

Kapilláris terápia (terpenteses kádfürdők)

Tisztítások és gyógyítások dr. Zalmanov módszerével

Szöveget pdf file-ba szerkesztette:

Osváth Ferenc István, Egészséges Élet és Gyógymódok tanácsadó terapeuta.

Az alább közreadott eljárást elsősorban a szervezet kapilláris rendszerének tisztítására, újraélesztésére ajánlja a szakirodalom. Ez az eljárás, melyet sikerrel alkalmazhatunk az endokrin betegségek gyógyítására is egy oroszországi orvos, dr. A. Sz. Zalmanov nevéhez fűződik. Lényege a terpenteses kádfürdő, amely amellett, hogy normalizálja a vérkeringést a hajszálerekben, eredményesen gyógyítja a fájdalommal járó, krónikus mozgásszervi betegségeket is. Ejsünk néhány szót a terpentinről és annak tulajdonságairól.

A terpentin fenyőgyantából nyerik. A szervezetre nézve oldó, serkentő és fertőtlenítő hatással rendelkezik. Gyógyító céllal sumér elődeink, az ősi egyiptomiak, a görögök és a rómaiak is használták.

Azt a szövetet, amelybe az egyiptomi fáraót göngyölték előzetesen gyantával itatták át. A tudósok állítása szerint 4000 év elteltével sem veszítette el mikrobaölő hatását a gyanta impregnálás. Azért alkalmazzák napjainkban is a fenyőt meleg borogatásokhoz, fürdőkhöz – mivel terpentin tartalmaz.

Tehát a terpentin nagyszerűen oldódik, könnyen áthatol a bőrön és hatással van az idegvégződésekre. Kétféle terpenteses kádfürdőt különböztetünk meg – sárga valamint fehér emulzióból készültet. Ezeknek a fürdőknek az általános hatása a kapilláris és a nyirok áramlás javítása, az életenergia növelése minden egyes sejtben és a szervezet egészében. A fehér emulzióval készült kádfürdők csodával határos módon stimulálják a kapillárisokat. A sárga emulziós kádfürdők pedig javítják a szervezet anyagcseréjét, segítik az ízületekben, az inakban és a véredények falain lerakódott sók oldását.

Dr. A. Sz. Zalmanov elmélete szerint minden betegség a kapillárisokban történt elváltozások következménye. Ahhoz, hogy a kapillárisokat meggyógyítsuk, forró kádfürdőket kell alkalmazni.

Minden meleg és forró kádfürdő, és elsősorban a terpenteses kádfürdő, tisztítja a beteg szervezetet. Minden betegség lényege – a káros anyagok felgyülemelése, amit a beteg szervezet nem képes se lebontani, se oxidálni, se elégetni, se eltávolítani, általános fiziológiai úton. A mesterségesen előidézett hipertermia segít a szervezetnek lebontani a toxikus anyagokat, szétbontani azok gigantikus molekuláit kisebb tömegű molekulákra, amelyeket a beteg szervezetnek könnyebb a vesén, a tüdőn, a nyálmirigyeken és a bőrön át eltávolítani. A hipertermikus terpenteses kádfürdők elégetik a beteg szervezetet szennyező szerves szemetet és port, kitisztítják a nyirok- és vérellátó kapillárisokat, megtisztítják a sejtek közötti és sejteken belüli folyadékokat. Ebben rejli e fürdők univerzális gyógyításának titka.

A vérkeringésben a főszerep a legparányibb véredényeknek jut – a kapillárisoknak. A kapillárisok a véredény rendszernek az a része, amelynek a falán keresztül a tápanyagok és az oxigén a vérből a szövetekbe jutása történik, a szövetekből pedig az anyagcsere következtében keletkezett égési termék és a széndioxid a vérbe kerül.

A kapilláris falát endothelium alkotja (egyrétegű laphám, ami a hajszálerek belső felületét béleli), amely részjellegű csövecskét alkot. Az endoteliális sejtek nem passzív membránok, amiken keresztül az anyagcsere zajlik, hanem aktív filterek, amelyek átteresztő képessége különböző anyagok esetén változhat. Ezért a különböző betegségeket okozó toxikus anyagokat elnyelhetik, vagy akár felgyorsíthatják kivezetésüket az emberi szervezetből a

kapillárisok falai. A kapillárisok ilyen jellegű tulajdonságát használja fel a népi gyógyítás egyik kevésbé ismert ága: a hajszálér (kapilláris) terápia.

A hajszálér terápia azon természetes gyógymódok összessége, amelynek alapját a kapillárisokra történő hatás képezi. A hajszálér terápia létrehozása Abram Szolomonovics Zalmanov (1875-1965) nevéhez fűződik. Dr. Zalmanov „Az emberi szervezet titkos bölcsessége.” A mélylési orvoslás” (Párizs, 1958) c. könyvéből idézek: „a kapillárisok fiziológiás zavarai annyira feltűnőek és gyakoriak, hogy ezeket nem lehet másodlagos jelenségeként tekinteni, ellenkezőleg, a beteg egyik legalapvetőbb szerves bajaként kell kezelni bármely betegség esetén. Nyissuk meg tehát a beszűkült kapillárisokat minden betegnél. A kapilláris vérkeringés felújítása után a szervezet önmaga elvégzi a többi feladatot. Az ember egészségét tehát kapillárisainak egészsége határozza meg. A lényeg tehát nem az, hogy megtaláljuk egy pontosan diagnosztizált betegség terápiáját, hanem az, hogy a beteg szerv megzavart funkcióját mielőbb újjá teremtsük, mert a funkcionális zavarok oka - az esetek túlnyomó többségénél a kapillárisokban található.”

„... A kapillárisok fizioopatológiás ismerete nélkül a medicina a jelenségek felületén marad, és nem képes megérteni sem az általános sem a speciális patológiát” – állítja Zalmanov.

„A modern orvosi terápia nem törődik a kapillárisokkal, amelyek pedig a szervezet és a szövetek mélylési vérellátását végzik, és amelyekben a vér 80%-a cirkulál.” (Zalmanov)

Hosszú éveken át Róma, Párizs és Berlin legelőkelőbb klinikai és orvosi központjai sikeresen alkalmazták az Oroszországból származó dr. Zalmanov kapilláris terápiáját. „A kapilláris erek karbantartása lesz a jövő medicinájának legfontosabb feladata” – írja feljegyzéseiben a szovjet uralom első éveiben emigrációba menekült dr. Zalmanov.

A természetes gyógyításnak ez a módszere nem csak betegségek sokaságánál alkalmazható, de pótolhatatlan eszköze egy sor betegség megelőzésének, egyebek között az endokrin mirigyek betegségeinek.

A kapillárisok összehúzódása és kitéágulása fontos szerepet játszik minden patológ folyamatnál: traumáknál, gyulladásoknál, allergiáknál, fertőzéseknel, toxikus folyamatoknál, bármilyen sokkos állapotnál és trofikus sérüléseknél. Amikor a kapillárisok kitéágulnak, az artériás vérnyomás csökken, amikor azok összehúzódnak, az artériákban a nyomás emelkedik.

A kapillárisok falát képező endoteliális sejtek – filtráló membránok, amelyeken keresztül történik az anyagcsere a kapillárisokban lévő vér és a sejtek közötti folyadék között. Ezen élő filterek átjárhatósága a szervezet szükségletétől függően változik.

