

ROBERTINA OSTAPENKIENĖ

PAVOJINGOS
GYDYTOJŲ
KLAIIDOS



TURINYS

Ižanga	7
Pratarmė	8
Apie prarastą sveikatą ir pameluotą istoriją	13
Motinos pienas ir ar gali klysti gamta	21
Apie mikrobus ir mikrobiomą	27
Apie imuniteto ir mikrobiomo ryšį	33
Apie temperatūrą	38
Apie kūdikių pilvo dieglius ir pavojingą gydymą	46
Citrina šarmina ar vis dėlto rūgština?	51
Apie vandenį ir druską	58
Apie cholesterolį ir lėtines ligas	65
Apie skiepus, autizmą ir staigios kūdikių mirties sindromą	73
Pamąstymai apie antibiotikus	112
Apie netinkamai vartojamą vitaminą-hormoną D	118
Vitamino D vėjus ir realybė	124
Apie refliuksą, padidėjusį kraujospūdį ir magnį	134
Apie nugaros skausmus ir disko išvaržas	145
Šnarių problemos	150
Apie smegenų vandenę, ultragarsą ir vitaminą K	154

Apie menopauzę ir menopauzės hormonų terapiją (MHT)	160
Apie osteoporozę ir vitaminą K ₂	168
Apie bronchinę astmą	171
Apie laboratorinius tyrimus ir geležies papildų žalą	175
Apie gliukozės tyrimą nėštumo metu ir naujagimių hipoglikemiją	179
Ar visada nėščiųjų anemija yra liga	185
Apie cezario pjūvį	189
Pamąstymai apie kontracepciją ir giliųjų venų trombozę	193
Medikamentinis abortas, nevaisingumas	197
Apie spuogus	204
Vėžį sukeliančios priežastys, apie kurias kalbama per mažai	210
Nutylėti vėžio diagnostikos ir gydymo metodai	217
Dar šiek tiek apie vaistus	224
Apie infekcijas	240
Pabaigai	243
Literatūros ir nuorodų sąrašas	246

ĮŽANGA

Gydytojo profesija turi kilnią misiją – saugoti žmogaus gyvybę ir sveikatą, padėti išvengti ligų, gydyti susirgusį ir palengvinti ligonio fizines bei dvasines kančias. Kaip gali šiuolaikinis gydytojas padėti išsaugoti sveikatą, jei nežino, jog ji tėra simptomų ir nusiskundimų nebuvimas? Kaip gali gydytojas padėti išvengti ligų, skirdamas antibiotikus *proflaktiškai* ar vėžį ir nevaisingumą sukeliančius vaistus odos ligoms gydyti? Kaip gali gydytojas padėti išvengti ligų, prioritetine tvarka skirdamas sintetinius vaistus, visada be išimčių žalojančius kitus organus, o fitoterapiją prilygindamas šarlatanizmui, nes baigusieji medicinos universitetą neturi apie ją elementarių žinių? Studijos užsienyje kol kas vienintelis būdas, atveriantis kelią oficialiai užsiimti fitoterapijos praktika Lietuvoje, nes Sveikatos apsaugos ministerija šiuo metu, kai rašau šią knygėlę, dar nėra patvirtinusi universitetinio fitoterapijos kurso, todėl oficialiai fitoterapijos praktika Lietuvoje neegzistuoja. Keistoka ir gerokai per lėta nerimtu laikomo gydymo įteisinimo praktika – paprastai taip delsiama žinant, kad tokio pobūdžio gydymo metodai gerokai efektyvesni ir saugesni...

PRATARMĖ

Konkursas į tuometį medicinos institutą buvo penki šeši į vieną vietą, todėl tik po dvejų metų papildomo pasiruošimo pavyko išsipildyti nuo paauglystės puoselėtai svajonei ir patekti į laimingųjų gretas. Progų apsigalvoti turėjau pakankamai, nes tuos dvejus metus dirbau ligoninės vaikų ligų skyriuje ir kasdien mačiau gydytojo darbą iš arti. Iki šiol atminty gyvas prisiminimas: nuleista galva ir be galo lėti skyriaus vedėjos žingsniai, einant mamai pranešti apie ką tik mirusį jos devynių mėnesių kūdikį. Beje, ta pati gydytoja mane, dar vienu metų neturinčią, yra ištraukusi iš mirties nagų.

