-388.
- 29 Часан-Табер Л., Селхуб Дж., Розенберг И. и др. Проспективное исследование фолиевой кислоты и витамина В6 и риска инфаркта миокарда у врачей США. *J Am Coll Nutr* 1996; 15:136-143.
- 30 Браттстрем Л., Линдгрен А. и соавт. Гипергомоцистеинемия при инсульте: распространенность, причина и взаимосвязь с типом инсульта и факторами риска инсульта. *Европейский журнал клинических исследований* 1992; 22:214-221.
- 31 Дрекслер Х. и соавт. Коррекция эндотелиальной дисфункции в

- 33 коронарной микроциркуляции у больных с гиперхолестеринемией L-аргинином. Ланцет 1991;338:1546-1550.
- Кук Дж. П. и соавт. Пищевые добавки L-аргинина - нормализуют агрегацию тромбоцитов у людей с гиперхолестеринемией. J Am Coll Cardiol 1997;29(3):479-485.
- 34 Vincent HK, Powers SK, Stewart DJ, Shanely RA, Demirel H, Naito H. Ожирение связано с увеличением миокар-
вызвать окислительный стресс. IntJ Obes 1999; 23:67-74.
- Миетус-Снайдер М., Маллой М.Дж. Эндотелиальная дисфункция возникает у детей с двумя генетическими гиперлипидемиями: Улучшение с помощью антиоксидантной витаминотерапии. JPediatr 1998; 133:35-40.
- 35 Kugiyama K, Motoyama T, Hirashima O, Ohgushi M, Doejima H, Misumi K, Kawano H, Miyao Y, Yoshimura M, Ogawa H, Matsumura T, Sugiyama S, Yasue H. Vitmain C ослабляет аномальную вазомоторную реактивность в коронарных спазмированных артериях в больных коронарной спастической стенокардией. J Am Coll Cardiol 1998; 32: 103-9.
- 36 Гей К.Э. Сердечно-сосудистые заболевания и витамины. Одновременная коррекция субоптимального уровня антиоксидантов в плазме может, как важная часть оптимального питания, помочь предотвратить ранние стадии сердечно-сосудистых заболеваний и рака соответственно . Биби Нутр Диета 1995; 52:75-91.
- 37 Саймон ХБ. Безрецептурные подходы к сердечно-сосудистым заболеваниям, ориентированные на пациента . Arch Intern Med 1994; 154(20):2283-96
- 38 Северус ВЭ. Ahrens B, Stoll A. Жирные кислоты омега-3 - недостающее звено? [письмо]. Arch General Psychiatry 1999;56:380-381.
- 39 Белл И.Р., Ясноски М.Л., Каган Дж., Кинг Д.С. Депрессия и аллергии: опрос неклинической популяции. Psychother Psychosom 1991;55(1):24-31.
- 40 Бенкельфат С., Элленбоген М.А., Дин П., Палмур Р.М., Янг С.Н. Понижающий настроение эффект истощения триптофана.