A hajszálerek membránja áteresztő képességének szintje fontos szerephez jut a gyulladások és a vizenyő kialakulásában, valamint az anyagok szelekciójánál (kiválasztásánál) és rezorbciónál (visszaszívódásnál). Normális állapotban a kapillárisok falai a nem nagyméretű molekulákat eresztik át, például: a vizét, a vizeletét, az aminosavakat, a sókat, ám nem engedik át a fehérje molekulákat. Patológ állapotban növekszik a membránok áteresztő képessége, és a fehérjék makromolekulái átjutnak a vérplazmából a szövetek közti folyadékba – így keletkeznek a szövetek vizenyői.

A betegség – az emberi szervezetnek olyan állapota, amely ellentétes az egészséges állapottal. Az egészséges szervezetben minden fiziológiai folyamat, biokémiai reakciók egyensúlyban vannak környezetükkel és önmagukkal, minden szerv és szövet szükséges és elegendő mennyiségű vegyi összetevőket tartalmaz.

A kémiai összetevők mennyiségének megváltozása felborítja a meghatározott rendet, ami betegségekhez vezet, olyan állapothoz, amelyből a szervezet különböző módszerekkel igyekszik visszajutni az eredeti egyensúlyba.

A betegségek túlnyomó többségénél alkalmazható a következő nem bonyolult séma: intoxikáció (a szervezet mérgeződése) – detoxikáció (a káros anyagok kivezetése). Pl.: influenza esetén a betegség annak következtében alakul ki, hogy az influenza vírusok áthatolnak a nyálkahártyán, majd elszaporodva megmérgezik az emberi szervezetet.

Válaszreakcióként növekszik a test hőmérséklete, felgyorsul az anyagcsere folyamat: felgyorsulnak a biokémiai reakciók folyamatai, az influenza vírusok által kiválasztott toxinok szétesnek és kiürülnek a szervezetből, a vér vírusokat megsemmisítő képessége többszörösére növekszik stb. A szervezet ilyen válaszát a vírusok betörésére – detoxikációnak nevezzük.

A toxin – bizonyos mértékben biokémiai feltételezés, mivel gyakorlatilag bármilyen anyag, ha az meghaladja normális koncentrációját, toxinná válhat. Az intoxikáció – valamilyen anyag vagy anyagok normális koncentrációjának megnövekedése. Normális állapotban a detoxikáció a vesén, a májon, a beleken, a tüdőn, a bőrön, a hörgőkön, a nyál és izzadság mirigyeken stb. keresztül történik. A detoxikáció folyamatában a kapillárisok teljes egészében szűrő funkciót töltenek be, felgyorsítva a szervezetből távozó toxinok és salakanyagok ürülési folyamatát.

A kapillárisokra vízzel tudunk hatást gyakorolni, úgy a meleggel, mint a hideggel. A fürdők lehetnek helyi jellegűek, amikor egy testrészt merítünk vízbe és általánosak, amikor egész testtel belemerülünk a fürdővízbe. A fürdő időtartamát és hőfokát könnyű szabályozni, ám a kapilláris hálózatra igen hosszú ideig tartó kezelés szükséges, amelynek idejére állandó hőmérsékletre van szükség. Ezt a nehézséget dr. Zalmanov oldotta meg, aki 8 év kutató munka után megtalálta a terpentines keverékeknek azokat a formáit – a sárga oldatot és a fehér emulziót – amelyeknek az alkalmazása jelentősen lerövidíti a gyógyító kádfürdők időtartamát.

A meleg hidroterápiás kezelések serkentik a vér- és a nyirokedényekben a keringést, élénkítik a sejten belüli és a sejteken kívüli folyadék áramlatot, felgyorsítják a vérplazma és a gerincvelő folyadék megújulását, megkönnyítik a tápanyagok sejtbejutását, valamint a salakanyagok eltávolítását a sejtekből. A meleg vizes kezelések mesterségesen megemelik a test belső hőmérsékletét és akkumulálják a steril meleget, erősítik a sejtekben és a szövetekben a metabolitok égését (az anyagcsere végtermékeit), megnyitják az elzárt kapillárisokat, növelik a sejtmembránok átjárhatóságát, gyorsítják az anyagcsere folyamatot. A mikrocirkuláció újjá éleszti a kiszáradó, haldokló sejtiszigeteket, a sejtek újra kapnak elegendő oxigént és tápanyagot, aminek következtében teljes értékű működésbe kezdenek. Ezt felismerve fogalmazta meg Zalmanov doktor, hogy „Bármely krónikus betegség a szervezet időelőtti öregedése. Minden valódi gyógyítás megfiatalodással jár együtt. Nekünk 100 évesen kellene meghalnunk és akkor is viszonylagosan fiatal, és aktív emberként.” A kapilláris terápiában elért szenzációs eredményei alapján az emigrációban élő dr. Zalmanovot Franciaország egészségügyi miniszterévé nevezték ki.

A terpentines kádfürdők

Dr. Zalmanov elmélete szerint a szervezet detoxikációját sokszorosán felgyorsíthatjuk. Ehhez a legjobb szer – a terpentines kádfürdők.

A terpentines kádfürdők kezeléstől-kezelésig megnyitják a hajszálereket, visszaállítják a szervek és szövetek táplálását, rendezik az oxigén ellátást, a szövetek feltöltését, és a salakok kivezetését. Meg kell jegyezni, hogy a terpentines kádfürdővel hosszabb ideig történő kezelésekként jelentkezik a szervezet teljes megfiatalodása. Ezen belül csökken az endokrin megbetegedések kialakulásának kockázata.

Zalmanov doktor szerint a terpentines kádfürdőket egész évben lehet élvezni, más meleg vizes gyógykezelésekkel szemben, melyeket a gyógyüdülők csak az év meleg időszakaiban alkalmaznak. Bárki, akinek van otthonában fürdőkád, megoldhatja odahaza a gyógyüdülést. A Zalmanov-féle gyógyfürdő alapanyaga a folyékony terpentin. A terpentint folyékony fenyőgyantából nyerik, sajátos fenyőillatú, színtelen vagy sárgás színű folyadék. A terpentin nem oldódik a vízben, jól oldódik az éterben, az acetonban, etanolban; a terpentin a zsírok, olajok, kátrány, gyanta oldószere. Bőrbe dörzsölve égető érzést, pirt vált ki. Az egészségügyben ezt a szert külsőleg régóta alkalmazzák különböző esetekben, belsőleg – inhaláláshoz stb. A terpentinolajnak ismert a jótékony hatása gennyes sebeknél,

szövődményes anaerobikus fertőzések esetén. Megállapították, hogy a terpentin kifejezetten oxidáló, regeneráló és gyulladásgátló tulajdonságokkal rendelkezik.

A terpentines kádfürdők típusai

Háromféle terpentines kádfürdőt különböztetünk meg: fehéret, sárgát és kevertet, annak függvényében, hogy milyen terpentines keveréket használunk fel.