Visą nelengvų studijų metais gaunamą informaciją priimdavau be mažiausios abejonės ir kritikos – net kitokių minčių nėra kilę. Ir iš bendrakursių niekada jokių abejonių negirdėjau. Argi galėjo būti kitaip? Abejonių atsirado vėliau, jau pradėjus dirbti, kai žmonės grįždavo dėl tų pačių problemų, kai jie nepasveikdavo po paskirto gydymo ar kai dėl to jiems atsirasdavo papildomų sveikatos sutrikimų ir pradėdavo nuolat sirgti jų iki tol sveiki buvę vaikai. Po truputį eizėjo idealizuotos medicinos postamentas, kol su visu medicinai pastatytu paminklu negrižtamai subyrėjo į šipulius. Šiandien jie yra puiki statybinė medžiaga mano, kaip gydytojos, kasdienei praktikai.

Šią knygėlę parašiau siekdama paskatinti kelti klausimus ir ieškoti atsakymų. Mane glumina gausėjantys „moksliniai tyrimai ir įrodymai“, kurie iš tikrųjų griaua mediciną ir sveikatos pamatus. Suklastota medicinos ir skiepų istorija, slepiami pigūs ir efektyvūs gydymo metodai ir vaistai, skiepijama vakcinomis, kurių klinikiniai tyrimai nėra baigti. Ligų kaltininkėmis įvardijamos priežastys, kurios neturi jokio realaus pagrindo susirgimui atsirasti. Medicina tapo amorali.

Viskas, kas parašyta šioje knygoje, yra medicinos studijų, trisdešimties metų sėkmingo gydytojos darbo, asmeninės patirties ir dalies perskaitytos literatūros sintezė. Siekiant tobulėti, mums būtina įvairiapusė ir net prieštaringa informacija, priešingu atveju prarandamas gebėjimas matyti visą vaizdą, o mąstymas tampa kategoriškas, suskaidytas ir ribotas. Knygelėje pateikta medžiaga gali pasirodyti vienpusė ir per daug kritiška šiuolaikiniams gydymo metodams, tačiau taip elgiamasi sąmoningai, siekiant pateikti kitą, mažai pastebimą ir netgi slepiamą medicininės informacijos pusę, šiek tiek užpildant trūkstantą spragą.

Savaime suprantama, kad gydytojas turėtų būti tas žmogus, kuris padėtų besikreipiančiajam išspręsti sveikatos problemas ir suteiktų kiekvienam tiek žinių, kad šis būtų laisvas nuo vaistų ir gydymo. Ateities gydytoją labiau įsivaizduoju kaip Mokytoją, galėsiantį suteikti dvasinę ir fizinę sveikatą, taikantį efektyvius natūralius gydymo metodus ir su retomis išimtimis skiriantį vaistus ar chirurginį gydymą. Kadangi reali situacija labai toli nuo pageidaujamos, tenka gyventi negailestingos natūralios atrankos sąlygomis, kur išliks sąmoningas, sveiką gyvenimą ir laisvę nuo *nuolatinių* vizitų pas gydytoją pasirinkęs žmogus.

Pats *trumpiausias* laikas, kurį specialistas turėtų skirti problemai išsiaiškinti, kai į jį pirmą kartą kreipiasi žmogus, yra dvi valandos. Šiuolaikinis medikas per valandą vidutiniškai priima šešis pacientus, skirdamas jam 10–15 min. Jei pasiseka, pusvalandį.

