

Női szervi betegségek Ciszta, mióma, endometriózis stb.



Az egyik elismert ájurvéda orvos mondta, hogy először felelőtlenül túlterheljük testünket és lelkünket, mintha mindent kibírna, és utána amikor lebetegszünk akkor fordulunk a természetes tudományokhoz, rosszabb esetben gyógyszerekhez.

A női szerveink mindenfajta a természetestől, a ciklikustól való tartós eltávolodást megéreznek, és reagálnak rájuk.

ÉLETMÓD

Két kedvenc mondásom van: Lassan jársz tovább érsz, és a bölcsesség alapja a tudatosan megtisztított élet. Ezek a mai modern világban akár mantrák is lehetnének, melyeket minden reggel elmondva, tudatosabban élnénk napközben és kevésbé hajszolnánk túl testünket lelkünket.

A női szerveink mint ahogy a testünk többi része is megérzi:

1. tartós stresszt
2. érzelmi viharokat, traumákat
3. rendszertelen életet
4. alvás hiányt
5. káros ételeket
6. addikciókat, túlzásokat
7. ülő, mozgásszegény életmód
8. Fogamzásgátló tablettát

Vagyis mindenféle olyan tevékenységet, amikor ártó módon viselkedsz magaddal (vagy másokkal) szemben. Sok nő, például ha benne van egy számára méltánytalan kapcsolatban,

különböző női panaszokkal küzd. (húgyúti fertőzések, vérzések, szervi elváltozások). Az agyunk nem látja be, de a testünk mindent megérez és jelezz. 40 év után ez fokozatosan igaz, testünk már egyre kisebb torzulásokra is elváltozásokkal válaszol.

A fenti tünetekkel semmi gond, az életben néha nincs mit tenni, ilyen olyan körülmények hatására néha ideig óráig el kell viselni a fenti jelenségeket. De ami fontosabb, hogy törekedj a kompenzálásra, az egyensúly visszaállítására.

Meditálj a tartós stressz ellen, vagy ne szervezd túl még a pihenő idődet is. Fegyelmezetten aludj eleget és próbáld úgy alakítani életed, hogy a rossz dolgok, nagy érzelmi kilengések elkerüljenek. Tervezd meg előre az éltrended.

Tény, hogyha életedet és szabadidődet jó dolgokra fordítod, az addikciók maguktól eltűnnek.

Mesteremnek van egy mondása: Pakold tele az életed, jó tisztító (krija) cselekedetekkel és akkor a rossznak nem marad ideje beférkőzni.

LELKI OLDAL

Spirituális szinten a gyökér csakra jelképezi a lábakat, a földelést, a csípőnk területe a szakrális csakra, a kreativitás csakrája.

Minden ember feladattal, kötelezettségekkel, felelősséggel és tehetséggel született erre a világra.

A cél, hogy kinyilvánítsuk ezt a bennünk rejlő erőt, miközben általa szolgáljuk a világot és megvilágosodunk.

Ennek az erőnek a kinyilvánítása, kiművelése hosszú időbe, rendszerességbe, lemondásba és energiába telik. Ez a tapaszt a tisztító tűz. Nem kell nagy dolgokra gondolni, elég ha a hétköznapi rutinodban megállod a helyed és becsületesen teljesíted a rád szabott dolgokat a megadott időkereten belül.

Olyankor jönnek a problémák, ha valaki feladja Önmagát, mert például ellustul, belefásul a próbálkozásba, vagy megalkuszik kevesebbel, ilyenkor a kreativitás lángja kialszik. Ilyenkor kompenzálásként megjelennek az addikciók, túlzások és elcsúszások az életünkben.

Ez szervi szinten női problémákban jelentkezik, férfiaknál prosztata problémákban.

És igen van olyan, hogy ideig óráig meg kell alkudni, mert valakit ápolni kell, pénzt keresni, családot ellátni stb. , de akkor se ad fel az álmaid, ne hagyd a lángot kialudni, törekedj életed felminősítésére.