A fehér emulzió és a sárga oldat nem egyformán hatnak a szervezetre. A fehér emulzió a kapillárisok ritmikus összehúzódását és kitágulását váltja ki, mintha „gyakorlatoztatná” azokat; serkenti a bőr hajszálereit és minden szervet, egészében hat a szervezetre. Alkalmazható: hipotónia, deformációval járó poliarthritisz, izomsorvadás, impotencia, prosztatagyulladás, szívizomelhalás esetén is. Gyorsítja a törött csontok összenövését, felgyorsítja a kapillárisok pulzálását és a vérkeringést. A sárga oldat hatásosan segíti az inakban, ínszalagokban, ízületekben, az ízületi tokokban, a főbb véredények és a kapillárisok falain lévő patogén lerakódások oldását, visszaállítja a felborult anyagcserét. A sárga oldat úgyszintén csökkenti a vérnyomást, kedvező feltételeket teremt az idegsejtek felélénkítésére és visszaállítására főképp gerincvelő bántalmaknál, elszennvedett szélütésnél, valamint a központi és periférikus idegrendszer egyéb betegségeinél. A sárga kádfürdőt úgyszintén alkalmazzák diabétesz, glaukóma gyógyítására valamint csonttöréseknél. A kezelés következtében csökken a koleszterin, a vércukor, javul az alapanyagcsere. Ez az állapot 2 évig vagy akár tovább is tartós marad.

A fehér terpentines emulziós kádfürdők hamarabb leadják hőenergiáikat. A gyógykezelés alatt a páciens a bőr felületén általában tűszúrásokra emlékeztető fájdalmat vagy égető érzést tapasztal. A „bekeményedett” inak, ínszalagok, izmok visszanyerik elasztikus állapotukat.

A sárga terpentines oldatot alkalmazva a kádfürdőkhöz enyhe égető és tűszúrásokra emlékeztető fájdalmat fogunk érezni. A gyógykezelés alatt a test hőmérséklete mesterségesen megemelkedik, aktív verejtékezés indul el. Ami érdekes, hogy az ilyen kádfürdő nem vált ki heves szívdobogást vagy légzőszervi rendellenességet. A víz felszínét befedő anyagréteg miatt, a hő vesztesége elenyésző; a hőenergia a vízben gyűl össze, ami a vérben és a nyirokfolyadékban lévő salakanyagok gyorsított elégéséhez vezet. A sárga terpentines oldat igen kímélően hat a kapillárisokra, hatása hasonlít az iszapkezelésekéhez.

A fehér és a sárga terpentines kádfürdők jelentős fájdalomcsillapító jelleggel bírnak.

A kevert terpentines kádfürdőt a sárga oldat és a fehér emulzió egyesítéséből állítjuk elő. Az ilyen kádfürdő a sárga és a fehér kádfürdő méltányos tulajdonságaival rendelkezik, lehetőséget adva arra, hogy minden páciens állapotához alkalmazva tudja végezni a kezelést. Azonkívül a kevert kádfürdők kiváltják sokféle aminosav kivezetését a véráramlatba, beleértve a hisztamint, amely hosszantartó fájdalomcsillapítást biztosít. A hisztamin úgyszintén behatol a mellkast és a hasüreget ellátó véredényekbe, a koponyaagyba és a gerincvelőbe, a gerincvelő folyadékba, ami biztosítja a normális vérkeringést, az anyagcsere végtermékeinek oxidálását és kivezetését.

Bármelyik típusú terpentines kádfürdő alkalmazása teljes mértékben veszélytelen, ha betartjuk a szakemberek hozzárendelt tanácsait.

Kinek javasolt a terpentines kádfürdő és kinek nem

A terpentines kádfürdők előnye, hogy képesek hatni az összes hajszálerekre, növelve ezáltal az emberi szervezet minden sejtjének életerejét. A terpentines kádfürdők nem okoznak anyagcserezavart, nem károsítják a szervek és a szövetek vegyi összetételét, nem váltanak ki káros mellékhatást – csakis a szervezet védelmi reakcióinak mechanizmusát erősítik.

Meg kell jegyezni, hogy a terpentines kádfürdők jó eredménnyel alkalmazhatók egy sor betegség kezelésére, melyek közé sorolható a jóindulatú és rosszindulatú daganat, az agyvérzés utóhatásai stb.

A terpentines kádfürdők univerzális hatásúak akut és krónikus betegségek sokaságára. Jótékonyan hatnak a szervezet külső és belső megfiatalodására, az egészség fenntartására, mindenfajta betegség kórmegelőzésére, javítják a bőr, a szem, a hajzat állapotát, meghosszabbítják az életet.

A terpentines kádfürdők javasoltak az olyan endokrin betegségeknél, mint az elzsírosodás, női és férfi klimax, diabétesz, hipotireózis, tireotoxikózis (diffúz toxikus golyva), autoimmun thyeroiditis (pajzsmirigygyulladás), Icenko-Kusing betegség.

A terpentines kádfürdő elsősorban az alábbi idegrendszeri betegségeknél javasolt: féloldali izomtáplálási szklerózis, Sarko Mary-féle neuralgiás amiotrófia, Verdign-Hoffman-féle háti amiotrófia, Bechterew-féle betegség, vegetatív érrendszeri disztónia (izomtónus rendellenessége), idegdúcgyulladás (ganglionitis), fejfájás, hipotalamusz-szindróma, celebrális gyermek paralízis, Parkinson-kór, agyvérzés, isiász, causalgia (égető jellegű érzéssel járó neuralgia), lumbágó, Manière-szindróma (belső fül eredetű, rohamokban jelentkező szédülés), myasthenia (izomgyengeség), migrén, myelitis (a gerincvelő fehér állományának gyulladásos megbetegedése), myopáthya (izombántalom), paroxizmális myoplegia (rohamokban jelentkező izombénulás), miotónia (izomtónus), háromosztatú idegneuralgia (idegfájdalom) és neuritis (ideggyulladás), neuraszténia (ideggyengeség – az idegrendszer fokozott ingerlékenységével és fáradékonyságával járó állapot), arc- és más idegek gyulladása, polyneuritis (sokideggyulladás), álmatlanság, alkoholizmussal járó idegbántalom, idegi reuma, neuroszifilisz (szifilisz fertőzés következtében kialakuló idegrendszeri kórkép), koponyaagy-daganat, derék-keresztcsonti ideggyökérgyulladás, szklerózis-multiplex, csigolyagyulladás, a hátgerinc osteochondrosis-a, parézis (részleges vagy enyhe bénulás), különböző eredetű bénulások, különböző eredetű érzékenységi zavar, polyomyelitis.

A Zalmanov-féle kádfürdőkhöz a következő kellékek szükségesek:

- forró és hidegvíz
- hőmérő (50 °C-ig) a vízméréshez
- mérőedény (legalább 100 ml-es tartalmú, beskálázva)
- óra (másodpercmutatóval) az idő ellenőrzésére
- vérnyomásmérő
- egy tükör saját közérzetünk ellenőrzésére (ha a kezelést egyedül végezzük)
- sárga terpentines oldat és fehér terpentines emulzió.

A terpentines kádfürdő típusát az alapdiagnózis figyelembevételével és a szervezet általános reakciója alapján válasszuk meg. Vegyük figyelembe, hogy a szervezet általános reakciója az időjárás feltételeitől változhat. A gyógykezelések gyakorisága szintén a fenti tényezőktől függ. Bármelyik keveréket mindig minimális mennyiséggel kezdjük (20 ml) és fokozatosan növeljük, és szigorúan individuális módon bizonyos szintig.