Išklausyti, apžiūrėti, pamatuoti kraujospūdį, nustatyti teisingą diagnozę, paskirti reikalingus tyrimus ir išrašyti receptus, suteikti būtinas rekomendacijas, išrašyti siuntimą konsultuotis pas specialistus, užpildyti medicininę kortelę arba įkelti duomenis į e. sveikatos platformą ir, žinoma, prieš visas šias procedūras gauti paciento parašus – tiek reikia suspėti atlikti per skirtą laiką. Ar per keliolika minučių įmanoma įsigilinti į nusiskundimus ir nors apytiksliai suvokti jų priežastį? Man atrodo, kad tikimybė lygi nuliui... Norėčiau suprasti, ko iš *tikrųjų* tikisi žmogus, einantis į polikliniką? Pataisyti prarastą sveikatą poliklinikoje ir ligoninėje paprasčiausiai neįmanoma, nors laikinai pašalinti negalavimą, taip nuolat apgaudinėjant save, be abejonės, pavyks. Iki kito karto, kai vėl pašlis sveikata, nesuvokiant, kad tai tėra prieš tai buvusios netinkamai spręstos problemos tęsinys ar kitokia jos išraiška.

Jei anksčiau pradėdavome šį bei tą suprasti tik tada, kai skaudžią patirtį išgyvendavome asmeniškai, dabar vis labiau pradedame rūpintis profilaktika ir prevencija. Suprantame, kad tik prisiėmę asmeninę atsakomybę išvengsime daugumos nemalonių gyvenimo rūpesčių, sukrėtimų ar sveikatos praradimo. Liga – pirmas žingsnis sielos sveikimo link. Jei tai suprasime, būsime apdovanoti, jei ne, tada ir toliau klimpsime gilyn į bėdas, kaltindami visą pasaulį dėl asmeninių nesėkmių. Ar galėtų būti kitaip? Žinoma! Pakaktų įsisąmoninti tiesą, kad jei atsirado sveikatos problemų, tai mano iki šiol buvusio gyvenimo būdo rezultatas ir tą gyvenimo būdą reikia keisti. Arba, pasitikint gydytojais ir mokslu, pradėti gydymą skiriamais vaistais, kurie dažnai padeda ir neretai ribotą laiką yra reikalingi, bet *visada* turi šalutinį, kitus organus žalojantį poveikį. Netiesa, kai sakoma, jog vaistus reikės vartoti visą likusį gyvenimą. Visais be išimties atvejais tai yra melas, nes taip sako tik tie gydytojai, kurie nežino, nesistengia, nenori, neturi laiko, galimybių ir netgi teisės gydyti ligonį, bet ne ligą. Deja, didžioji dauguma gydytojų netu-

ri praktiškai jokių žinių apie alternatyvius gydymo metodus, kurie yra efektyvūs ir be šalutinio poveikio. Požiūris į alternatyvą medikų bendruomenėje išlieka pašaipus ir skeptiškas.

Nėra tokios lėtinės ligos, kurios nebūtų galima išgydyti be vaistų. Todėl pasiseks tiems, kurie pavartoję vaistus ir nesulaukę ilgalaikių rezultatų ieškos saugesnio kelio. Kiti tuo metu lėtai ir užtikrintai klimps gilyn į sveikatos problemų ir suvartojamų vaistų pelkę. Norintiesiems apkaltinti genetiką, gyvenimo tempą, stresą, taršą, technologijas, elektromagnetines audras, vidurio amžiaus krizę, virusus, bakterijas, klimaksą, karantiną, pinigų stygių ar netikusius vyriausybės sprendimus noriu priminti, kad išvardyti veiksniai daro įtaką visiems be išimčių, bet vieni ligoti, kiti sveiki. Todėl galvokite taip, kaip jums patogiau, nepamiršdami, kad liga yra laikinas reiškinys, o liguistas mąstymas – nuolatinė būseną. Jei žmogus bet koku klausimu turi tvirtą nuomonę, jokiais argumentais ir faktais jos pakeisti nepavyks, geriausiu atveju jis išgirstą nuomonę apsvarstys, bet liks prie savosios, todėl neverta su tokiu gaišti laiko ir čia.