Az állandóság, a napi rutin is nagyon fontos, mert alkotni, fejlődni csak állandóságban, biztonságban lehet.

Úgy tartják hogy ha nem vagyunk magunkkal jobban, nem szeretjük magunkat, önértékelési problémákkal küzdünk olyankor a méhben jelennek meg elváltozások. Ha a külvilággal nem egyezünk, viaskodunk, nem érezzük magunkat jól a környezetünkben, akkor a petefészkünk kerülhet veszélybe.

Sok nő különböző traumák hatására, vagy egyszerűen csak azért mert nem szereti a testét teljesen elkülönül a testétől és észre sem veszi annak jelzéseit.

Fontos, hogy meditációban és a jóga gyakorlásával visszanyerjük a megfelelő testtudatot és visszaépítsük az idegi, motorikus kapcsolatokat a testrészek között, így még idejében felismerjük testünk finomabb jelzéseit és törekedni tudunk, hogy a bajt azelőtt kezeljük mielőtt komolyabbá válna.

TESTI OLDAL

A szervezet nap mint nap érintkezik az anyaggal és szennyeződik, ezért a legfontosabb a napi, folyamatos tisztulás.

Azok a nők akik székrekedéssel küzdenek, nagyobb az esélyük a női betegségek kialakulásának, mert a méreganyagok nem tudnak kitisztulni a testből.

A környezetünkben (tisztító szerek, krémek, tusfürdők, kozmetikumok), az étkezésünkben (feldolgozott hús, tejtermék, fehér liszt, cukor, kemikáliák) folyamatosan érintkezünk hormon kezelt dolgokkal és parazitákkal. A feldolgozott hús és a tejtermék ami a legkártékonyabban befolyásolja a női szerveket és ezenkívül ösztrogéndominanciát is okoz.

Ha ezzel párosul a folyamatos stressz, mely a szervezetet a kortizol túltermelésére ösztönzi, a többi hormon nem tud megfelelően termelődni, és komolyabb esetekben ovuláció sincs, valamint a progeszteron szint drasztikusan lecsökken, a pajzsmirigy kibillen egyensúlyából, ilyenkor ösztrogéndominancia alakulhat ki.

És ha ezek mellett ülő munkát végzünk és mozgásszegény életmódot élünk, a medencealap hamar meggyengül és lerakódások képződnek benne, a szöveteink elgyengülnek és kialakulhat a hasi zsír, mely tényezők együttesen negatívan hatnak a női szervekre és azok működésére.

KRÓNIKUS FÁRADTSÁG:

Lehet nehézfém és méreganyag terheltség: Ilyenkor alapos méregtelenítő kúra. (Göbös pajzsmirigynek is ez az elsődleges oka) (Ganoderma, korriander, kurkuma, beöntések) Ha gombásodás és hajhullás is fennáll, általában nehézfém terheltség az oka.

Vírusok és baktériumok: PI Epstein bar vírus. Érdekes vírus tesztet végeztetni és beleket kivizsgáltatni. Ha IGM friss fertőzés, ha IGG átesett rajta, de ha ez a maradványérték magas még mindig terheli a szervezetet. (L-lyzin (New), Macskakarom (4 doboz, vibe), Zellerszárlé)

Tápanyag, jó d és vitamin hiány: Szelén, cink, jó d, Mg, Q10, D, C vitaminok, Omega 3

Mellékvese kimerültség: Ha Kortizol 400 alatt van, bár a laborban 100 ig minden elfogadott. Ha magas a kortizol és a stressz hatás Rosea rhodiola, ha már kimerült Ashwaganda. Min 6 hónap, de lehet 1 év.

ENDOMETRIÓZIS

Méhnyálkahártya szigetek bekerülnek a hasüregbe, hormonok hatására duzzadnak, lelökődnek és ezek okozzák a panaszokat. Szeretik behálózni egyéb szerveket is, súlyosabb esetben operálni kell.

Orvosok általában leállítják a menszeszt, h eltűnjön, de drasztikus, sok a mellékhatás és nem múlik el teljesen.