A terpentines kádfürdők előállításához csakis jó minőségű komponensekből előállított terpentines keveréket használjunk. Elvileg ezeket elkészíthetjük önállóan is, házilag, ám ez egy igen bonyolult folyamat.

Fehér kádfürdő nem javasolt: hipertónia esetén. Nem engedélyezett a kádfürdő együttes használata az injekciózással, antibiotikumos, hormonális, ultrahangos kezeléssel, valamint a kemo- és sugárterápiával és más erősen ható kezelésekkel.

Sárga kádfürdő ellenjavallata: II-III fokú hipertónia, hepatitis, májcirrózis, tüdőtuberkulózis, a várandósság második fele, az agy és szív-érrendszer kifejezett patológiája esetében.

A fehér terpentines emulzió

Kb. 1 liter emulzió elkészítéséhez szükségünk lesz 550 ml desztillált vízre, 40 g finomra reszelt Baba szappanra, 6 g szalicilsavra, 20 ml kámforszeszre, 500 ml fenyőgyantából nyert terpentinre.

Az előállított emulzió aludttej állagú. Tárolásánál néha 2 vagy 3 fázisra oszlik, ezért használat előtt össze kell rázni. A fehér emulziót sötét helyen kell tárolni; szobahőmérsékleten 1 évig is eláll. Elkészítéséhez kb. ½ óra szükséges. A kádfürdőt általában heti 2 alkalommal használjuk.

A sárga terpentines oldat

Kb. 1 liter sárga oldat elkészítéséhez 200 ml ricinusolaj, 150 ml oleinsav, 13,5 g kikristályosított marólúg (marónátron) – granulátum formájában és 500 ml fenyőgyantából előállított terpentint szükséges.

Az elkészült sárga oldat áttetsző sárgás színű, növényi olajra emlékeztető lesz. Jól zárható, sötétfalú üvegedényben, szobahőmérsékleten tároljuk; sötét helyen. Minőségét 1 évig megőrzi. A kádfürdőt általában másnaponként végezzük.

A kádfürdő előkészítése

A víz kezdeti szintjét úgy válasszuk meg, hogy miután teljes testünkkel beleereszkedünk a fürdőkádba, a víz magassága 8-10 cm-re legyen a biztonsági kivezető nyílástól. Megtöltjük a kádat kb. 36°C-os meleg vízzel. Helyezzük a vízbe a hőmérőt, ellenőrizzük a víz hőmérsékletét, a hőmérő a kádfürdő idején mindvégig maradjon a vízben. A terpentines kádfürdő maximális jótékony hatását akkor érjük el, ha maximálisan beleereszkedünk a vízbe. Kívánatos lenne, hogy a kezelés végére a víz szintje elérje a biztonsági kivezető nyílás kezdő szintjét.

Vegyünk egy 0,5-1 literes űrtartalmú üvegedényt (lehet egy közönséges befőttes üveg). Mérjük bele a szükséges mennyiségű keveréket, töltsünk hozzá forró vizet és alaposan keverjük össze. Az így nyert oldatot a vízzel feltöltött fürdőkádba öntjük úgy, hogy egyenletesen elterüljön a víz felszínén. Ezután kezünkkel összekeverjük, hogy az oldat a kád egész tartalmában egyenletesen elegyedjen el.

Ilyen módon elkeverve a keveréket, a víz felszínén olajfoltok maradhatnak, amelyek később a fürdővíz hőmérsékletének növekedésével feloldódnak.

Hogyan végezzük a terpentines kádfürdőt?

Be kell feküdni a kádba és megjelölni az órán a kezelés kezdetének az idejét. Ezután megnyitjuk a vízcsapot és gyenge sugárban feltöltjük a kádat forró vízzel.

Figyelnünk kell arra, hogy a terpentines oldat hőmérséklete fokozatosan növekedjen – kb. 1°C-ot 2-3 percenként. Ellazulva feküdjünk a kádban, időnként kéz és lábmozdulatokkal megkeverjük a vizet, hogy a forró víz egyenletes legyen.

A hőmérsékletét tekintve a fehér terpentines fürdő – meleg. Az oldatot 39-40°C-ig növeljük. A sárga terpentines kádfürdő forrónak tekinthető. Az oldat hőmérsékletét 41-42°C-ig növelhetjük.

Azonban a második-harmadik kezelésnél még nem tanácsos a vizet 40°C felé növelni – ez lehetőséget ad a szervezetnek a hőmérsékleti feltételekhez való gyorsabb adaptációhoz.

A sárga kádfürdő ideje 10 perctől 20 percig terjedhet. A gyógykezelés helyes alkalmazásának kritériuma az arcon jelentkező verejték; ha a verejtékezés elmaradt, a kádkezelés idejét 1-3 perccel érdemes megnövelni.

Figyelem! Igen fontos a kezelés ideje alatt figyelemmel kísérni közérzetünket: a felgyorsult szívtevékenység vagy vérnyomásváltozás arra utalhat, hogy a kádfürdést helytelenül végezzük. Ebben az esetben szükséges a keverék összetételének a módosítása, esetleg az időtartamot vagy a fürdővíz hőmérsékletét korrigálni.

Ágy-pihenés

A fürdőkádból óvatosan kell kikelni, mivel annak falai olajosak, síkosak. Bőrünket ne töröljük meg, borítsunk magunkra fürdőköpenyt vagy egy nagyobb méretű frottír törölközőt. Feküdjünk az ágyba, és takarózzunk be úgy, hogy izzadjunk. Kb. 2 órát maradjunk ebben a helyzetben. Megihatunk közben valamilyen izzasztó teát mézzel.

Dr. Zalmanov tanácsai szerint a gyógykezelések paramétereinek helyes megválasztásához elsősorban a páciens saját közérzetének értékelésére kell támaszkodni.

A kezelésnek komfortosnak (kényelmesnek), egyszerűnek és élvezetesnek kell lennie.

A fehér terpentines kádfürdő idején enyhe égető vagy szurkáló érzést tapasztalhatunk a bőr különböző felületén, melynek erőssége a pácienseknél különböző fokon nyilvánulhat meg. Ha ezek az érzések kellemetlenül hatnak, akkor egy kicsit csökkentjük a kezelés időtartamát, vagy csökkentjük a terpentines keverék mennyiségét.

A sárga illetve a kevert kádfürdőktől a bizsergő és égető érzés kisebb mértékben lesz tapasztalható, mint a fehértől. Úgy a férfiaknál, mint a nőknél az említett kellemetlen érzések leggyakrabban a külső nemi szervek területére lokalizálódnak. Ezért a kezeléseket előtt a legérzékenyebb testfelületeket bekenhetjük vazelines kenőccsel. (Elsősorban a gátat, bőrfelületi sérüléseket, elfekvésű sebeket, férfiaknál a herezacskót.)

Az igen magas vagy testes emberek nem képesek teljes egészében belemerülni a kádba. Azonban a terpentines kádfürdők gyógyító hatása akkor is mindenképpen érezhető, ha csak félig merítjük testünket az oldatba.

A kádkezelés után az oldatot le kell eresztetni (újbóli alkalmazásának lehetősége szóba se jöhet); a fürdőkádat pedig súrolószerrel meg kell tisztítani.