Tik laisvai mąstantis žmogus yra laimingas ir sveikas, o daug žinantis – dažnai stereotipų kupinas ir kategoriškas. Informacija įvairiausiomis temomis glumina savo prieštaringumu: vienur liaupsinama nauda, kitur randame įrodymų apie žalą. Teisingomis žiniomis mes laikome tas, kurios rezonuoja su mūsų anksčiau sukauptą informacija, ir melagienomis vadiname liudijančią priešingai. Todėl atsirenkant informaciją trumpiausias kelias būtų pasitikėti žmogumi, kuris turi teigiamos asmeninės patirties konkrečioje situacijoje, bet ne sausai vardija paskutinius mokslo atradimus aptariamam klausimui. Knyginė išmintis taip pat gera, bet tik pasimatuota kiekvieno atskirai.

Vienas iš būdų, turėjusių man, kaip gydytojai, grąžinti pasitikėjimą šiuolaikiniais gydymo metodais, buvo senos ir naujos informacijos nuolatinis lyginimas: konferencijų medžiaga, laikas,

praleistas Lietuvos medicinos bibliotekoje, pacientų savijautos sekimas, vakcinuotų ir nevakcinuotų pacientų laboratorinių tyrimų duomenų palyginimas. Galimybė skirti pakankamai laiko konsultacijoms ir kasdieniams pokalbiams su pacientais apie jų ir jų artimųjų sveikatą suteikė galimybę dažno iš jų sveikatos kokybės dinamiką stebėti iš arti.

APIE PRARASTĄ SVEIKATĄ IR PAMELUOTĄ ISTORIJĄ

Skaitant populiarius ar net medicininius straipsnius apie ligas informacija pateikiama taip, kad susidaro įspūdis, jog pats didžiausias visų ligų kaltininkas yra XXI amžius. Akcentuojama ankstyvos ligų diagnostikos ir kuo anksčiau pradėto gydymo svarba, pabrėžiant, kad tik tai gali padėti sustabdyti sparčiais tempais augančių susirgimų skaičių. Kokios iš tikrųjų yra pagrindinės spartaus visuomenės sveikatos blogėjimo priežastys? Kaip gali per *keliolika metų* taip išaugti vaikų, kurie apskritai turėtų būti sveiki, sergamumas endokrininėmis ligomis, ypač cukralige, taip pat astma, jungiamojo audinio, virškinimo sistemos ligomis, daugėti klausos defektų? Ypač stulbina vaikų ligotumas įgimtomis formavimosi ydomis, deformacijomis, chromosomų anomalijomis. Lyginant 2001 ir 2011 m. rodiklį 100 000 gyventojų, šis skaičius išaugo nuo 3044 iki 6696. Šiandien jau esu įsitikinusi, kad pagrindinės sparčiai blogėjančios vaikų sveikatos, prasto imuniteto ir augančių onkologinių ligų skaičiaus priežastys yra augantis cezario pjūvio operacijų skaičius kartu su dirbtiniu maitinimu ir dėl to sutrikdyta mikrobiota, pertekliniai skiepai, vaistų, ypač antibiotikų, vartojimas ir netinkama mityba vyresniame amžiuje.