Paraziták is okozhatják, amik vagy a belekből vagy hüvelyi úton terjednek. Az esetek nagy többségében az átteresztő bélszindróma felelős a betegségért. Ilyen vírus az Epstein bar vagy a hüvelyi úton terjedő baktérium a gardnarella. Egyszerű labor vizsgálattal kimutatható.

Fontos ételintolerancia tesztet végeztetni, és anti allergén diéta kialakítása. Fontos a beleknek a rendbetétele.

A méhnyálkahártya és a körülötte lévő terület alapos megtisztítása beöntésekkel és diétával.

Ilyenkor a Ganoderma vagy Sün gomba főzetet ajánlják (6 hónap – 1év) és egy 3 hetes kurkuma kúra is segíthet megtisztítani a szervezetet. (Napi 3 x 1 kiskanál kurkuma csipetnyi borssal kevés vízben elkeverve)

Általában a fent említett élelmiszerek szigorú elhagyása hatására csökken vagy teljesen elmúlik. (feldolgozott hús, teljes tejtermék STOP!!! 1 évig minimum, fehér liszt, finomított termékek, cukor).

Emellett az arany mumijo is kezeli a betegséget: <http://arendaslaszlo.hu/az-arany-mumijo-es-hatasai/>

MIÓMA, CISZTA, POLIP, FIBRÓMA stb.

A mióma a méh izomzatának jóindulatú daganata, melyből sohasem lesz rosszindulatú daganat. De bő vérzéssel, vizelési ingerrel, meddőséggel és súlyos vashiánnyal járhat.

A miómát az ösztrogén élteti, ezért fontos a 4 stop étel elhagyása (cukor, rossz minőségű szénhidrát, tejtermékek, hormonokban gazdag állati és feldolgozott hús, fehér liszt), a fölös ösztrogén bejutásának megakadályozása a szervezetbe, valamint a vese és a máj méregtelenítése, hogy ki tudja választani a fölös ösztrogént.

Fontos, hogy úgy étkezzünk, hogy a vércukor egész nap stabil maradjon, hogy a májnak maradjon energiája a méregtelenítésre és ne mindig a vércukor szabályozásával legyen elfoglalva.

Gyuri bácsi ajánlja és szakemberektől is hallottam, hogy célszerű elvégezni egy 6 hetes diófalevél kúrát (napi 2 csésze), és emellett hüvely irrigálást végezni a diófalevél teával esténként a kádban hányat fekve, lábakat felpolcolva 15 percig. Gyuri bácsi még azt is ajánlja, hogy a lefőzött tealevelet helyezzük éjszakára arra a területre mely érintett. Nagyon hatékony megoldás tud lenni, ha megszüntetjük a többi fenn említett káros tényezőt.

Gyuri bácsinak is van hölgyi tea és komplex készítménye hölgyeknek cisztára, miómára és progeszteron pótlására.

Van aki 8 hetes mezei zsurló tea kúrát javasolt, van akinek Gyuri bácsi Hölgyi teája vált be. A tyúkhúr és a cickafark tea is jótékony 3-4 hónapig rendszeresen fogyasztva.

Az ashoka és a shatavari készítmények is hatékonyak bizonyultak női betegségek kezelésében.

A természetes módszere hátránya, hogy hónapokig (min.2-3) kell kísérletezgetni és testi adottságoktól függően, lehet csak a második vagy harmadik megoldás mulasztja el a bajt. De érdemes fegyelmezetten végigcsinálni és kitapasztalni a kúrákat, mert komoly műtétek kerülhetők el vele. Persze csak abban az esetben, ha az orvos nem azonnali megoldást lát jónak.

Az Epstein bar és a Cytomegalo vírus vizsgálata javasolt.

Zsurlófüves ülfürdő lavórban 2 hétig naponta, valamint svédfüves dunsztkötés éjszakára az alhas területére.

A talpreflexológia, az Aviva torna és a jóga is rengeteget tud segíteni.