A terpentines kádfürdő alkalmazásának sémája

Fehér terpentines kádfürdők

Kádfürdők száma	A fehér terpentines emulzió mennyisége, ml-ben	A kádfürdő hőmérséklete	A kezelés időtartama perc
1.	20	36°C, 5 perc után - 38°C	15
2.	25	ugyanannyi	15
3.	30	ugyanannyi	15
4.	35	36,5 °C, 5 perc után 38,5°C	15
5.	40	ugyanannyi	15
6.	45	37°C, 5 perc múltán	16

		39°C	
7.	50	ugyanannyi	16
8.	55	ugyanannyi	16
9.	60	ugyanannyi	16
10.	65	ugyanannyi	16
11.	70	ugyanannyi	17
12.	75	37°C, 5 perc múltán 39,5°C	17
13.	80	ugyanannyi	17
14.	85	ugyanannyi	17
15.	90	ugyanannyi	17
16.	95	ugyanannyi	17
17.	100	ugyanannyi	17
18.	105	ugyanannyi	17
19.	110	ugyanannyi	17
20.	115	ugyanannyi	17
21.	120	ugyanannyi	17

Megjegyzés: A 22. kádfürdőtől kezdve a 21. kádfürdő feltételeinek megfelelően kell eljárni.

Sárga terpentines kádfürdő

A kádfürdő száma	A sárga terpentines emulzió mennyisége, ml	A kádfürdő hőmérséklete	A kádfürdő időtartama, perc
1.	20	36°C, 5 perc múltán – 39°C	15
2.	30	ugyanannyi	15
3.	40	ugyanannyi	15
4.	50	ugyanannyi	16
5.	60	36°C, 5 perc után – 39°C, a 12. perctől- 40°C	16
6.	70	ugyanannyi	16

7.	80	ugyanannyi	17
8.	90	36°C, 5 perc múltán – 39°C, az utolsó 4 percben – 41°C	17
9.	100	ugyanannyi	18
10.	110	ugyanannyi	18
11.	120	Ugyanannyi	18

Megjegyzés: A 12. kádfürdőt és az azt követőket a 11. kádfürdő feltételeivel megegyező módon végezzük

Kevert terpentines kádfürdők

A kádfürdő száma	Fehér terpentines emulzió mennyisége, ml	Sárga terpentines kádfürdő mennyisége, ml	A kádfürdő hőmérséklete	A kádfürdő időtartama, perc
1.	20	30	36°C, 5 perc múltán – 39°C	15
2.	25	30	ugyanannyi	15
3.	30	30	ugyanannyi	15
4.	35	35	ugyanannyi	16
5.	40	40	ugyanannyi	16
6.	45	45	ugyanannyi	16
7.	50	50	36°C, 5 perc múltán – 40°C	16
8.	55	55	ugyanannyi	16
9.	60	60	ugyanannyi	17

Megjegyzés: A 10. kádfürdőt és az azt követőket a 9. kádfürdő feltételeinek megfelelően végezzük.

A közérzetünk ellenőrzésének módszerei

A terpentines kádfürdő alkalmazása idején a legfontosabb, amire figyelniünk kell: az artériás vérnyomás, a pulzus és a légző mozgás gyakorisága. A közérzet ellenőrzésére kívánatos külső segítség igénybe vétele.

Nyugalmi állapotban a pulzus száma: 60-80/perc. Nagy fizikai megterhelés mellett vagy magas testhőmérséklet esetén a pulzus száma: 100/percre emelkedhet.

A felnőtt ember artériás vérnyomásának mértéke (minimális és maximális) 100/60-tól 140/90 mm higanyoszlop között mozoghat, különböző oknál fogva. Az alacsony vérnyomás hipotóniára, gyengeségre, erőtleniségre utal, a magas vérnyomás artériás hipertenzióra, hipertonikus betegségekre és a szervezet egyéb zavarára utal.

Dr. Zalmanov gyógyító eljárásai

Cerebrális gyermek paralízis

Ezt a betegséget gyakran kíséri alacsony artériás vérnyomás, felgyorsult szívdobogás.

Ennél a betegségnél Dr. Zalmanov a tavaszi Héricsből készült tinktúrát javasolta belsőleg alkalmazva és a fehér terpentines kádfürdőt. Az első kezelésnél 20-40 ml szert használt, majd később a fehér terpentines emulzió adagját fokozatosan 90-100 ml-re növelte. A víz hőmérséklete az első kezelés során 38°C, a másodiknál – 38,5°C, a harmadiknál és az azt követő kezeléseknél 39°C. A kezelések időtartama 15 perc, másnaponkénti vagy 3 naponkénti gyakorisággal.

A.Sz.Zalmanov olyan esetekről számol be írásaiban, ahol az izomszövetek helyreálltak, a sérült területeken helyreállt a vérkeringés, úgy a gyerekeknél, mint az idősebb korú pácienseknél, akik ebben a betegségben szenvedtek.

Isiász, nyaki- válli ideggyulladás, lumbágó

A felsorolt betegségeknél Dr. Zalmanov mindennapra kádfürdőt írt elő, váltogatva a fehér terpentineset a sárgával. Két fehér kádfürdő után egy sárga. A szer adagolása egy kezeléshez – 60 ml, a víz hőmérséklete – kb. 40°C, a fürdő időtartama – 15-16 perc. A kezelések száma 14-18-tól 24-30-ig terjedhet.

Polyneuritis (több ideg egyidejű gyulladása)

Ennél a neuralgiás betegségnél a páciensek fájdalomra, zsibbadásra, gémbereedésre, főképp éjszaka – végtagi görcsökre panaszkodnak. A polyneuritis fejfájást, halláscsökkenést, fokozott ingerlékenységet válthat ki. A polyneuritis kezelésére ajánlottak a fehér terpentines kádfürdők, amelyek javítják a periférikus vérkeringést, növelik a bőr receptorainak érzékenységét, javítják az ideg-izomrendszer funkcióját.

Krónikus gerincvelő bántalom (myelopathia)

Ez egy nehezen kezelhető neurológiás betegség, amely az ideg impulzusokat vezető idegrostok elvesztésével jár. A krónikus myelopathia betegségei: szklerózis-multiplex, agyvelő- és gerincvelő-gyulladás (encephalomyelitis), leukoencephalitis stb.

Ezen betegségek estén, főképp, ha a betegséget magas artériás vérnyomás kísérte, Zalmanov doktor a kezelést sárga terpentines kádfürdővel kezdte, valamint fehérje- és sószegény diétát írt elő. Miután a beteg artériás vérnyomásának felső mutatója 160 ml higanyoszlop alá csökkent és stabilizálódott, dr. Zalmanov a sárga oldathoz fehér terpentines emulziót rendelt következetesen 15-25-30 ml-t és így 60 ml-ig, 60 ml sárga oldathoz. A kezelés 15-20 percig tartott. Egy kúra 20-25 terpentines kádfürdő kezelésből állt.

A mai szerzők könyveikben egy kicsit eltérő sémát ajánlanak az említett betegségekre: másnaponként sárga terpentines kádfürdő, 20 ml szerrel kezdve, 41-42°C-os fürdővízben. Egy kezelés hossza 15-20 perc. Egy kúra 15-25 terpentines kádfürdőből áll. A kúra mellékhatásaként megfigyelhető volt a test megfiatalodása, elsősorban azoknál a pácienseknél, akik hosszú ideig alkalmazták a kádfürdőket.

