

Jan Nowak

Data wykonania: 23.5.2023

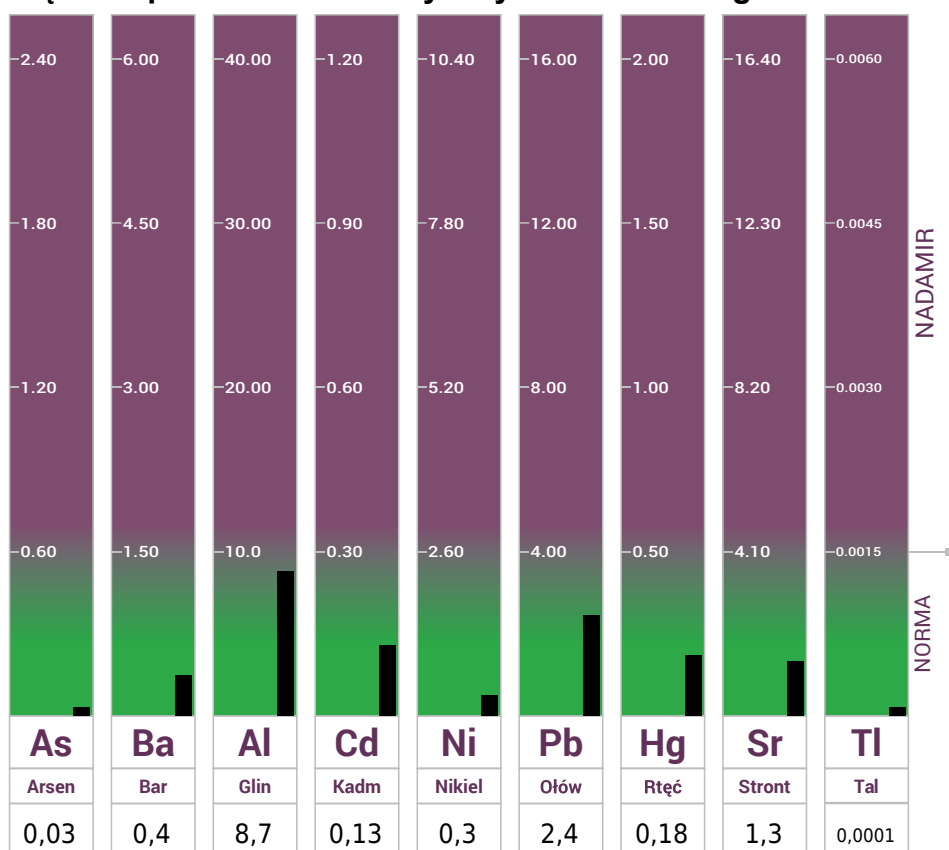


WYNIK

Wynik, który masz przed sobą zawiera informacje na temat obciążenia Twojego organizmu pierwiastkami toksycznymi.

Miej na uwadze, że każdy człowiek w pewnym stopniu narażony jest na działanie metali ciężkich, a na podatność do ich gromadzenia i kumulowanie w organizmie wpływ ma wiele czynników. Są to m.in. stężenia odżywczych pierwiastków śladowych i ich stosunki do metali ciężkich.

Stężenie pierwiastków toksycznych w Twoim organizmie



Wszystkie widoczne na wykresie wartości podane są w jednostce ppm.

Badanie wykonane techniką ICP-OES – optycznej spektrometrii emisyjnej ze wzbudzeniem w plazmie indukcyjnie sprzężonej. Wykonane na spektrometrze Optima 8000 ICP-OES PerkinElmer, przez technika analityki Krystynę Kowalską.



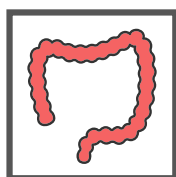
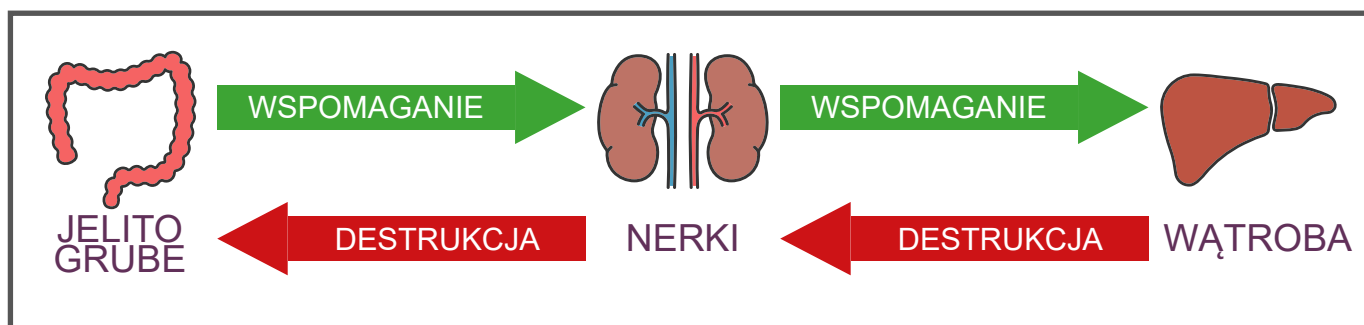
OMÓWIENIE

Jak nadmieniono na początku, w zasadzie **każdy człowiek narażony jest na działanie metali ciężkich** i tego nie unikniemy. **Dlatego detoksykację prowadzimy co do zasady przez całe życie.** W naszych rękach bowiem jest to, czy odpowiednio zadbamy o proces ochrony i oczyszczania, w którym istotną rolę odgrywają składniki wspomagające detoksykację obciążonego pierwiastkami toksycznymi organizmu.

