NA ZDROWIE!

CZYLI O TYM JAK WYPROWADZIŁAM SWOJE DZIECI Z BŁĘDNEGO KOŁA ANTYBIOTYKOTERAPII

JOANNA STRANZ

NOTA MEDYCZNA

Treść tej książki nie stanowi porad medycznych ani form terapii i nie ma na celu zastępowanie porad lekarza. Wszelkie informacje zawarte w niniejszej książce są opisem osobistych doświadczeń i spostrzeżeń. Nie ponoszę odpowiedzialności za interpretację i wykorzystanie tych informacji przez czytelnika.

JAK WYPROWADZIŁAM SWOJE DZIECI Z BŁĘDNEGO KOŁA ANTYBIOTYKOTERAPII?

Zapewne czytasz tę książkę, bo twoje dziecko często choruje, łapie infekcje i długo z nich wychodzi. Zastanawiałaś się kiedyś, dlaczego tak się dzieje?

A może twojemu dziecku od maleńkości towarzyszą nieustannie jakieś medykamenty? Gdy my, jako dzieci, wyjeżdżaliśmy na weekend lub na wakacje, zestaw leków nie był obowiązkowym wyposażeniem torby lub walizki. Dziś, pakując dziecko nawet na krótki wyjazd, wielu rodziców na szczycie listy rzeczy do zabrania umieszcza właśnie leki. I to najrozmaitsze. Użycie liczby mnogiej jest tutaj celowe. Gdyby nasze pociechy dostawały tylko od czasu do czasu jakiś pojedynczy lek, nie byłoby dramatu, a ty nie czytałabyś teraz tej książki.

Niestety w dzisiejszych czasach
wiele dzieci
jest nieustannie faszerowanych wieloma lekami.

Kup książkę

Lek przeciwalergiczny, syrop wykrztuśny, steryd wziewny, sterydy do ucha, spray na gardło, maść na atopową skórę, syntetyczne witaminy w syropku czy w żelkach, antybiotyk, syrop na kaszel, syrop przeciwzapalny, syrop przeciwgorączkowy, syrop na odporność – czy te nazwy brzmią znajomo?

Wymienione środki lecznicze to substancje syntetyczne, czyli sztuczne, nienaturalne, po które powinniśmy sięgać w ostateczności, a niestety sięgamy w pierwszej kolejności, nie bacząc na to, że z jednej strony te substancje pomagają, a z drugiej bardzo często szkodzą. I koło się zamyka. Pomogę ci to zmienić.

Czytając tę książkę, dowiesz się, jak krok po kroku zmniejszać udział leków syntetycznych w życiu twojego dziecka na rzecz naturalnych produktów. Przekonasz się, jak naturalnie odbudować i wzmocnić odporność twojego dziecka. Jednak muszę cię ostrzec. Nie znajdziesz tu porad z szybkimi efektami utrzymującymi się tylko chwilę, do jakich przyzwyczajamy się, stosując leki syntetyczne. Dowiesz się jednak, co niszczy zdrowie twoich bliskich oraz jak skutecznie temu przeciwdziałać i dbać o długotrwałe efekty wyleczenia bez skutków ubocznych.

Domowa apteczka

Przyjrzyj się swojej domowej apteczce. Czy nie przypomina bardziej apteki niż apteczki? Zanim w naszym domu pojawiły się dzieci, apteczka była niepozornych rozmiarów. Zajmowała jedno pudełko ulokowane w kuchennej szafce. Wraz z przyjściem na świat naszych pociech domowa apteczka sukcesywnie się powiększała – z wersji pudełkowej zmieniła się w pułkową, musieliśmy jedną kuchenną szafkę przeznaczyć na przechowywanie najrozmaitszych leków, maści, sprzętów.

Dzieci często chorowały, więc często odwiedzaliśmy różnych lekarzy. Każda wizyta kończyła się w aptece, z której wychodziliśmy

Kup książkę

co i rusz z nowymi specyfikami. Było tego tak dużo, że straciłam orientację w tym, co mamy w apteczce. Doszło do tego, że stworzyłam alfabetyczny spis zawartości apteczki i zabierałam go ze sobą na wizyty u lekarza. Chciałam w ten sposób uniknąć kupowania leków, które już mieliśmy, czy ich zamienników. Mimo to zasobność naszej apteczki wciąż niepostrzeżenie rosła, ponieważ dzieci cały czas chorowały.