Elmondhatatlanul sokat segít a rendszeres akár napi ászana gyakorlás, mely a has és a medencealap megnyújtására, erősítésére és átmosására megfelelő figyelmet fordít. A hosszabb gyakorlatok is jótékony hatással vannak.

Lelki szinten is jó átgondolni miért alakulhatott ki a betegség, mit jelezz és hogyan tudjuk megszüntetni. Mi lehet vajon az egyensúlytalanság az életünkben vagy a gondolkodásunkban, mely ilyen testi tünetekben jelent meg.

Ezen betegségek legtöbbjét az ösztrogéndominancia okozza.

Ezért nagyon fontos az állati fehérjében és cukorban mentes diéta. Ezen termékek hormonokkal kezelték, valamint jó táptalajok a különféle baktériumoknak és vírusoknak.

Ilyenkor néha hatékony progeszteront természetes úton bejuttatni a szervezetbe pár hónapig.

A következő termékekről hallottam jó ajánlásokat: (ovuláció előtt 2X1 ovuláció után 2X2 ha két hónapon belül nincs eredmény emelni az adagot 3X1 és 3X2)

<https://www.zeinpharma.de/en/wild-yams-plus-500-mg-120-capsules>

<https://www.biogena.com/en/products/product.yam-balance.html>

<https://echt-vital.de/mexican-wild-yam/>

<https://www.biobolt.e-tar.hu/bolt/6076/120/%C3%A9trendkieg%C3%A9sz%C3%ADt%C5%91k/%C3%A9trendkieg%C3%A9sz%C3%ADt%C5%91k-h%C3%B6lgyeknek/natures-way-wild-yam-kapszula-100-db.htm>

A fent említett Yam gyökér tabletta menopauzás tünetek enyhítésére is csodaszer lehet.

A táplálék kiegészítők szedését jól meg kell gondolni, mert szabályozásuk csekély, és soha nem tudhatjuk mi is van igazán a termékekben. Én ezért inkább természetes magvakból, olajokból, és egészséges étrenddel próbálom megőrizni testem és hormonjaim egyensúlyát.

Azonban néha elkerülhetetlenek, ilyen esetekre néhány megfontolandó tanács:

- Olyan terméket vásároljunk melyen rajta van a GMP (Good manufacturing processes minősítés)
- Általában a német és ausztriai termékek megbízhatóbbak
- Gyógyszertárban is elérhető terméket vásároljunk, mert a gyógyszertár csak bevizsgált terméket adhat el

Az egyik híres természetgyógyász azt ajánlotta, hogy női szervi betegségekre valaki egyen meg minden nap lereszelve egy nyers céklát 30 napig. 30 nap múlva enyhülnek a tünetek, de utána még 30 napig kell folytatni megerősítésként.

PCOS: Petefészek kérge megvastagszik és az érett tüsző nem tud kiszabadulni, cisztává alakul. Mivel folyamatosan az a jel érkezik az agyalapi mirigyhez, h kell még hormon termelődjön, általában kortizol és tesztoszteron szint is megemelkedik.

Ilyenkor segíthet rutin műtét, amikor megvágják tüszőket, és ha teherbe esünk, utána általában magától elmúlik.

Általában együtt jár IR-el. Króm és D vitamin pótlás fontos.

Általában elhibázott étrend, napi rutin, mozgáshiány és vitamin, ásványianyaghiány miatt alakul ki.

Fontos étrend megfigyelmezése, giga mennyiségű vitaminnal és ásványianyaggal feltölteni szervezetet, valamint heti 5-6 fegyelmezett súlyzós és kardió edzés hosszútávon.

Lelkileg azt jelképezi, h szeretetre vágyik, mégis falat épít maga köré. Takargatja nőiességét. Lehet valami múlt béli lényegtelennek vélt esemény hatására. Jó ezeket kineziológiával, Bach virág terápiával a felszínre hozni és feloldani.