Maždaug prieš 130 metų ligų buvo mažiau nei dešimt, o vaistų, pagamintų iš augalų, teturėjome keliolika. Šiuo metu, kai medicinos pažanga tiesiog neįtikėtina, oficialiai registruotų ligų turime daugiau nei 10 000, o patentuotų vaistų skaičius artėja prie 600 000. Ligų ir sukuriamų vaistų skaičius tebeauga sparčiai prastėjant gydomų žmonių sveikatai ir niekaip neišgydant gydomos ligos... Visiems, ne tik reikalaujantiems įrodymų, Statistikos departamento ir Higienos instituto duomenys yra lengvai prieinami. Norint juos suprasti, tereikia pradėti analizuoti, lyginti ir pamąstyti. Nors mokslo pažanga milžiniška, ligų daugėja, o sveikatos mažėja – tai tiesiog faktas. Kad ir kaip būtų keista, sveikata prastėja ir kai kurių sveiką gyvenimo būdą pasirinkusių žmonių. Greičiausiai čia kaltas ir vienpusis požiūris į sveikatą: daugumai žmonių sveikata apsiriboja vegetarine ar veganine mityba, „chemijos“ nenaudojimu buityje ir meditacijomis, kitiems tai yra ketogeninė mityba ir sportas, tretiems kokybiškų maisto papildų ir priedų vartojimas su reguliariais profilaktiniais sveikatos patikrinimais. Neretai gana jauni žmonės miršta nuo onkologinių ligų ir infarktų, vis dažniau kalbama apie padidėjusio kraujospūdžio gydymą vaikams ir kelis kartus didesnę jų mirštamumą nuo insulto. Tai, kas dar neseniai buvo laikoma kazuistika medicinoje, dabar tampa norma. Galima tai neigti, slėpti, kritikuoti arba, suabejojus ankstesnėmis savo žiniomis, patikrinti minėtą informaciją – tai būtinai turėtų padaryti kiekvienas mąstantis medikas. Turėtų nustebinti rasta svari medžiaga – kitokia, nei per ilgus studijų metus sukauptume studijuodami mediciną.

Sakyti, kad sergame vien dėl to, jog nenorime keisti įpročių, būtų neteisinga. Mano trisdešimties metų darbo patirtis ir buvusios sveikatos problemos privertė į standartines situacijas, ligas ir jų gydymo metodus pažiūrėti kitaip. Gyvenimui esu dėkinga už šią patirtį, nes dėl jos pavyko rasti sprendimus, padė-

jusius atgauti sveikatą ir ją tausojančius metodus, bei literatūros šaltinius, patvirtinančius įžvalgas ir suteikiančius stiprybės bei drąsos laikytis pasirinktos gyvenimo ir darbo krypties.

Žmogaus sveikata pradedama rūpintis jam dar esant iščiose. Būsimos mamos tyrimai, nuolatinė jos būsenos stebėseną, vaisiaus genetinių būklių ištyrimas, šiuolaikinė gimdymo priežiūra ligoninėse, vakcinacija nuo gimimo ir *dar daug* kartų vėliau, nuolatinė gydytojų priežiūra vaikui augant, profilaktinės patikros prieš mokyklą, skubi pagalba susirgus ir jos pasiekiamumas išties parą, vaistai, vitaminai, moderni diagnostinė aparatūra, geros higienos sąlygos ir pakankama mityba. Tada *kodėl* tokiais tempais didėja vaikų sergamumas praktiškai visomis ligomis, kodėl vaikams, vis dažniau besikreipiantiems į gydytojus, nustatomos naujos ligos ir kodėl tebesergama ligomis, nuo kurių jie skiepijami? Tik todėl, kad niekas nesisistengia surasti tikro kaltininko, nes, *kai aptinkama tikroji ligos, sutrikimo, diskomforto ar bet kokio kito reiškinių priežastis, ji pašalinama gana lengvai ir be didelių investicijų.* Ne, dėl vaikų ligų, įskaitant onkologinius susirgimus, tikrai nėra kalta civilizacija, stresai, netinkama mityba, tarša ar judėjimo stoka, nes jų kompensaciniai organizmo gebėjimai ilgą laiką puikiai susitvarko su minėtais žalingais faktoriais. *Jei organizmas nebesugeba to padaryti, tai jau pasekmė, o ne priežastis.*

Tiek studijų, tiek absoliučios daugumos dabartinių gydytojams skirtų konferencijų metu akcentuojama medikamentinio ir chirurginio ligų gydymo svarba, o kalbant apie profilaktiką, skiepai įvardijami kaip pagrindinė priemonė, leisianti išvengti infekcinių susirgimų ar komplikacijų susirgus. Apie natūralius gydymo metodus, kurie, kaip parodė ilgametė praktika, lėtinių susirgimų atvejais yra gerokai efektyvesni, tiesiog nekalbama... Retas sveikatos sutrikimų turintis pilietis žino, kad vien mitybos pokyčiais galima pašalinti mažiausiai 70 proc. lėtinių ligų.