- 42 Повышенная восприимчивость молодых мужчин с генетическим риском серьезных аффективных расстройств. Arch Gen Psychiatry 1994; 51 (9): 687–697.
фон Церссен Д., Дёпп П., Эмрих Х.М., Лунд Р., Пирке К.М. Суточные колебания настроения и ритм кортизола при -
- 43 давлении и нормальном психическом состоянии. Eur Arch Psychiatr Neurol Sci 1987; 237:36-45.
Янг С.Н., Смит С.Е., Пихл Р.О., Эрвин Ф.Р. Истощение
- 44 триптофана вызывает быстрое снижение настроения у нормальных мужчин. Психофармакология 1985;87(2): 173-177.
Смит К.А., Фэрберн К.Г., Коуэн П.Дж.
- 45 Угостите RE 2d. Клиническое значение гипохлоргидрии (следствие хронической хеликобактерной инфекции): ее возможная этиологическая роль в мальабсорбции минералов и аминокислот , депрессии и других синдромах. Медицинские гипотезы 1992;39(4):375-383.
- 46 Столл А.Л., Северус Э., Фримен М.П., Руктер С., Збойн Х.А., Даймонд Э. и др. Жирные кислоты омега-3 при биполярном расстройстве. Arch General Psychiatry 1999; 56: 407-412.
Солод У.Ф., Нердрум П., Оппедал Б., Гундерсен Р., Хольте М.,
- 47 Лоун Дж. Физические и психические проблемы, связанные с зубными пломбами из амальгамы: описательное исследование 99 пациентов, обратившихся за помощью, по сравнению с 272 контрольными пациентами. Psychosom Med 1997;59(1):32-41.
- 48 Caffarelli C, Cavagni G, Deriu FM, Zanotti P, Atherton DJ. Желудочно-кишечные симптомы при атопической экземе. Arch Dis Child 1998;78(3):230-234.
- 49 Кэтли Д., Каэлл А.Т., Киршбаум С., Стоун А.А. Естественная - оценка секреции кортизола у лиц с фибромиалгией и ревматоидным артритом. Arthritis Care Res 2000, февраль; 13(1):51-61.
Рассел И.Дж., Михалек Дж.Е., Флехас Дж.Д., Авраам Дж.Э.
- 50 Лечение синдрома фибромиалгии препаратом Super Malic: рандомизированное двойное слепое плацебо-контролируемое перекрестное пилотное исследование. J Rheumatol 1995 май; 22 (5): 953-8.
Кэтли Д., Каэлл А.Т., Киршбаум С., Стоун А.А. Естественная - оценка секреции кортизола у людей с фибромиалгией и

- ревматоидным артритом. *Arthritis Care Res* 2000 Feb;13(1):51-61.
- Riedel W, Layka H, Neeck G. Секреторная картина GH, TSH, гормонов щитовидной железы, АСТFI, кортизола, FSH и LH у пациентов с синдромом фибромиалгии после системной инъекции соответствующих гормонов, высвобождающих гипоталамус. *Z Rheumatol* 1998;57 Приложение 2:81-7.
- Регланд Б., Андерссон М., Абрахамссон Л., Бэгби Дж., Дайрехаг Л.Е., Готфрис К.Г. Повышение концентрации гомоцистеина в спинномозговой жидкости у больных с фибромиалгией и синдромом хронической усталости. *Scand J Rheumatol* 1997;26(4):301-7.
- Kotter I, Durk H, Saal JG, Kroiher A, Schweinsberg E
Воздействие ртути от зубных пломб из амальгамы в этиологии первичной фибромиалгии: пилотное исследование. *J Ревматол.* 1995 НОЯБРЬ; 22 (11): 2194-5.
- Veale D, Kavanagh G, Fielding JF, Fitzgerald O.
Первичная фибромиалгия и синдром раздраженного кишечника: различные проявления общего патогенетического процесса. *Br J Rheumatol* 1991 Jun;30(3):220-222.
- Сиври А., Синдас А., Динсер Ф., Сиври Б. Дисфункция кишечника и синдром раздраженного кишечника у пациентов с фибромиалгией. *Clin Rheumatol* 1996 May;15(3):283-286.
- Спербер А.Д., Ацмон Ю., Нойманн Л., Вайсберг И., Шалит Ю., Абу-Шакра М., Фич А., Бускила Д.
Фибромиалгия при синдроме раздраженного кишечника: исследования распространенности и клинических последствий. *Am J Gastroenterol* 1999 Dec;94(12):3541-3546.
- Lubrano E, Iovino P, Tremolaterra F, Parsons WJ, Ciacci C, Mazzacca G. Фибромиалгия у пациентов с синдромом раздраженного кишечника. Связь с тяжестью кишечного расстройства. *Int J Colorectal Dis* 2001 Aug;16(4):211-215.
- Исследовательская группа Еврогаст. Международная ассоциация *Helicobacter pylori*: инфекция и рак желудка. *Ланцет* 1993;341:1359-62.