FOLYAMATOS GYULLADÁSOK, FERTŐZÉSEK:

Fontos orvoshoz fordulni. Candida kialakulása és a hüvely flóra felborulását okozhatja antibiotikum kezelés vagy fogamzásgátló tabletta. Nehézfém terheltség is lehet az oka.

Ilyenkor érdemes a fogamzásgátlót elhagyni, az ösztrogén szintjét helyreállítani (Cickafark teába pár csepp levendula és teafaolaj jó minőségű és ezzel hüvelyöblögetést végezni) valamint pro biotikus hüvely készítmény használata (ne kefires tampon, mert a bolti kefirek már nem jók) pl. floragyn (nem vénköteles), gynoflor (vénköteles)

Néhány csepp levendula, teafa jó minőségű illóolaj tisztasági betétre

VISSZATÉRŐ HÚGYÚTI FERTŐZÉS (ureaplasma)

A gyakori húgyúti fertőzés az egyik jellegzetes tünete az ureaplasma-fertőzésnek, amely elhanyagolt esetben komoly problémákat okozhat.

Az ureaplasma-fertőzés a szexuális úton terjedő betegségek csoportjába tartozik, és sajnos sok esetben hosszú ideig észrevétlen marad. Veszélye, hogy elhanyagolt esetben ráterjedhet a kismedencei szervekre, és krónikus húgyúti fertőzést, meddőséget, terhességi komplikációkat és visszatérő alhasi fájdalmakat is okozhat.

Mi az az ureaplasma? A mycoplasmákhoz tartozó ureaplasma egy olyan baktérium, amely a húgyutakban és a nemi szervekben telepedik meg. Bizonyos mennyiségben normál körülmények között is megtalálható, gondot akkor okoz, ha valamiért elszaporodik - ilyenkor gyulladást generál. A fertőzés szexuális érintkezés útján jön létre mindkét nemnél (ritkábban, de előfordulhat, hogy szülés közben fertőződik meg az újszülött).

Milyen tüneteket okoz az ureaplasma-fertőzés?

A fertőzés gyakran tünetmentes, és van, hogy csak a fertőzést követő években lángol fel. Okozhat nőgyógyászati és húgyúti panaszokat is, melyek általában a következők:

- égő, csípő vizelet
- gyakori húgyúti fertőzések
- hüvelyi folyás
- alhasi/deréktáji fájdalom
- meddőség, vetélés, koraszülés

Bizonyos kutatások szerint az ureaplasma-fertőzés megnöveli az endometriózis kialakulásának esélyét (főleg terhesség után), így érdemes az állapot meglétekor a kórokozóra is gondolni - hívja fel a figyelmet a nőgyógyász. Sajnos nem lehet biztosan elkülöníteni a fertőzést egyéb húgyúti problémáktól, így ha visszatérő égő, csípő, gyakori vizeléssel küzdünk, mindenképp érdemes urealpasmára is gyanakodni.

CLAMIDIA

Felismerhető, vizelési panaszokból, alhasi fájdalom, továbbá férfiaknál nyákos húgycsőfolyás, hölgyeknél vízszerű folyás.

Lehet meddőség oka. Fontos rákszűrésnél megnézni. Elzárja a petevezetékét, ha nem időben veszik észre. Mindkét vírus lehet meddőség oka.

Epstein bar: Modernkori vírus, mely emberek 80 % jelen van, vagy átesett rajta. Ha IGA vagy IGM pozitív kezelni kell, vagy ha IGG magas. Megtámadja pajzsmirigyet (autoimmun pajzsmirigy betegségeknél EBV és glutén intolerancia mindig jelen van, ha kezeljük általában kordában lehet tartani) vagy megtámadja nemi szerveket (ciszta, miómák).

HPV: Hüvelyöblögetés 3 X 5 nap (menszesz alatt ne és hétvége sem, tehát 2 nap szabad az 5 napok között) Körömvirág, Cickafark, Feketenadálytő tea (terhesség alatt nem) keverékbe

pár csepp rozmaring, teafa és levendula illóolaj. Érdemes ilyenkor probiotikummal meg támogatni hüvely flóra.