



2149551988

HORMONÁLNÍ ZDRAVÍ ŽENY

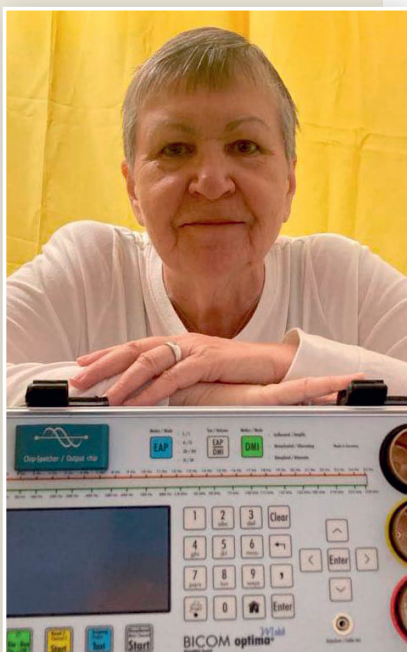
MUDr. OLGA OLEXOVÁ:

„Ženy v současnosti trpí různými hormonálními problémy v takovém množství, že už je to běžně považováno za normální stav.“

PAVLA VOJÍŘOVÁ

MUDr. Olga Olexová

vystudovala klasickou medicínu se specializací na dětské lékařství, imunologii a internu. Ve své praxi nebyla ochotná jen předepisovat léky, které sice zlepšily stav, ale byly potřebné dlouhodobě, opakovaně a definitivně problém nevyřešily. Hledala jiné cesty, v USA a Indii se učila ajurvédskou medicínu, poté se seznámila s biorezonancí, TČM, japonskou medicínou, zejména v souvislosti s masáží a akupresurou, následovala hormonální reflexologie a rehabilitační metoda cvičení FitPainFree. Ve své praxi propojuje všechny tyto principy, aby pomohla lidem nastolit rovnováhu a zdraví organismu. MUDr. Olexová působí na Slovensku.



▼ Množství ženských hormonálních poruch vzrůstá. Proč?

Hormonální poruchy jsou nyní tak frekventované, až se začalo uvažovat, že je to vlastně norma. Média nás informují, že PMS, bolestivá menstruace, ovulace i poruchy cyklu jsou normální, neplodnosti a předčasné menopauzy u žen přibývá. Žena pak často ani nevyhledá pomoc. Působí i tlak společnosti, ženy se snaží vyrovnat mužům, ale musí vynaložit mnohem více úsilí než muži – firmy preferují výkonné bezdětné ženy, kterým slibují kariérní postup. Tlakem na výkon si žena vědomě potlačí tvorbu progesteronu – nechce родit a vypadnout z procesu, protože by jí unikla příležitost. A když se po pár letech vyčerpá, propustí ji nebo povýší někoho jiného.

Děvčata a ženy nutíme, aby vyráběly mužské hormony a ženeme je do postavení, které pro ně není přirozené ani vhodné.

Dokonce ženy dělají MMA a kontaktní sporty, hrají hokej, kde nemají co dělat – honba za výkonem a soutěž je mužská věc. Následkem bývá potlačení tvorby ženských hormonů a nárůst hormonů mužských. K tomu působí vlivy prostředí, stravy, stresu – na ženu je velký tlak z mnoha stran. To vše se propisuje do hormonálního systému, takže současná doba fertilitního věku osciluje mezi neplodností a poruchami menstruačního cyklu.

▼ **Toxiny a xenohormonální látky se nachází téměř všude v našem okolí, jak se před nimi můžeme chránit?**

Náš organizmus řídí tři systémy – nervový, hormonální a imunitní. Jeden bez druhého neumí existovat, když je porucha v jednom, bude i v ostatních dvou. Pesticidy, bifenily, dioxiny a další, tělu cizorodé látky, jsou skoro všudypřítomné, i když se podobají našim hormonům, mají 400x větší afinitu k receptorům než ty naše. Jídlo balené do plastů obsahuje mikroplasty xenohormonální povahy, tyto látky nám obsadí receptory a naše vlastní hormony, které produkují vaječníky, už nemají kam „usednout“, jejich hladina v krvi je zvýšená, což „zamává“ celým organizmem. Xenoestrogeny nedávají tělu ty správné signály. To vše bychom měli mít na mysli a minimalizovat rizika – co nejvíce se vyvarovat plastů, konzervace, pesticidů, kosmetiky s xenohormonálními látkami a snažit se nerovnováhu v organizmu ovlivňovat stravou, tělesnou aktivitou, zmírněním stresu.