- Янг Р., Мюррей Н. *Helicobacter pylori*: причина хронической боли в животе у детей. Гастроэнтерол Нурс 1993;6:247-51.
- Витteman Эм, Мравунац М., Беккс М.Дж., Хопман В.П., Вершур Дж.С., Титгат Г.Н., де Конинг Р.В. Уменьшение воспаления желудка и устранение повреждения эпителия через год после эрадикации *Helicobacter pylori*. Дж. Клин Патол, 1995; 48(3):250-6.
- G2 Graham DY, Go ME *Helicobacter pylori*: текущий статус. Гастроэнтерол 1993;105:279-282.
- Lubrano E, Iovino P, Tremolattera F, Parsons WJ, Ciacci C, Mazzacca G. Фибромиалгия у пациентов с синдромом раздраженного кишечника. Связь с тяжестью кишечного расстройства. Int J Colorectal Dis 2001 Aug;16(4):211-215.
- 63 Рейнхардт Р.А., Пейн Дж.Б., Лабиринт К.А., Патил К.Д., Галлахер С.Дж.,
- 64 Мэттсон Дж.С. Влияние эстрогенов и остеопении/остеопороза на клинический периодонтит у женщин в постменопаузе. J Periodontol 1999;70:823-828.
- 65 Mansfield LE, Vaughan TR, Waller SF, Haverly RW, Ting S. Пищевая аллергия и мигрень у взрослых: двойное слепое и медиаторное подтверждение аллергической этиологии. Энн Аллергия 1985;55(2):126-129.
- 66 Чайтоу Л. Аминокислоты в терапии: руководство по - терапевтическому применению белковых компонентов. Рочестер (VT): Healing Arts Press, 1988 ; 73.
- 67 Fragoso YD, Seim A, Stovner LJ, Mack M, Bjerve KS, Sjaastad O. Метаболизм арахидоновой кислоты в полиморфноядерных - клетках при головных болях. Методологическое исследование. Цефалалгия 1988;8(3):149-155.
- 68 Vapaatalo H. Толфенамовая кислота и мигрень — аспекты простагландинов и лейкотриенов. Pharmacol Toxicol 1994;75 Suppl 2:76-80.
- 69 Ламанкуза Р., Пульчинелли Ф.М., Феррони П., Ленти Л., Манзари Г., Паури Ф. и др. пункт Лейкотриены крови при головных болях: корреляция с активностью тромбоцитов. Головная боль 1991;31(6):409-414. Эль-Миссири Массачусетс. Профилактическое действие мелатонина на свинцовое ингибирование биосинтеза гема и ухудшение антиоксидантных
- 71