Vieni gydytojai pripažįsta tik gydymą vaistais ir veikia vado- vaudamiesi tik nurodytais algoritmais, kiti sėkmingai taiko natūralius gydymo metodus, patys būdami sveikesni nei kolegos. Šioje knygelėje pasidalysim informacija, patirtimi bei literatūra ir apžvelgsiu svarbiausius sveikatą žalojančius veiksnius, kviesdama mąstyti, abejoti, kelti klausimus ir ieškoti atsakymų drauge. Gaila, bet šiandien Lietuvoje tėra vienas kitas aukščiausios kvalifikacijos neparsidavęs specialistas, tačiau jų šiuo metu nepakan- ka medicinoje vyraujančiam informaciniam šlamštui atsverti ir būsimų gydytojų bei farmacijos specialistų žinių lygiui pakelti. Todėl teks ilgokai palūkėti, kol turėsime galimybę konsultuotis pas išmanantį, natūralius gydymo metodus taikantį specialistą.

Peržvelgta Lietuvos sergamumo ir ligotumo statistika kelia labai daug klausimų dėl *nuolat ir sparčiau nei bet kada* augančių skaičių. Tenkinančių atsakymų, paaiškinančių augimo priežastis, girdėti neteko, bet užtat melagingų ar tiesiog rodančių į kitą kal- tininką paaiškinimų apstu. Šiuolaikinė sveikatos priežiūra tapo gamykla, nepertraukiamu srautu gaminanti ligonius, sėkmingai didinanti vis jaunesnių jos individų skaičių ir slepianti tikrąsias priežastis. Liūdna stebėti jaunus tėvus, kas kelis mėnesius ve- dančius jokių nusiskundimų neturinčius vaikus į profilaktinius sveikatos patikrinimus, girdančius juos nereikalingais, o dažnai ir sveikatą gadinančiais vitaminais, parinktais savo nuožiūra ar net klaidingai rekomenduotais gydytojo, kaip kad atsitiko su vitaminu D. Jei kam nors tokie teiginiai pasirodys įžūlūs, per drąsūs ar net melagingi, pakviesiu į kitokios, nei buvo įprasta lig šiol, medicininės literatūros paieškų kelionę – savo pastangomis surasta informacija tada nebekels abejonių.

Visos ligos yra labai panašios: lėtinis uždegiminis procesas bet kuriame sergančiame organe, sutrikusi limfos cirkuliacija dėl užteršto organizmo ir nebepajėgiantys dirbti organai, atsa- kingi už organizmo pusiausvyros išlaikymą. Iš tikrųjų egzistuoja

tik tam tikri simptomai, kurie gudriai pavadinami atskiros ligos pavadinimu ir gydomi begale įvairiausių vaistų, visada sukeliančių nepageidaujamus efektus ir neretai skirti vartoti visą likusį gyvenimą.

Natūralūs gydymo metodai, kuriuos taikant galima pagydyti daugiau nei 80 proc. ligų, buvo ignoruojami ir mano studijų metais, ir dabar. Šiuolaikiniai gydytojai sugeba meistriškai slopinti simptomus vaistais, neturėdami galimybių, laiko ir noro pamatyti tokio „gydymo“ pasekmes. O apie tai, kad suteiktų ligoniui informaciją, padėsiančią šiam tapti sveikesniam, net svajoti neišei-
na – gydytojai neturi nei tokių žinių, nei supratimo apie sveikatą.

