



Eliksir młodości nie tylko dla milionerów

Mamy obsesję na punkcie długowieczności, młodości i zdrowia. Statystyki pokazują, że coraz więcej ludzi osiąga sędziwy wiek, jednak tylko niewielu czerpie radość z długowieczności. Dlatego od stuleci poszukujemy eliksiru młodości. Tymczasem taki eliksir istnieje i jest w zasięgu naszej ręki – twierdzi **Sylwiusz Trawiński** z Centrum Medycznego VIMED.

Jak pokazują statystyki, żyjemy coraz dłużej.

To prawda, ale ta statystyczna długość życia byłaby jeszcze dłuższa, gdyby nie fakt, że większość z nas umiera przedwcześnie na choroby sercowo-naczyniowe czy nowotworowe. Jednak ważna jest nie tylko długość, ale także jakość życia. Bo co to za życie pod respiratorem czy w hospicjum? To nic miłego dożyć 90 roku życia i przez ostatnie 30 lat kilka razy w tygodniu odwiedzać lekarza, codziennie budzić się z bólem, który trzeba uśmierzać coraz częściej przyjmowanymi i coraz silniej działającymi lekami.

Jakie są najczęstsze przyczyny zgonów?

Codziennie media donoszą o wypadkach drogowych, pożarach czy kataklizmach, jednak ryzyko śmierci w wypadku drogowym wynosi 1:600 dla pieszych i 1:270 dla pasażerów pojazdów. Jednak już 1:140 w wyniku zatrucia, 1:28 z powodu zawału serca, 1:7 z powodu raka i 1:6 z powodu choroby wieńcowej. Media, niestety, nie informują o tym, że codziennie w setkach szpitali w Polsce umierają tysiące pacjentów tylko dlatego, że nie nauczyli się prawidłowo dbać o swoje zdrowie. Wydaje się nam, że jest to nieuniknione. Pozwo-

liliśmy sobie wmówić, że wszystkiemu są winne geny, że długość i jakość życia zależy od losu, jaki jest nam przeznaczony. Musimy zrozumieć, że to nieprawda.

Co w takim razie jest powodem takiej sytuacji?

Problem w tym, że tak naprawdę rzeczywiście nikomu nie zależy na naszym długim życiu, a my sami zupełnie nie rozumiemy, że mamy decydujący wpływ na jego jakość i długość. Jednak nie jest to wcale proste.

Dlaczego?

Ponieważ przede wszystkim trzeba gruntownie zmienić paradygmat roli lekarza, który jest głęboko zakorzeniony w naszej świadomości. Wierzymy, że dopóki nic nas nie boli, nie mamy problemów zdrowotnych, a kiedy pojawią się, pójdziemy do lekarza, dostaniemy receptę i po kłopotcie. Tymczasem dzisiejszy lekarz to usługodawca, trochę jak mechanik samochodowy, z którym umawiamy się, żeby usunąć usterkę. Problem w tym, że mechanik samochodowy ma daleko większe pole manewru niż lekarz – jeżeli nie może naprawić jakiejś części czy podzespołu, po prostu wymienia go na nowy. Nasze ciało to struktura tysięcy kroć bardziej skomplikowana, która po-

siada wbudowane mechanizmy samonaprawiania. Kiedy te mechanizmy zawodzą, odczuwamy ból lub nieprawidłowe funkcjonowanie narządów. Oznacza to, że zepsuliśmy nasze ciało. Lekarz może jedynie zminimalizować straty, zmniejszyć objawy, ale najczęściej, niestety, nie usunie przyczyn problemu.

Często słyszymy o profilaktyce zdrowotnej, badaniach okresowych – im wcześniej wykryjemy chorobę, tym mniejsze będą straty. Jednak czy nie lepiej byłoby w ogóle nie dopuścić do choroby?

Tym właśnie zajmuje się Terapia Fenotypowa opracowana na potrzeby koncepcji Aktywnej Profilaktyki. Dzięki współczesnej wiedzy możemy powiedzieć, że odkryliśmy eliksir zdrowia i młodości. Nie trzeba go szukać w krainie baśni. Można go znaleźć dużo bliżej i, co ciekawe, jest w zasięgu każdego z nas.

Co to znaczy w tym przypadku?