- систем у самцов крыс. J Biochem Molecular Toxicology 2000;14(1):57-62.
- Росс Р. Факторы, влияющие на атерогенез. В: Hurst JW, Schlant RC, Rackley CE, Sonnenblick EH, Wenger NK, редакторы. Сердце, артерии и вены. Нью-Йорк: Макгроу-Хилл, 1990:877-923.
- Морли Дж. Э., Кайзер Ф. Е., Сих Р., Хаджар Р., Перри III Х.М. Твой тестостерон и слабость. Clin Geriatr Med 1997; 13(4):685-695.
- Теновер Дж.Л. Заместительная гормональная терапия у мужчин, включая «андропаузу». Endocrinol Metab Clin N Am 1998;27(4):969-987.
- 73 Английский К. М., Стид Р., Т. Х. Джонс, Чаннер К. С. Тестостерон и ишемическая болезнь сердца: есть ли связь? QJM 1997;90:787-791.
- 74 Теновер Дж.Л. Заместительная мужская гормональная терапия в избегании «андропаузы». Endocrinol Metab Clin N Am 1998;27(4):969-987.
- 75 Ван Гузен С.Х., Вейгант В.М., Эндерт Э., Хелмонд Ф.А., Ван де Полл Н.Э. Психоэндокринологическая оценка
- 76 менструального цикла: взаимосвязь между гормонами, сексуальностью и настроением. Arch Sex Behav 1997;26(4):359-382.
- 77 Рен Б. Репродуктивная эндокринология. В: Хакер Н. и Мур Дж., редакторы. Основы акушерства и гинекологии. Филадельфия: WB Sanders Co., 1992.
- Graham DY, Go ME Helicobacter pylori: текущий статус. Гастроэнтерол 1993; 105 :279-282.
- 78 Грэм Д.Ю. Helicobacter pylori: его эпидемиология и роль в язвенной болезни двенадцатиперстной кишки. J Gastroenterol Hepatol 1991 ; 6(2): 105-13 .
- Виттеман Эм, Мравунац М., Беккс М.Дж., Хопман В.П.,
- 79 Вершур Дж.С., Титгат Г.Н., де Конинг Р.В. Уменьшение воспаления желудка и устранение повреждения эпителия через год после эрадикации Helicobacter pylori. Дж. Клин
- 80 Патол, 1995; 48(3):250-6.
- Уокер Б.Р., Филлипс Д.И., Нун Дж.П., Панарелли М., Эндрю Р., Эдвардс Х.Б., Холтон Д.В., Секл Дж.Р., Уэбб Д.Дж., Уотт Г.К. Повышенная активность глюкокортикоидов у мужчин с

- сердечно-сосудистыми факторами риска. Гипертензия 1998;31(4):891-5.
- Heuft L, Bravenboer B, Ziekenhuis C. Функциональная гипогликемия постулируется как причина синдрома хронической усталости. BMJ 1993;307(6906):735.
- 83 Munch G, Schinzel R, Loske C, Wong A, Durany N, Li JJ, Vlassara H, Smith MA, Perry G, Reiderer P. Болезнь Альцгеймера - синергетические эффекты дефицита глюкозы, окислительного стресса и конечных продуктов гликирования . Дж. Нейр Транс 1998; 105:439-461.
- 84 Эндрюс Р., Уокер Б. Глюкортикоиды и резистентность к инсулину: старые гормоны, новые цели. Clin Sci 1999;96:513-523.
- 85 Suzuki T, Suzuki N, Engleman EG, Mizushima Y, Sakane T. Низкий уровень дегидроэпиандростерона в сыворотке крови может вызвать недостаточное производство IL-2 лимфоцитами у пациентов с системной красной волчанкой (СКВ). Clin Exp Immunol 1995; 99:251-255.
- 86 Мэйс М., Холмс Э., Роджерс В., Пот М. Защита от инволюции тимуса, вызванной глюкокортикоидами, с помощью дегидроэпиандростерона . Life Sci 1990;46:1627-1631.
- 87 Мейкле А.В. и соавт. Наличие комплекса связывания рецептора, специфичного к дегидроэпиандростерону, в мышечных Т-клетках. AmJ MedSci 1992; 303:366-371.
- 88 Сартор Р. Патогенез и иммунные механизмы хронических воспалительных заболеваний кишечника. Am J Gastroenterol - 1997;92(12):5S-11S.
- 90 Мозес П., Мур Б., Феррентино Н., Бенсен С., Веккио Дж. Воспалительный Боуи! Заболевание Происхождение, проявления и течение. PostMed 103 (5): 1998: 77-84.
- 91 Holmes EW, Yong SL, Eiznhamer D, Kcsavarzian A. Содержание глутатиона в слизистой оболочке толстой кишки: свидетельство окислительного повреждения при активном язвенном колите. Dig Dis Sci 1998;43(5):1088-1095.
- 92 Исследователи сообщают, что паразит Dientamoeba fragilis может вызывать острый и хронический колит.
- Мэй Г.Р., Сазерленд Л.Р., Меддингс Д.Б. Действительно ли проницаемость тонкой кишки повышена у родственников
- 93