XX a. pradžioje sergančiųjų lėtinėmis ligomis buvo 10 proc., o dabar 90 proc. – tai akivaizdžiai parodo, kad kryptis, kuria keliaujame, yra ne ta. Teisingai mąstyti mes pradėdame tik tada, kai patiriame asmeninio gyvenimo kataklizmus. Trumpiausias kelias ateiti į protą yra sveikatos sutrikimai. Iš pradžių lengvi ir švelniai signalizuojantys, vėliau rimtesni ir kuriam laikui sustabdantys dalyvavimą įprastame gyvenime. Kai nepadedą lengvi išpėjimai, sulaukiame rimtos ir sunkios ligos, teisingiau būtų pasakyti, organizmo dekomensacijos dėl to, kad ignoravome jo siunčiamus signalus ar tiesiog slopinome juos vaistais. Tikėtis sveikatos vartodamas vaistus gali tik absoliučią mąstymo laisvę praradęs žmogus, kaip ir tikėti tuo, kad šiuolaikinė medicina yra pajėgi išgydyti lėtines ligas.

Jei ne gyvenime buvusios problemos, niekada nebūčiau sužinojusi, kad istorija gali būti dvejopa. Ta, kurią pateikia kaip tikrą, ir ta, kuri yra tikra. Kuri tiesa yra kuri ir kam naudinga viena ir kita? Kada ir kodėl atsitiko taip, kad ne vieną šimtą metų pasaulyje kauptos svarbios medicinos žinios ignoruojamos ir nenaudojamos ar net draudžiamos?

Pokyčiai medicinoje prasidėjo, kai maždaug prieš šimtą metų, padedant Amerikos naftos ir chemijos pramonę kontroliuojan-

tiems stambiausiems oligarchams, buvo sukurtas „The Carnegie and Rockefeller“ fondas, pradėjęs formuoti gydytojų veiklą ir „kelti“ medicinos mokyklų lygį. Tiksliau tariant, buvo pradėtas medicinos mokyklų užgrobimas iš esmės keičiant jų programas dėl absoliučios alopatinės medicinos dominavimo. Iš mokymo programų buvo visiškai pašalinti visi efektyvūs ir natūralūs gydymo metodai, tokie kaip dietologija, homeopatija, fitoterapija ir kiti. Vėliau dalis chemijos pramonės buvo pervadinta į farmacijos pramonę ir tapo visiškai kontroliuojama minėto fondo. Per kelis dešimtmečius visa Amerika ir Europa įtvirtino dabartinius gydymo metodus kaip vienintelius oficialius ir šiuo metu priimtus Vakarų šalyse. Jų gaunamas milžiniškas pelnas leidžia papirkti politikus, spaudą ir televiziją, gydytojus, taip pat finansuoti mokslinius tyrimus, garantuotai gaunant norimus rezultatus. Jei papirkinėjimu nebūtų daroma įtaka tokioms institucijoms kaip maisto ir vaistų kokybės priežiūros tarnybos, gal pavyktų išvengti 200 000 mirčių Europoje kasmet nuo šalutinio vaistų poveikio, o pasaulyje mirtims dėl minėtos priežasties neatitektų trečia ketvirta vieta... Gaila, bet vaistai tapo pagrindine sveikatos priežiūros poveikio priemone, nors jie iš esmės netinkami ligoms, kurias sukelia įvairialypiai medžiagų apykaitos sutrikimai, atsiradę dėl daugybės netinkamų gyvenimo būdo faktorių, gydyti. Ar turėtume džiaugtis grįžtančiais į mokymo programas natūraliais gydymo metodais? Galėtume, jei tai nebūtų tik labai menka dalis to, ką turėtų žinoti medikai, o būsimus gydytojus ruošų stipri komanda, bet ne pavieniai specialistai, fiziškai neturintys galimybės užpildyti studijuojančiųjų žinių spragas.