JELITO GRUBE, NERKI I WĄTROBA – ORGANY KLUCZOWE W PRAWIDŁOWEJ DETOKSYKACJI.

W całym procesie bardzo istotny jest przewód pokarmowy, szczególnie **jelito grube, które zatrwane jest jako pierwsze**, ponieważ jako pierwsze ma styczność z toksynami, a następnie **nerki i wątroba**.

Organy te stanowią jakby naczynia powiązane, których funkcjonowanie zależne jest od siebie. Prawidłowo funkcjonująca wątroba chroni układ nerwowy, a nerki pozostałe tkanki. Skuteczne oczyszczanie wątroby jest bardzo ważne, ponieważ to właśnie ona stanowi barierę ochronną hamującą przenikanie metali ciężkich do mózgu. Należy jednak mieć na uwadze, że jej prawidłowe funkcjonowanie zależne jest od kondycji nerek i jelit. **Dlatego mówiąc o procesie detoksykacji musimy mieć na uwadze proces zależności pomiędzy tymi organami.**

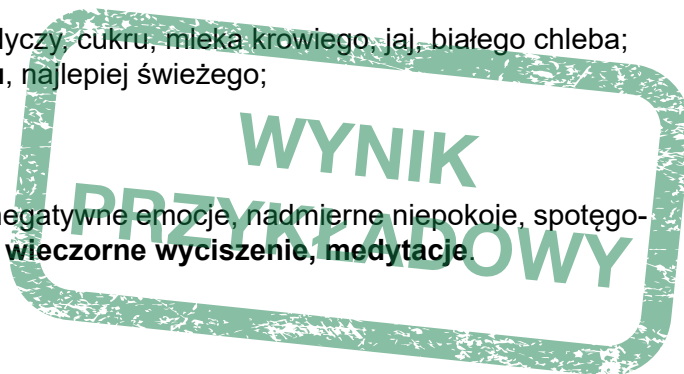


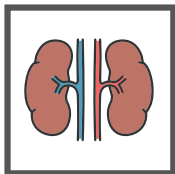
JELITO GRUBE

Najczęściej spotykanymi objawami zanieczyszczonego jelita grubego są zaparcia, wzdęcia brzucha, egzemy skórne, alergię, czarny nalot na zębach, szary na języku, nieprzyjemny zapach potu i skóry.

Profilaktyka:

- **ograniczyć spożywanie** mięsa, czekolady, słodczy, cukru, mleka krowiego, jaj, białego chleba;
- rano i wieczorem **pić po jednej szklance kefiru**, najlepiej świeżego;
- **każdy kęs** przeżuwać od 35 do 50 razy;
- **nie pić** w trakcie jedzenia;
- **zminimalizować** picie kawy i herbaty;
- silne zakłócenia pracy jelita grubego powodują negatywne emocje, nadmierne niepokoje, spotęgowane negatywne myśli, **dlatego wskazane jest wieczorne wyciszenie, medytacje.**



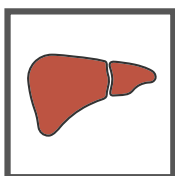


NERKI

Zewnętrznymi objawami zanieczyszczonych nerek może być pojawienie się „worków” pod oczami, białe kropki na paznokciach, zmęczenie i brak energii tuż po wstaniu, nietypowe nocne oddawanie moczu, problemy z witalnością i libido, uczucie „napęcznienia ciała” i/lub stawów.

Profilaktyka:

- **kolor moczu** powinien mieć barwę jasnego piwa.
- bardzo jasny kolor moczu może świadczyć o zbyt niskim spożyciu soli, zatem należy rozważyć **zwiększenie jej ilości w diecie**;
- ciemny kolor moczu może świadczyć o zbyt wysokim spożyciu soli, zatem należy rozważyć **zmniejszenie jej ilości w diecie**;
- ciemnobrązowe koła wokół oczu mogą świadczyć o spożyciu dużych ilości soli i produktów ją zawierających, zatem należy rozważyć **przejsięcie na dietę bezsolną**.



WĄTROBA

Zewnętrznymi objawami zanieczyszczenia wątroby może być nasilone pojawianie się piegów, występowanie brązowych znamion i brodawek, zimna i wilgotna skóra ciała i rąk, zabarwiony na żółto spód języka, nocne wybudzenia i uczucie sztywności stawów.