- больных болезнью Крона? Гастроэнтерология 1993;104:1627-32.
- Фреско И., Хамуридан В., Демир М., Хизли Н., Сайман Х., Меликоглу М., Руне Р., Юрдакул 8, Язиджи Х. Проницаемость кишечника при синдроме Бехчета. Энн Реум Дис 2001; 60:65-66.
- Telisman 8, Cvitkovic P, Jurasovic J, Pizen A, Gavella M, Rocic B. Качество спермы и репродуктивная эндокринная функция в отношении биомаркеров свинца, кадмия, цинка и меди у мужчин. Перспективы гигиены окружающей среды 2000;108(1):45-53.
- Папп Г., Гроф Дж., Менихарт Дж. Роль основных аминокислот семенной плазмы в фертильности. Int Urol Nephrol 1983;15(2):195-203.
- Папп Г., Гроф Дж., Молнар Дж., Джамбор Э. [Важность - содержания аргинина и активности аргиназы в фертильности]. [Немецкий] Andrologia 1979 Jan; 11 (1): 37-41.
- Келли ГС. L-карнитин: терапевтическое применение - условно незаменимой аминокислоты. Альтерн Мед Рев 1998 Окт; 3 (5): 345-60.
- Costa M, Canale D, Filicori M, D'iddio S, Lenzi A. L-карнитин при идиопатической астенозооспермии: многоцентровое исследование. Итальянская исследовательская группа по карнитину и мужскому бесплодию . Andrologia 1994 May-Jun;26(3):155-9.
- Киршбаум К., Вольф ОТ, Мэй М., Виппич В., Хеллхэм - Си Д.Х. Повышение уровня кортизола, вызванное стрессом и лечением, связано с нарушением декларативной памяти у здоровых взрослых. Life Sci 1996; 58 (17): 1475-1483.
- Гулд Э., Вули С.С., Макьюэн Б.С. Формирование гиппокампа: морфологические изменения, индуцированные гормонами щитовидной железы, половых желез и надпочечников. Психонейроэндокринология 1991;16(1-3):67-84.
- Макьюэн БС. Стресс и пластичность гиппокампа. Энн

- Рев Нейроски 1999; 22:105-22.
- Маркесбери WR. Гипотеза окислительного стресса при -
 болезни Альцгеймера. Free Rad Biol Med 1997 ; 23(1):134-147.
- Корриган Ф.М., Ван Рин А., Хорробин Д.Е. Незаменимые -
 жирные кислоты при болезни Альцгеймера. Ann NY Acad Sci
 1991;640:250-252.
- Иегуда С., Рабиновц С., Карассо Р.Л., Мостофский Д.И.
 Препарат незаменимых жирных кислот (SR-3) улучшает
 качество жизни пациентов с болезнью Альцгеймера. Int J
 106 Neurosci 1996;87(3-4): 141149 .
- Маурици КП. Тайна болезни Альцгеймера и ее
 предотвращение мелатонином. Медицинские гипотезы 1995 ;
 107 45(4): 339340 .
- Harper AJ, Buster JE, Casson PR. Изменения функции
 адренокортикола при старении и терапевтических
 108 последствиях. Semin Reprod Endocrinol 1999;17(4):327-38.
- Марин П., Дарин Н., Амеция Т., Андерссон Б., Джкрн С.,
 Бьорнторп П. Секреция кортизола в связи с распределением
 109 жира в организме у женщин в пременопаузе с ожирением.
 Метаболизм 1992;41(8):882-6.
- Эпель Э.С., Макьюэн Б., Симэн Т., Мэтьюз К., Кастеллаццо
 Г., Браунелл К.Д., Белл Дж., Иковикс Дж.Р. Стресс и форма
 110 тела: вызванная стрессом секреция кортизола постоянно выше
 у женщин с центральным жиром. Психозом Мед
 2000;62(5):623-32.
- 111 Hutter CD, Laing P. Рассеянный склероз: солнечный свет,
 диета, иммунология и этиология. Медицинские гипотезы
 112 1996;46(2):67-74.
- Лауэр К. Риск рассеянного склероза в США в связи с
 социально-географическими особенностями: факторно-
 аналитическое исследование. J Clin Epidemiol
 ИЗ 1994;47(1):43-48.
- Экспарза МГ. Сасаки С., Кестелут Х. Питание, широта и
 смертность от рассеянного склероза: экологическое
 исследование. Am J Epidemiol 1995; 142(7)733-737.
- 114 Bebo BF Jr, YongT, Orr EL, Linthicum DS. Гипотеза:
 возможная роль тучных клеток и их медиаторов
 воспаления в патогенезе аутоиммунного
 115