▼ **Můžete pomoci biorezonance změřit a ovlivnit hormonální nerovnováhu?**

Prostřednictvím hormonální sady mohou přístrojem Bicom naměřit disfunkční orgán, hormon či žlázu z vnitřní sekrecie, poslat do těla informační výstup jako „antivirový program“ a opravit to. Ale když člověk nezmění své návyky, stravu, pohyb a životní styl



celkově, bude můj věčný pacient. Proto se ho snažím namotivovat, aby i on pro své tělo něco dělal a problém se neopakoval, jinak to dlouhodobě nezafunguje. Současná doba je skutečně plná hormonálních poruch, a ty začínají u stresu. Mnoho lidí má vysokou hladinu adrenalinu a kortizolu, a ani si to neuvědomují. V MHD nebo restauraci vidím často mladé lidi, jak poklepávají nohou, jsou plní nervozity, a vím, že pokud bych jim změřila nadledvinky, nebudou v pořádku. Když se jich zeptám, řeknou, že v tom nevidí problém... ale tělo ano. Vraťme se k ženě – ta je cyklická a potřebuje cykličnost vnímat a dodržovat, dostatečně spát, správně jíst, chodit do přírody, kreativně se realizovat, nezadržovat emoce, eliminovat stres i elektrosmog...

▼ **Jak jsou na tom hormonálně dnešní mladé dívky kolem puberty?**

Dnes vlastně normální puberta neexistuje, děvčata chtějí být „modelkovská“, hubená. Přiměřený tělesný tuk souvisí se správnou hormonální aktivitou, a pokud mladé dívky jí málo, špatně, mají pak poruchy příjmu potravy. Puberta se proto dnes přesouvá do nižšího věku. Tělo není fyzicky a emočně připravené na hormonální aktivitu, množství potravin s fruktózovými a glukózovými sirupy vede ke zvyšování viscerální obezity, a tím pádem k materiálu pro tvorbu sexuálních hormonů. Přístrojem Bicom lze naměřit, kde je porucha, pak je nutné začít problém řešit komplexně.

▼ **Hormonální antikoncepci předepisují gynekologové od 15let zcela běžně. Jaký je pohled celostní medicíny? Lze negativní vlivy HA přes biorezonanci vyvést z těla?**

Naše tělo je nesmírně moudré, když mu něco chybí, začne šetřit i ve formě toho, že zastaví menstruaci. Kolegové gynekologové často nasazují antikoncepci bez rozmyslu, ta tělo donutí pravidelně krváčet, i když na to nemá energii a dostane ho do absolutního deficitu. Mám pacientky několik let po léčbě antikoncepcí a mají obrovské problémy, přibírou 15 kg za rok bez změny stravy, organizmus je stále vyvedený z rytmu. Je to nesmírný zásah, přitom se antikoncepce rozdává jako lentičky. Celostní medicína učí, aby žena v takovém případě podstoupila detoxikaci, ať už biorezonancí či jinou formou, a nenechávala nevyložené látky z HA ve tkáních čekat na příležitost, kdy mohou ublížit a blokovat přirozené procesy. Zde též velmi využívám biorezonanci, naměřím přítomnost zbytků antikoncepce, ať už užívání nebo z vody, potravin, a vyvedeme je z organizmu. Ve vodě je skutečně přítomno značné množství estrogenů a odpadních látek, které ovlivňují nejen ryby, ale také naše děti a obecně organizmus člověka.

Pohled celostní medicíny na hormonální antikoncepci je velmi kritický.

▼ **Co se děje v menopauze a jak se postarat o to, aby ji žena zvládala co nejlépe?**