A szív betegségei

Zalmanov követői a szív betegségeinek gyógyítására (beleértve a szív isémiát is) általában a fehér kapilláris kádfürdőt ajánlják. Épp a fehér fürdők élénkítik a szív szöveteit, fokozatosan visszaállítják a szív koszorús ereinek vérkeringését és az anyagcserét, azok szöveteiben és sejtjeiben.

A kapillárisok újraéledése és a koronáriás artériák és vénák vérkeringésének visszaállítása elkerülhetetlenül a szívbetegségek tüneteinek megszűnését váltja ki, és megtörténik az önszabályozás csodája és az anyagcsere visszaállítása.

A fehér kádfürdő hatására a toxikus anyagok elhagyják a szív szöveteit és sejtjeit, és így az oxigén, a glükóz, és más tápláló és biológiailag aktív anyagok számára hely szabadul fel. Elmúlnak a szív körüli, a szegycsont mögötti, félelmet okozó fájdalmak, elmúlik az aritmia, normalizálódik a szívverés ritmusa, és ennek eredménye – a szív meg lett mentve.

A szív betegségei gyógyításának megvannak a sajátosságai, ezért nagyobb körültekintéssel kell végezni, mint a többi szervek gyógyítását. Ez főképp azokra az emberekre vonatkozik, akiknek a betegségük elhanyagolt, igen komoly a szívbetegségük, melynek kísérője a szívelégtelenség, vérkeringés elégtelenség – ami fulladás, a lábak és a test vizenyője által jut kifejezésre. A kezeléseket ilyen eseteknél szakorvos együttműködésével végezzük.

Az artériák betegségei

Itt a véredények olyan betegségeinek gyógyításáról lesz szó, mint az elzáródással járó aortabelhártya-gyulladás, elzáródásos ateroszklerózis, elzáródásos trombangiitis (elsősorban férfiaknál jelentkezik). Ezek a betegségek az egész szervezetre kiterjednek és artériákban fókuszálódnak. Az ilyen betegségek kialakulására hatással van a helytelen életvitel: a dohányzás (főképp a mértéktelen), az alkoholos italok korlátlan fogyasztása, a túlzott mennyiségű állati eredetű ételek fogyasztása, elsősorban húsos és zsíros ételek, a helytelen gondolkodás, a helytelen cselekedetek, amelyek ellentmondanak a Természet törvényeinek; a lábak ismétlődő, huzamos ideig tartó lehűtése.

Az ortodox orvoslás, amely a gyógyszerekre és a szikére alapszik, ezeket a betegségeket nehezen kezelhetőnek vagy végképp nem kezelhetőnek tartja. Gyakran tanácsolják az ujjak vagy akár az egész talp amputálását, néha pedig a térd alatt vagy a térd feletti amputálást helyezik kilátásba (akár combtőben).

Az ortodox medicina, amikor egyes artéria gyulladást diagnosztizál, általában csak az alsó végtag sérüléseit veszi figyelembe.

Dr. Zalmanov szerint az alsó végtagok sérüléseivel nem csak az alsó végtagok artériái, de a béltraktus, az agy, a szív és más szervek artériái is sérülnek, még ha kisebb szinten is. Tehát az artériagyulladás az egész szervezet betegsége, és csakis a helyi kezelés, mely csupán a láb nagy artériáira irányul, nem hozza meg a kívánt eredményt.

Zalmanov meglátása szerint az artériás betegségek gyógyítása az egész szervezet kapilláris vérkeringésének helyreállításából, valamint a fizikai test szöveteinek és sejtjeinek tisztításából, és a beteg ember lelkének megvilágosodásából áll. Csakis az ilyen komplex hozzáállás kecsegteti a teljes gyógyulással, amiről titokban álmodik, még akkor is, ha betegsége hosszú évek óta tart és a feneketlenség szélén áll.

Én nem szeretem a gyógyíthatatlan betegség szókapcsolatot, mert el sem ismerem. Kiút nélküli helyzet nem létezik. Létezik azonban a betegségbe való dacos kapaszkodás, hitetlenkedés a saját szervezetünk szabályozásának lehetőségében, és az Isten hiánya lelkünkben.

Az artériák fizikai síkon való gyógyításának fő módszere a kapilláris kádfürdők. Az artériás betegségek gyógyítására a fehér és a sárga váltott kádfürdők ajánlottak 3:1 arányban, azaz a kezelés alapjában fehér kádfürdőkből áll, mivel épp ezek a fürdők képesek visszaállítani a vérkeringést az artériák kapillárisaiban. A fehér fürdők jótékonyan hatnak a kapillárisokra, melyek a beteg artériás véredényeket táplálják, felélikítik ezeket a kapillárisokat, tágulásra és összehúzódásra, azaz aktív pulzálásra kényszerítik, aminek következtében jobban tisztulnak a pangó salakoktól, képesek keringetni magukon keresztül a vért, mely az artériák sejtjeit ellátják oxigénnel és egyéb hasznos anyagokkal, és elszállítják a sejtek élettevékenységének termékeit, amelyek zavarják azok életét és légzését. A fehér kádfürdők aktivizálják az artériák sejtjeinek anyagcseréjét.

A sárga terpentines kádfürdők segítik a beteg szervezetet az artériák járatait eltömő trombusok feloldásában; felszívni a zsír plakkokat; kivezetik az artériákban, valamint a környezetükben lévő szövetekből és folyadékokból a lerakódott salakanyagokat.

A sárga kádfürdők úgyszintén aktivizálják az anyagcserét az artériák sejtjeiben és a szervezet egészében. A többi Természet-anyánk keze munkája, aki tovább végzi titokzatos gyógyítását.

Néha felcserélhető a fehér és a sárga terpentines kádfürdők aránya valamilyen kísérő betegség esetén.

Egészében a terpentines kádfürdő helyes megállapítása olyankor, amikor a páciensnek egy csokornyai betegsége gyűlt össze – a gyógyítás művészete, ezért azt tanácsolom, ne sajnáljuk az időnket, menjünk el egy szakemberhez és kérjük ki véleményét. Ugyanis ez a könyv csoport tanácsadás a maga módján a kapilláris terápiával kapcsolatban, minden felmerülő kérdésre azonban nem képes választ adni. Erre csak egy személyes konzultáció képes.

A kezelés hatékonyságának növelése érdekében ilyenkor felmerülhet az artériás betegek számára kiegészítő terápiaként a forró mellkasi begöngyölés, a láb hideg begöngyölése, a lábak forró begöngyölése, a máj tájékának mérsékelt melegítése, a szervezet tisztítását elősegítő gyógynövények, a gyümölcs-zöldség diéta, ásványvíz fogyasztása.

A vénák betegségei, beleértve az úgynevezett kitágult kapillárisokat a lábakon

A vénás megbetegedéseknél a visszér (a vénák visszér tágulata), a flebitis és a tromboflebitis betegséggel találkozunk a leggyakrabban. Ezen betegségek kifejlődése a vénába „beépített” szelepek funkcióinak meggyengülésével kapcsolatos, valamint annak következményével: a vér pangásával a vénás erekben.

A visszér betegség úgyszintén kapcsolatba hozható a vénák falának huzamosabb megfeszülésével, valamint a vénás véredények kitágulásával és megnyúlásával. A vénás kapillárisok gyengülése elsősorban hajszálér bántalommal és a szelepekben zajló anyagcserezavarral kapcsolatos.