- энцефаломиеелита. *J Neurosci Res* 1996; 45(4):340-348.
- Sandyk R. Доступность триптофана и восприимчивость к стрессу при рассеянном склерозе: гипотеза, хит *J Neurosci* 1996;86(1-2):47-53.
- Брандт К., Доэрти М., Ломандер Л., ред. Остеоартрит. Оксфорд: Издательство Оксфордского университета, 1998.
- Дейкграаф Л.С., де Бонт Л.Г., Беринг Г., Лиём Р.С. Структура, биохимия и метаболизм остеоартритного хряща: обзор литературы. *J Oral Maxillofac Surg* 1995;53(10):1182-92.
- Barcelo HA, Wiemeyer JC, Sagasta CL, Macias M, Barreira JC. Экспериментальный остеоартроз и его течение при лечении Саденозилем. L-метионин. [испанский} *Rev Clin Esp* 1990; 187(20):74-78.
- Розенфилд Р.Л. Функция яичников и надпочечников при - синдроме поликистозных яичников. *Endocrinol Metab Clin North Am* 1999;28(2):265-93.
- Moran C, Knochenhauer E, Boots LR, Azziz R. Избыток андрогенов надпочечников при гиперандрогенизме: отношение к возрасту и массе тела. *Фертил Стерил* 1999;71 (4): 671-4.
- Mazza E, Maccario M, Ramunni J, Gauna C, Bertagna A, Barberis AM, Patroncini S, Messina M, Ghigo E. Уровни сульфата дегидроэпиандростерона у женщин. Связь с возрастом, индексом массы тела и уровнем инсулина. *J Endocrinol Invest* 1999;22(9):681-9.
- 117 Андерсон Э., Ли Г.Ю., О'Брайен К. Поликистоз яичников в модели крыс, получавших дегидроэпиандростерон: гиперандрогенизм и возобновление мейоза являются основными начальными событиями, связанными с цистрогнезом антральных фолликулов. *Анат Рек* 1997;249(л):44-53.
- 118 Баффингтон К.К., Гивенс Дж.Р., Китабачи А.Е. Повышенная - активность коры надпочечников как фактор, способствующий развитию диабета у гиперандрогенных женщин. *Метаболизм* 1994 May;43(5):584-90 .
- 119 Mather KJ, Kwan F, Corenblum B. Гиперинсулинемия при синдроме поликистозных яичников коррелирует с повышенным сердечно-сосудистым риском независимо от ожирения. *Ферт Стерил* 2000;73(л):150-156.