V tomto období nám pomalu vyhasíná tvorba sexuálních hormonů a měly bychom se připravovat na roli babičky. Ale díky stresu a neschopnosti naší společnosti stres zvládat – což je důležitější než stres samotný, nebývá přechod bez obtíží. V Indii mají úplně jiný přístup ke stresu, umí meditovat, mají ashwagandu, v hindském jazyce termín pro menopauzu není, protože se stravou a mentálním zdravím starají o to, aby proces byl mírný, postupný. U nás to najednou jde prudce dolů, ženy mívají předčasnou menopauzu, návaly, depresivní stavy – potom dáváme psychofarmaka, dobré rady a výživové doplňky. Ale když si nenaměřím prostřednictvím Bicomu, o jakou jde poruchu – jestli je hladinu estrogenů v normě a nízký progesteron, nebo vysoká hladina estrogenů a normální či vysoký progesteron, mohu s doporučením mířit dost vedle. Máme tři základní druhy estrogenů, dva se nám tvoří v aktivním věku od puberty a zodpovídají za naši ženskost do menopauzy, pak následuje tvorba estradiolu, který je dominantní v menopauze, ale i ten postupně odeznívá. Ženám 50+ bych doporučila stravovat se tak, aby měly stavební materiály na tvorbu hormonů. Zvláště ženy, které mají vysoký tlak či berou léky na snížení cholesterolu, by se měly poradit s celostním lékařem a změřit biorezonancí hormonální profil, protože když nemáte cholesterol, nebudete mít ani hormony a hormonálně „poletíte“ strmě dolů se všemi nežádoucími projevy,

nenahradí to ani náhražky estrogenů, obsažené ve fytoestrogenech.

DOPORUČENÍ

Ženám, které mají problémy, určitě doporučuji nechat si udělat preventivní prohlídku u gynekologa, zároveň si Bicomem nechat změřit hormonální profil a podívat se, jak to vypadá. Zda se třeba nezačalo tvořit větší množství androgenů, což se projeví i na fyziogonii, mění se rysy tváře, hlas, rostou vousky, vypadávají vlasy... Tento profil má velkou výpovědní hodnotu, podle něj se rozhodne další postup, zda hormony regulovat a jakým způsobem. Na trhu je mnoho výrobků s různým účinkem, prostřednictvím Bicomu mohu individuálně vytestovat, co je a není pro konkrétní ženu vhodné a změřit i to, co si ona přinese – léky, doplňky, potraviny. Žena by se měla poradit, a ne brát něco zkusmo. Přeměření je důležité i proto, že hormonální systém je propojená síť, což si málokdo uvědomuje. Budu-li mít stále u hlavy mobil či sluchátka s bluetooth, tak hypofýza – šéfka všech hormonů, nebude správně fungovat, a tím

pádem ani štítná žláza, nadledvinky, a ani sexuální hormony – a vznikne problém.

Příklad z praxe:

Na konzultaci přišla 33letá právnička, absolvovala dvě vysoké školy, trpěla kritickou únavou, výpadkem menses 6 měsíců. Závěr gynekologa: vše v normě, nabídnuta HA, pacientka ale odmítla. Žena je velmi štíhlá, analýza ukazuje výraznou redukci tělesného tuku, viscerální tuk pouze 1 kg. I při podvázce se cítí tlustá, téměř denně extrémně cvičí v posilovně. Strava dle celostní medicíny konstitučně nevhodná, měření Bicomem ukazuje výraznou patologii ženských hormonů, genitálu, tukové tkáně, sleziny, jater, ledvin, četné blokady meridiánů, stres. Byla poučena o stravě dle ajurvedy, začaly jsme s Bicom terapií + dostala nahraný čip s programy na tělo. Po dvou týdnech přidány další programy, opět nahraný na čip. Výsledky: za měsíc první špinění, za dva měsíce slabý menses, třetí měsíc normální menses. Pokračujeme v terapii 1x měsíčně pro stabilizaci dosaženého stavu.

Pavla Vojířová www.astrologicky.cz

Jako redaktorka se věnuje komplexnímu pohledu na zdraví, 10 let vedla časopis zaměřený na zdraví a alternativní techniky. Zajímá se o posvátnou geometrii, geomantii, symbolické myšlení, vyučuje a konzultuje astrologii,



INZERCE

PŘÍRODNÍ FYTOHORMONY (bez vedlejších účinků)



ESTROZIN kapky ESTROZIN čaj Cytonic kapsle

„ŽENSKÉ“ BYLINY v kapkách, kapslích a čajové směsi pro podporu menstruačního cyklu, hormonálního komfortu a pomoc při menopauze.

Kontryhel obecný, měsíček lékařský, mochna husí, kozinec blanitý, hluchavka bílá, jetel luční, maytenus ilicifolia a mnohé další byliny.

Poradnu a další informace vám poskytnou v Diochi klubech po celé ČR. www.diochi.cz, tel.: 222764004