Trzeba zrozumieć biologiczne fundamenty naszego życia. Nasze ciało zbudowane jest z wielu różnych narządów, które pełnią różne funkcje. Do tych funkcji dostosowane są miliardy komórek, które mają różną budowę i wykonują różne zadania,



jednak wszystkie mają kilka cech wspólnych. Każda komórka naszego ciała potrzebuje dziesiątek i setek substancji chemicznych jako składników odżywczych i budulcowych, każda potrzebuje źródła energii – tlenu i każda musi mieć możliwość wydalania na zewnątrz produktów metabolizmu. Musimy zdać sobie sprawę z tego, że żyjąc w czasach,

Powinniśmy nauczyć się pokory i szacunku do własnego ciała. Dbajmy o nie, bo musi wystarczyć na wiele lat.

w których dysponujemy zdobyciami nauki, pozwalającymi nam odbywać loty kosmiczne i zajrzeć do wnętrza atomu, nikomu jeszcze nie udało się odkryć mechanizmu odpowiedzialnego za życie pojedynczej komórki. Ta konstatacja powinna nauczyć nas pokory i szacunku do własnego ciała. Dbajmy o nie, bo musi wystarczyć na wiele lat.

Kiedyś przeczytałam takie zdanie, wypowiedziane przez stulatka: gdybym wiedział, że będę żył tak długo, bardziej dbałbym o moje ciało. Czy rzeczywiście

z dbaniem o swoje ciało jest aż tak źle?

Kobiety, a coraz częściej także mężczyźni, wydają fortuny na to, żeby poprawić swój wygląd, stosując różnego rodzaju zabiegi na twarz i ciało, ale są to zabiegi powierzchowne – działają tylko na powierzchni skóry, w niewielkim stopniu penetrując warstwy podskórne. Tymczasem proces starzenia, czyli degeneracji, zachodzi we wszystkich komórkach naszego ciała – w pierwszej kolejności w naczyniach krwionośnych, później w tkankach miękkich, takich jak narządy wydzielania wewnętrznego, gruczoły, wątroba, nerki, płuca i skóra. Zmiany skórne to są już poważne sygnały alarmowe, których nie należy lekceważyć, a tym bardziej nie wolno poprzestać na ich powierzchownym „pacykowaniu”.

Ale nie wszystko zależy od nas.

Podawane nam od dziecka leki i szczepionki, kosmetyki i tworzywa sztuczne wszechobecne w naszym życiu – tego wszystkiego nie możemy

sztucznych nawozów uprawia się modyfikowane genetycznie rośliny, z wbudowaną trucizną zabijającą żerujące na nich owady. Zjadamy co roku miliardy zwierząt hodowlanych w ciemnych klatkach i oborach, z wykorzystaniem sztucznej paszy, syntetycznych hormonów wzrostu, antybiotyków...

Czy jest w takim razie ratunek dla nas?

Logiczną i oczywistą odpowiedzią na te cywilizacyjne zagrożenia jest Terapia Fenotypowa. Zapewniając indywidualne podejście – odpowiednio dobrany program żywieniowy i zabiegowy, ukierunkowane na eliminację czynników szkodliwych, zapewnienie dowozu składników odżywczych i odpowiednie zaopatrzenie w tlen, to najsensowniejsza droga do zdrowia i długowieczności.

Jak kosztowny jest ten „eliksir młodości”?

Przeciętny koszt terapii przeprowadzonej w Centrum Medycznym VIMED to kilka tysięcy złotych. Jednak już przy skierowaniu trzech osób, menedżerowie firm mogą liczyć na naszą specjalną ofertę rabatową kierowaną do firm i przedsiębiorców.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała
Magdalena Lewandowska

już dzisiaj uniknąć, a to odkłada się w naszych tkankach i zmienia sposób funkcjonowania naszych komórek i narządów.

Żyjemy w czasach, które skazują nas na przedwczesne starzenie się ze względu na zanieczyszczenie środowiska naturalnego – powietrze, woda, smog elektromagnetyczny, przemysłowe metody wytwarzania żywności z użyciem chemicznych polepszaczy smaków, emulgatorów, barwników i konserwantów, dzięki którym żywność może latami czekać na swoich konsumentów. Na polach zasypywanych milionami ton