- 120 Горробин Д.Е. Роль незаменимых жирных кислот и простагландинов в развитии предменструального синдрома. J Reprod Med 1983;28(7):465-8.
- 121 Шмидт П.Дж., Хобан М.С., Рубинов Д.Р. Зависимые от состояния изменения восприятия жизненных событий при предменструальном синдроме (ПМС). Доклад, представленный на 2-м Международном симпозиуме:
126 предменструальные, послеродовые и менопаузальные расстройства настроения, остров Киавали, Чарльстон, Южная Каролина, 11 сентября 1987 г.
- 122 Кляйн Р.З., Сарджент Дж.Д., Ларсен П.Р., Вайсбрен С.Е.,
127 Хэддоу Дж.Е., Митчелл М.Л. Отношение тяжести материнского гипотиреоза к когнитивному развитию потомства. J Med Screen 2001; 8:18-20.
- 123 Wisborg K, Kesmodel U, Henriksen TV, Olsen SF, Secher NJ. Воздействие табачного дыма в период
128 внутриутробного развития и риск мертворождения и смерти в первый год жизни. Am J Epidemiol
129 2001;154:322-7.
- 124 Vollset SE, Refsum H, Irgens LM, Emblem BM, Tverdal A, Gjessing HK, Monsen ALB, Ueland PM. Общий гомоцистеин плазмы, осложнения беременности и
130 неблагоприятные исходы беременности: исследование хордаландского гомоцистеина. Ам Дж. Клин Нутр 2000; 71: 962-8.
- 131 125 Риппл М.О., Генри В.Ф., Шварце С.Р., Уайлдинг Г., Вайндрух Р. Влияние антиоксидантов на андроген-индуцированную ДНК-связывающую активность AP-1 и NF -κB при карциноме предстательной железы ;
132 г клетки. J Natl Cancer Inst 1999;91:1227-32.
- 133 Stahl H, Schnorr D, Pilz C, Dorner G. Уровни дегидро-эпи-андростерона (DHEA) у пациентов с раком предстательной железы, сердечными заболеваниями и в
134 условиях хирургического стресса. Exp Clin Endocrine 1992; 99:68-70.
- 135 Scarpa R, Manguso F, D'Arienzo A, Armiento FP, Astarita C, Mazzacca G, Ayala E Микроскопические воспалительные изменения в толстой кишке пациентов как с активным
136

псориазом, так и с псориатическим артритом без симптомов кишечника. Дж. Ревматол 2000; 27:1241-6.

Berbis P, Hesse S, Privat Y. Незаменимые жирные кислоты и кожа [французский язык], Allerg Immunol 1990;22(6):225-231.

Хиндсен М., Кристенсен О.Б., Моллер Х. Уровни никеля в сыворотке и моче в пяти различных группах пациентов с экземой после перорального приема никеля. Acta Derm Venerreal 1994;74(3):176-178.

Сидни Козн, доктор медицины, Университет Темпл, Филадельфия, Пенсильвания (первоначально опубликовано в новостной ленте Фонда склеродермии, весна 1999 г.).

Foley DJ, Monjan AA, Brown SL, Simonsick EM, Wallace RB, Blazer DG. Жалобы на сон среди пожилых людей : эпидемиологическое исследование трех сообществ. Сон 1995;18(6):425-32.

Спинвебер КЛ. L-триптофан, назначаемый при хронической бессоннице: позднее появление Уменьшение латентности сна. Психофармакология 1986;90(2):151-5.

Борн Дж. и др. Секреция кортизола в плазме крови в ночное время связана с определенными стадиями сна. Биопсихиатрия 1986; 21:1415-1424.

Грэм Д.Ю., Го М.Ф. Helicobacter pylori: современное состояние. Гастроэнтерол 1993;105:279-282.

Грэм Д.Ю. Helicobacter pylori: его эпидемиология и роль в язвенной болезни двенадцатиперстной кишки. J Gastroenterol Hepatol 1991;6(2):105-13.

Виттеман Эм, Мравунац М., Беккс М.Дж., Хопман В.П., Вершур Дж.С., Титгат Г.Н., де Конинг Р.В. Уменьшение воспаления желудка и устранение повреждения эпителия через год после эрадикации Helicobacter pylori. Джей Клини

Патол 1995;48(3):250-6.

Fischer JE, Calame A, Dettling AC, Zeier H, Fanconi S. Опыт и реакции эндокринного стресса у медсестер и врачей интенсивной терапии новорожденных и детей. Crit Care Med 2000;28(9):3281-3288.

Розен Л.Н., Могадам Л.з., Эндикот Дж. Психосоциальные корреляты подтипов предменструальной дисфории. Acta Psychiatr Scand 1988; 77:446-453.