A visszér betegség kialakulását befolyásolja például a mindennapi lábon állás, főképp egyhelyben, vagy a hosszan tartó ülőhelyzet, főképp valami keményen, a mozgásszegény életvitel, a súlyfölség, a vastagbél gyakori túlterhelése, a krónikus székrekedés, a túlzott

fizikai megterhelés, főképpen, ha azt valamelyik testrész erős elkötése vagy szűk ruha viselete kíséri.

A láb visszértágulatának kialakulására úgyszintén hatással van a dohányzás, az alkoholizmus, a szívelégtelenség, a máj betegségei, hormonális szerek szedése, örökletes hajlam. A nőknél okozhatja még a terhesség, főképp az ismétlődő.

A vénák betegségeire Zalmanov doktor elsősorban a sárga terpentines kádfürdőt ajánlja, valamint a szódadikarbónás és a timsóból (kálium-alumínium-szulfát) készített fürdőt. Zalmanov tanait alkalmazó gyógyító központok párhuzamosan ajánlják a hideg melegítő borogatást az alsó végtagokra, a mérsékelt forró hőpalackot a májra, a gyümölcs-zöldség diétát, az ásványvizek fogyasztását, a gyógytornát, a piócát, a fitoterápiát (a tisztító gyógyfüveket).

A szódadikarbóna-timsó kádfürdő receptje

200g étkezési szódadikarbóna és 70 g timsó. A kádat megengedjük 38-39°C-os meleg vízzel.

A szóda és a timsó egymás után oldódik a vízben. A fürdő ideje 15 perc, heti 2-3 alkalommal. A fürdővíz hőmérsékletét meleg víz folyamatos folytatásával kell biztosítani. Ha belemerülés után a 38°C-os hőmérsékletű víz forrónak tűnik, 0,5-1°C-kal csökkentjük a hőmérsékletét, majd kb. 2 perc múlva növeljük meg a hőmérsékletet a tanácsoltig. A szóda-timsófürdő általános, azaz teljes testünkkel merülünk bele a vízbe, nem csak az alsó végtagokra vonatkozik.

A hideg – melegítő begöngyölés (becsomagolás)

Szükségünk lesz 4 darab vászontörölközőre (2 db minden lábra), felére hajtjuk és feltekerjük, mint a kötöző szalagot. Ez után az egyiket egy tálba töltött 18-20°C-os vízben benedvesítjük, kinyomkodjuk a víztől és becsomagoljuk vele a lábunkat a talpunktól a térdünkig. A nedves törölközőre rátekerjük a szárazat, majd gyapjú kendővel vagy pléddel begöngyöljük. Ily módon helyezzük fel a hideg begöngyölést a másik lábunkra is. Akkor is ajánlatos mind a két lábra helyezni a borogatást, mikor csak az egyik igényli a kezelést. Ha visszeres vénák a combon is vannak, akkor célszerű az egész lábra helyezni a borogatást. Ebben az esetben még egyszer ennyi törölközőre lesz szükség. Törölközők helyett alkalmazhatunk 2 pár pamut és 1 pár gyapjú harisnyát. Az egyik párat benedvesítjük, a másikat a szárazra húzzuk majd arra a gyapjút.

A hideg-melegítő becsomagolás időtartama 30 perctől 1-2 óráig tarthat. Ha ez alatt az idő alatt elalszunk a borogatás akár reggelig is maradhat. Ez a borogatás segíti a véredények kitágulását és javítja bennük a vérkeringést.

A vizes ecetes borogatást

Egy lábasban oldatot készítünk 1 ek. 9%-os étkezési ecetből és 3-4 kanál forralt vízből. Veszünk egy géz anyagot, amit 4 részre hajtunk össze, belemártjuk az ecetes oldatba, gyengén kinyomkodjuk és a láb beteg szegmensére helyezzük, ahol a visszér vagy tromboflebitis kialakult. A gézanyagot vékony vatta réteggel körbe vesszük és géz kötözőszerrel nem feszesen körbetekerve rögzítjük. Az ilyen borogatást 1 órától 7-8 óráig hagyhatjuk a lábunkon (akár egész éjszakára).

Ízületi betegségek

Az ízületek betegségeire lényegében a fehér terpentines kádfürdőt tanácsos alkalmazni. Ám valamennyi sárga kádfürdő használata nem csak nem zavaró a beteg ízületeknek, hanem egyenesen növeli a kezelés eredményességét. A legtöbb esetben az orvos a fehér és a sárga kádfürdőt váltogatva tanácsolja 3:1 arányban. Krónikus ízületi betegségnél tanácsos

40 gyógyító kádfürdőt venni. Egy ilyen kezelést akár két ciklusban is el lehet végezni 20 fürdőjével 1-3 hét szünet közbe iktatásával. Artritisz és artrózis kezelésénél egy sajátosság figyelhető meg: kezelés közben a betegség felerősödhet (rosszabbodhat).

Leggyakrabban ez a krízis a kádfürdős kezelés elején jelentkezik. Ez a krízises állapot a beteg ízületekben felerősödő formájában jelentkezik. Mivel magyarázható a gyógyulás paradoxonja az ízületek kádfürdővel végzett kezelésénél? Hisz minden gyógyító kiemeli ennek a módszernek az univerzális fájdalomcsillapító tulajdonságát. Itt mindjárt meg szeretném nyugtatni a tisztelt Olvasót, hogy a terpentines kádfürdők alkalmazása előbb vagy utóbb megszüntetik az ízületi fájdalmakat. Ezek a fájdalmak mindig átmeneti jellegűek, megjelenésüket a kezelés folyamata alatt egyszerűen a következő módon magyarázható. Gyakran az ízületi betegségeknél a vese által ki nem vezetett káros metabolitok halmozódnak fel. Leggyakrabban a kalcium, a nátrium és a húgysav sói, koleszterin, glükózaminoglikánok, különböző összetett fehérje komplexumok. A gyógyító terpentines kádfürdők a kapillárisokon keresztül feltöltik folyadékkal a kiszáradt ízületi szöveteket, hatást gyakorolnak a betegséget okozó salakanyagokra, fokozatosan oldódásra kényszerítve azokat a sejten belüli és a sejtek közti folyadékokban. A hőenergia a fehér kádfürdők által megnyitott kapillárisokon keresztül a metabolitokat mozgásba hozza, mobilizálja őket. A metabolitok kisebb biokémiai fragmentumokra esnek szét, és elhagyják képződésük helyét, a sejtek közötti teret, felszívódva a felélénkített kapillárisokon át a véráramlatba jutnak. A metabolitoknak ez a fiziko-kémiai mobilizálása, oldása és kivezetése a szervezetből az ízületek belső szöveteiben nagy mennyiségben található vegyi fájdalom receptorok ingerlését váltja ki. Ahogy a gyógyuláshoz szükséges ízületi salakanyagok mobilizálásának folyamata befejeződik, úgy az ízületi fájdalmak csökkenni fognak, majd elmúlnak. Emlékezzünk arra, hogy a gyerek születési folyamatát is fájdalom kíséri, mikor az anya szervezete a szülőcsatornán át mozgásra kényszeríti a magzatot. Fájdalom – sőt, néha éles és erős – követi a kövek mozgását a húgyvezetékben vagy az epecsatornában, tehát úgy fogjuk fel az ízületi fájdalmat a kapilláris fürdő következtében, mint egy kellemes érzést, miszerint a szervezet pozitívan reagál a gyógykezelésre. A felerősödött fájdalmak miatt nem szabad abbahagyni a kádfürdőket, legfeljebb ritkábban vagy rövidebb ideig alkalmazzuk.