Profilaktyka:

- **zmniejszyć ilość posiłków**, o ile ich ilość nie jest zgodna z ogólnie przyjętą ilością;
- **spożywać więcej** o około 30-40% gotowanych warzyw;
- **zimną jeść** więcej kiszzonej kapusty;
- **spożywać więcej** twarogu, zsiadłego mleka, kefiru;
- starać się **spożywać posiłki „na świeżo”**, od razu po przygotowaniu;
- bardzo destrukcyjnie na wątrobę działają złe emocje, dlatego należy **pozbyć się zakorzenionych w sobie pokładów złości**, po to żeby nie wylewać ich ani wobec siebie, ani innych ludzi.

WYNIK
PRZYKŁADOWY

ZALECENIA SUPLEMENTACYJNE NA OKRES 3 MIESIĘCY

Produkt	Zalecane dzienne spożycie:	Opis
Alveo	84 ml	26 ziołowych ekstraktów zawartych w Alveo wspiera usuwanie zalegających w jelitach produktów przemiany materii i toksyn. Oczyszczony układ trawienny pozwala na lepsze wchłanianie składników odżywczych, czyli lepsze odżywienie organizmu. Kluczem jest dobór odpowiednich ziół, regeneracja, wsparcie odporności i utrzymanie homeostazy.
AkuCleanse	22,5 ml	W wątrobie zachodzi wiele procesów, a jednym z kluczowych jest oczyszczanie organizmu z zalegających w nim złogów, po to żeby nie przedostawały się one do innych organów. Przez to wątroba jest narządem mocno obciążonym, który jednocześnie bardzo późno daje znać, że ma problemy. Dlatego składniki roślinne w AkuCleanse zostały dobrane tak, żeby wspierać oczyszczanie wątroby, jelita grubego i nerek.
AkuPro	3 kapsułki	AkuPro to aż 100 miliardów bakterii z 13 szczepów probiotycznych, fruktooligosacharydy i inulina. To idealne połączenie bakterii wzbogacających florę bakteryjną, substancji pobudzającej wzrost flory bakteryjnej występującej w jelicie w sposób naturalny i tych hamujących rozwój mikroflory patogennej.
Aku4 Complex	12,5 ml	Aku4 Complex to połączenie trzech głównych składników aktywnych – cynku, selenu i witaminy C. Wszystkie z nich nie tylko wspierają układ odpornościowy, ale również pomagają chronić komórki przed stresem oksydacyjnym. Ponadto witamina C wspiera oczyszczanie organizmu z metali ciężkich, przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego i utrzymania prawidłowych funkcji psychologicznych. Cynk przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu makroskładników odżywczych i bierze udział w procesie podziału komórek. Selen pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu tarczycy i ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Sok z żurawiny pomaga oczyścić układ moczowy z toksyn.

Zalecenia suplementacyjne przygotował:
Dr Jaromir Bertlik



UWAGA!

W skład indywidualnego opracowania, które masz przed sobą wchodzi trzy części: część I - wynik, część II – omówienie i część III - zalecenia suplementacyjne. Części te są od siebie zależne, dlatego w celu konsultacji ze specjalistą bezwzględnie należy drukować opracowanie w całości.

część I - WYNIK

Należy pamiętać, że Toxic Elements (TE) to laboratoryjna analiza poziomu metali toksycznych. Stanowi jedno z narzędzi globalnego podejścia żywieniowego do opieki zdrowotnej. Nie jest to badanie diagnostyczne, zatem nie służy do diagnozy stanu chorobowego i nie można jej wykorzystać do śledzenia procesów leczenia. Podstawowym celem TE jest działalność profilaktyczna. Wynik testu TE nie może i nie wskazuje żadnych zaleceń dotyczących występowania jakiegokolwiek schorzenia. Dlatego w przypadku jakichkolwiek pytań medycznych należy skontaktować się z lekarzem.

część II – OMÓWIENIE

To zbiór informacji oparty na wskazanych źródłach i mówiący o znaczeniu merytorycznym i praktycznym elementów mających wpływ na finalny efekt opracowania.

część III – PROGRAM SUPLEMENTACYJNY

Badany przyjmuje do wiadomości, że każda terapia suplementacyjna jest procesem złożonym oraz długotrwałym, często podzielonym na etapy oraz że wskazany program suplementacyjny oparty jest wyłącznie na wyniku Toxic Elements (TE) badanego. Pamiętać należy, że suplementy diety nie mogą być stosowane jako zamienniki zróżnicowanej diety, a przedstawiony program suplementacyjny może być stosowany czasowo. Jednocześnie informujemy, że dłuższe niż wskazane stosowanie programu suplementacyjnego bezwzględnie powinno zostać skonsultowane ze specjalistą. Powyższy program suplementacyjny jest propozycją dla specjalisty, który podejmuje ostateczną decyzję o suplementacji. Przed zastosowaniem suplementów diety należy zapoznać się z pełną informacją na ich temat znajdującą się na stronie www.akuna.pl lub opakowaniu/ulotce. Osoby chore, stosujące leki na stałe, kobiety w ciąży i karmiące piersią, przed wprowadzeniem zaleceń wynikających z programu odżywiania powinny skonsultować się z lekarzem.

Źródła: „Minerały życia. Analiza pierwiastkowa włosów.” 2014 r.; dr n. med. Krzysztof Janusz Krupka