Мелдрам М.Дж., Ту Р. и др. Влияние таурина на артериальное давление и экскрецию натрия, калия и кальция с мочой. Adv Exp Med Biol 1994;359:207-215.

Boushey C, Beresford S, Omenn G, Motulsky A. Количественная - оценка уровня гомоцистеина в плазме как фактора риска сосудистых заболеваний. Вероятные преимущества увеличения потребления фолиевой кислоты. ДЖАМА 1995; 274:1049-1057.

Селхуб Дж., Жак П. Бостом А. и др. Ассоциация между концентрациями гомоцистеина в плазме и стенозом экстракраниальных сонных артерий. N Engl J Med 1995;332:286-291.

Ландгрен Ф., Исраэльссон Б., Линдгрен А. и др. Гомоцистеин плазмы при остром инфаркте миокарда: гомоцистеинснижающий эффект фолиевой кислоты. J Int Med 1995; 237:381-388.

Часан-Табер Л., Селхуб Дж., Розенберг И. и др. Проспективное исследование фолиевой кислоты и витамина В6 и риска инфаркта миокарда у врачей США. J Am Coll Nutr 1996; 15:136-143.

Браттстрем Л., Линдгрен А. и соавт. Гипергомоцистеинемия при инсульте: распространенность, причина и взаимосвязь с типом инсульта и факторами риска инсульта. Европейский журнал клинических исследований 1992; 22:214-221.

Дрекслер Х. и соавт. Коррекция эндотелиальной дисфункции в коронарной микроциркуляции у больных с гиперхолестеринемией L-аргинином. Ланцет 1991;338:1546-1550.

Кук Дж. П. и соавт. Пищевые добавки L-аргинина - нормализуют агрегацию тромбоцитов у людей с гиперхолестеринемией. J Am Coll Cardiol 1997;29(3):479-485.

Лесли Дж. Кроффорд, доктор медицины, и соавт.
137 Нейрогормональные нарушения при фибромиалгии.
Baillieres Clin Rheumatology 1996; 10(2): 365-78.

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

- 148 Као В. Х., Фолсом А. Р., Ньюто Ф. Дж., Мо Дж. П., Уотсон Р. Л., Бранкати Ф. Л. Сывороточный и диетический магний и риск развития сахарного диабета 2 типа: исследование риска атеросклероза в сообществах. Arch Intern Med 1999 1 октября 1:159(18):2151-9.
- 149 Пресс-релиз Американской кардиологической ассоциации; 21 мая 2001 г. Доступно по адресу: http://www.americanheart.org/What_News/АНА_News_Re!eases/05-21-01_commen t2 . HTML 1
- 150 Рамакришна Б.С., Варгезе Р., Джаякумар С., Матан М., Баласубраманиян К.А. Циркулирующие антиоксиданты при язвенном колите и их связь с тяжестью и активностью заболевания. J Гастроэнтерол Гепатол 1997;! 2(7):490-494.
- 151 Шеин Р., Гелб А. Колит, вызванный *Dientameba fragilis*. Am J Gastroenterol 1983 78(10):634-636.
- 152 Рифаи Н., Ридкер П.М. Высокочувствительный С-реактивный белок: новый и многообещающий маркер ишемической болезни сердца. Клин Черн 2001;47(3):404-411.



Dr. Kenneth J.

Dr. Kenneth Finsand has been a practicing chiropractic physician and ' specialist in functional medicine for over thirty years. 'He is board certified in three states, and has been the director of several clinics during his medical career. Currently, he is semi-retired and travels thb world to lecture on health, fitness, and natural healing. He is' the author of many books, brochures, and audios on the mangosteen fruit.



soundconcepts

For additional copies' bl this Book call 1:888.461,7090 or
visit -[www.mangi3steen:odls:cc\)m](http://www.mangi3steen:odls:cc)m) © 2007 Kenneth J:
Finsand