Privačiose rankose esančios žinios negali netrukdyti medicinos ir mokslo pažangai, nes pramonė visada slėps jiems nepalankius tyrimų rezultatus. Farmacijos pramonės teikiama pirmenybė ne moksliniam sąžiningumui. Argi sąžiningai dirbančios farmacijos įmonės įdarbintų nacių mokslininkus, tik iš-

leistus iš kalėjimo, ir skirtų jiems eiti aukštas pareigas? Tą padarė „Bayer“ kompanija, kurios gaminių asortimentą sudaro vaistai nuo alergijos ir skausmo, širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos preparatai, vaistai peršalimui, karščiavimui, virškinimo sutrikimams gydyti, valdybos pirmininku paskyrusi vokiečių chemiką Fritzą ter Meerį – nacių partijos narį ir karo nusikaltėlį, kuris dalyvavo planuojant Monovico koncentracijos stovyklą ir palydovinę Aušvico stovyklą. Sunku patikėti, kad tokioms kompanijoms rūpi žmonių sveikata ir kad jų atliekami moksliniai tyrimai yra sąžiningi.

Medicinos istorija buvo perrašyta ir iškreipta. Vakcinų istorija taip pat. Mus mėgina įtikinti, kad dėl masinio vakcinavimo išnyko arba daugiau nei 90 proc. sumažėjo tokios ligos kaip poliomielitas, difterija, kokliušas, raupai. Kažkodėl nutylima, kad nuo 1900 m. iki šeštojo dešimtmečio pabaigos šių ligų paplitimas *savime* sumažėjo daugiau nei 90 proc. dar iki prasidedant masinei vakcinacijai – dėl pagerėjusių socialinių sąlygų ir mitybos. O, kad žinotumėte, koks meistriškas manipuliavimas skaičiais vykdomas tada, kai vakcinacija sukelia ligų protrūkį tarp vakcinuotų gyventojų! Tokiais atvejais informacija pateikiama perklasifikuojant šias ligas į kitas patologines būsenas ir tai buvo padaryta ne tik tada, kai šimtams tūkstančių amerikiečių, pasiekusių poliomielito vakcina, 1950 m. pabaigoje buvo diagnozuotas paralyžius ar encefalitas, tai daroma *nuolat*. Ir netikėkite tuo, ką dabar perskaitėte, būtinai tą patikrinkite, nes nėra labai sunku rasti tai patvirtinančius faktus.

Farmacijos kompanijos dosniai remia įvairių šalių eilinius gydytojus, akademinės medicinos mokslo atstovus, papirkinėja politikus ir vyriausybių narius, finansuoja daugiau nei 85 proc. visų medicinos mokslo tyrimų ir kontroliuoja masines informavimo priemones. Tai vieša paslaptis ir esant tokiai situacijai naivu būtų tikėtis geros sveikatos, tikintis, kad gydytojas ją pa-

dės susigražinti. Ar atkreipėte dėmesį, kad daug gydytojų patys sveikatos neturi, o vaistų vartojimą ir ligų atsiradimą „su amžiumi“ laiko absoliučiai normaliu dalyku? Dažnas 40–50 metų pacientas, kuriam dėl nusiskundimų tenka kreiptis į tokių gydytojų patarimo, išgirsta: „O ko jūs norite? Taigi pasižiūrėkite į pasą.“

Kai nenormalūs dalykai ir iškreiptas požiūris mėginamas įbrukti kaip norma, tada natūralu tampa gydytis tam, kad kuo ilgiau sirgtume, tokiu būdu sparčiai pildant farmacininkų pinigines. Prieš keliolika metų pasaulyje vaistų buvo 80 000 pavadinimų, o dabar – apie 600 000 patentuotų vaistų. 2020 m. Lietuvoje vien už kompensuojamus vaistus ir medicinos pagalbos priemones buvo sumokėta 377 mln. Eur, kuriuos vartojo beveik 39 proc. visų gyventojų. Atsakymo į klausimą, ar nuo to pasveiko bent vienas žmogus, ieškoti, manau, neverta...

Nesunku suprasti, kad žmonės, kurie gyvena neignoruodami gamtos dėsnių ir ritmų, o esant reikalui vadovaujasi natūraliais gydymo metodais, yra sveikesni, fiziškai aktyvesni ir atrodo jaunesni. Pavadinčiau juos gyvu vaikščiojančiu įrodymu ir kryptimi, kur ir turime tos sveikatos ieškoti.