W którymś momencie zauważyłam,
że choć stosuję się do zaleceń lekarzy,
to sytuacja zdrowotna się nie poprawia.

Co jakiś czas antybiotyk, potem sterydy i tak w koło Macieju.

Zawiedziona nieskutecznością moich starań uświadomiłam sobie, że nie mogę ufać tylko temu, co jest mi mówione, lecz muszę się wysilić, by zdobyć wiedzę odpowiednią do zadbania o zdrowie moich najbliższych, tym bardziej, że obecne technologie temu sprzyjają.

Zaczęłam czytać książki poświęcone naturalnym metodom leczenia. Uczestniczyłam w kursach, szkoleniach, wykładach. Postawiłam na dokształcanie się. Na tej alternatywnej drodze towarzyszyła mi już pewna doza nieufności. Przyjęłam zasadę, że nie będę ślepo wierzyć w czyjeś teorie czy przekonania ani bezkrytycznie przekładać je na praktykę kosztem zdrowia moich dzieci. Jeśli decyduję się na zastosowanie czegoś, co ma mieć działanie terapeutyczne, zadaję sobie trud, by dowiedzieć się, na jakiej zasadzie to działa, jakie efekty przynosi i z jakimi skutkami ubocznymi można się liczyć. Wypracowanie tej postawy zajęło mi kilka lat.

Przez tych kilka lat nasza okazała domowa apteczka zaczęła się sukcesywnie kurczyć. W miejsce sterydów i antybiotyków pojawiły

Kup książkę

się słoiczki z ziołami, świadomie komponowane potrawy oraz zmiana stylu życia całej rodziny. I co najważniejsze: częste infekcje, jelitówki dwa razy do roku, zapalenia płuc, oskrzeli, problemy z uszami, problemy ze skórą, napady duszności, bolesność stawów, zapalenia pęcherza – wszystko to poszło w zapomnienie.

W pierwszej kolejności zainteresowałam się ulotkami leków. Zachęcam do tego również ciebie. Jako mama byłam przerażona, gdy uświadomiłam sobie, że od maleńkości serwuję swoim dzieciom

preparaty, które z jednej strony mają pomóc na kaszel, ale z drugiej wywołują szereg możliwych skutków ubocznych,

jak choćby drżenia mięśniowe, podrażnienia błony śluzowej jamy ustnej i gardła, zaburzenia rytmu serca, zaburzenia snu, spadek poziomu potasu we krwi, bóle głowy i inne. Wymienione skutki uboczne dotyczą tylko jednego leku, a przecież podobnych leków moje dzieci przyjmowały wiele. Przestało mnie dziwić, że nie zdrowieją. Wtedy zaczęłam szukać alternatywy.

Moim celem było korzystanie z takich środków, które na przykład pomogą uporać się z kaszlem, ale nie będą miały tych strasznie brzmiących skutków ubocznych.

Zrobiłam studia podyplomowe z ziołolecznictwa, potem liczne dodatkowe kursy w tym obszarze, ukończyłam też dietetykę i wciąż rozwijam się w tym zakresie. Wiem, że nie każda mama ma możliwość, by tyle uwagi skierować na poszukiwania skutecznych sposobów, dlatego postanowiłam podzielić się swoimi doświadczeniami i przekazać dalej to, co potwierdziło swoją skuteczność. Przejdźmy zatem do sedna.

Kup książkę

Kilka słów o antybiotykach

Może na początek przyjrzyjmy się cyklowi dobowemu.

Co to jest dobry sen?

Dlaczego akurat godzina 19.00-19.30?

Technologia a sen

Wszechobecna chemia

Co dalej?

Od banana do kataru

Produkty wspierające zdrowie

„Zbytkiem słodyczy na ziemi jesteśmy nieszczęśliwemi”

Ziołowe kąpiele

Ziołowe kąpiele od strony technicznej

Kup książkę

Olejki eteryczne

Brudne ręce

Mamine metody wspomagania zdrowia

Co zatem należy robić, aby nasze dzieci nie potrzebowały antybiotyków?

Kup książkę