Például, ha Önök heti 3 alkalommal vettek kádfürdőt, akkor ezután csak 2 vagy 1 alkalommal vegyenek. Vagy, ha korábban 15-19 percig feküdtek a kádban, akkor ezután 2-5 perccel kevesebbet legyenek benne.

Csökkentsék a beteg ízületekre irányzott kezelés terhét, de semmi esetre se hagyják abba az ízületekre oly hatékony gyógyító módszer alkalmazását. Próbálják saját szervezetükhöz alakítani a kádfürdőket. Az erősen jelentkező ízületi fájdalmak enyhülésében segíthet a terpentines kádfürdők típusának váltása is.

Az ízületi betegségek terpentines kádfürdővel történő gyógyítása mellett, ne feledkezzünk meg az olyan kiegészítő természetes tisztító módszerekről se, mint a gyógynövények, ásványvizek, zöldség-gyümölcs diéták, a máj mérsékelten forró melegítése és a mellkas forró becsomagolása.

Impotencia gyógyítása és a nemi potencia növelése

A Zalmanov-féle kapilláris fürdők csodálatosan növelik gyakorlatilag minden férfi potenciáját korosztálytól függetlenül. Speciálisan ezzel a kérdéssel nem foglalkoztunk – vallja Mazur doktor, Zalmanov módszereit alkalmazó gyógyközpont vezetője – mivel az egészséggel kapcsolatos más lényeges problémával fordulnak hozzánk a páciensek. De az a tény, hogy a terpentines kádfürdők jótékonyan befolyásolják a potenciát, annyira mély benyomást gyakorol az érintettekre, hogy bűn lenne elhallgatni.

Biztos vagyok abban, hogy szinte minden férfi, aki alkalmazta a kapilláris kádfürdőt ilyen vagy olyan oknál fogva, észrevette ezt a kellemes mellékhatását, melynek lényege: a hímvesző véredényei telítődnek vérrel és erekció lép fel. Ez a jelenség elsősorban a fehér kapilláris fürdőnél jelentkezik. Semmiféle Viagra (melynek káros hatásai köztudottak) nem

képes versenybe szállni a Zalmanov-féle kádfürdőikkel a férfi szexuális energia fokozása terén.

A pénisz – a férfiak szexuális „fegyvere” – nem csak idegreceptorokban gazdag, de véredényekben is, melyek vérrel való telítődésétől függ a hímvessző keménysége és az erekció ideje, azaz „állóképessége” a nemi aktus idején.

Különösen gyors gyógyító sikert eredményez az impotencia vagy a csökkent potencia esetében a terpentines kádfürdő, ha annak oka a hímvesszőt tápláló artériák rossz állapota. A tápláló artériák rossz állapota megfigyelhető a véredények ateroszklerózisa, elzáródásos endarteriitis, elzáródásos trombangiitis esetén.

Találkoztam 50 év feletti férfiakkal, akik az impotencia reménytelen eseteinek tűntek a fentebb nevezett betegségek miatt. Mindegyik végezte a kapilláris fürdőt, elsősorban az elhanyagolt érrendszeri betegségei miatt. Mindegyiküknek több tucat gyógyító kádfürdőt kellett vennie. Mindnyájuknál fürdőről fürdőre javult az erekció és nőtt a nemi potencia, amellett, hogy javulást értek el a szervezetük más területén is. A kezelés eredményei meglepőek voltak.

Oszteochondrózis, ideggyökér gyulladás és egyéb hátgerinccel kapcsolatos betegségek

Oszteochondrózisznál és ideggyökér-gyulladásnál valamint lumbágó, isiász gerinccsigolya sérv, Bechterew betegség és a hátgerincoszlop más betegségeinél leggyakrabban tanácsolt a fehér és sárga emulziós kapilláris kádfürdő alkalmazása váltakozva, 3:1 arányban.

Tehát a hátgerincet alapjában fehér kádfürdőikkel kell kezelni, de valamennyi sárga fürdő is szükséges. Akinél nem eléggé hatékony a szabványos séma szerinti kezelés, ott módosítani kell a terpentines fürdők kombinációját.

A Bechterew betegséggel kapcsolatban meg kell jegyezni, hogy ennek a nehezen gyógyítható betegségnek a kezelése több munkát, kitartást és időt igényel, mint a gerincoszlop más betegségei. Itt fontos a terpentines kádfürdős terápiában járatos gyógyítónak a közreműködése, és nem csak egyszer, hanem a kezelés teljes idején, ha a teljes gyógyulást tűztük ki célul. Ennek a betegségnek a gyógyítása más természetgyógyászati eszközök bevetését is igényli. Az ortodox medicina pesszimista nézeteket vall e betegség gyógyításával kapcsolatban. Én optimista nézeteket vallok és szerintem gyógyíthatatlan betegségek nincsenek.

Megfázás és influenza

Hazánk talán minden állampolgára megtapasztalta a megfázásos betegségek vagy az influenza ilyen vagy olyan változatát. A megfázások szezonja – a gyógyszertárak és patikák nagy bevételének szezonja. Ezt a mozgalmat elősegítik a vírusölő és antibakteriális szerek gyártóinak és forgalmazóiknak hatékony reklámja.

De tisztelt Olvasóm! Emlékezzünk az iskolai biológia órára vagy más ismeretterjesztő publikációra. A történelem bizonyította, hogy az idők folyamán, ha valamilyen élőlényt (növényt vagy állatot) állandó támadásnak (pusztításnak) vetettünk alá, csak saját életünket bonyolítottuk ez által.

Felborítottuk az ökológiai egyensúlyt, ami azzal végződött, hogy a kipusztult élőlény neve belekerült a Védett élőlények jegyzékébe, azaz védelem alá került. Ily módon a mi szervezetünkben, főként a gyomrunkban elkezdődik az „ökológiai egyensúly felborulása”, amit a medicina nyelvén „diszbakteriózis”-nak neveznek. A diszbakteriózis egy szélsőségesen kellemetlen állapot, főképp, amikor „virágzik és illatozik”. A gyomor diszkomfortja: általánosan rossz közérzet, nem normális széklet, meteorizmus, kellemetlen gázok kibocsátása – csak néhány szubjektív tünet és mindez a mikroba ellenes terápia gyümölcse.

A másik ok, ami miatt nem tanácsolom a megfázásos betegségeknél és az influenzánál az antibakteriális gyógyszereket az, hogy az antibakteriális szerek nem képesek a vírusokra hatni, a vírusölő szerek pedig csak valamennyire képesek a vírusok terjedését megakadályozni, de teljesen nem tudják kiűzni a szervezetből. Nem olyan egyszerűek ezek az élőlények, hogy bármilyen gyógyszeres vegyi mérgekkel le lehessen őket seperi. A vírusok rendeltetése természetükből fakadóan sokkal bonyolultabb és felelősebb, mint a baktériumoké, annak ellenére, hogy az utóbbiak, méretüket tekintve sokkal nagyobbak, és sokkal bonyolultabb a felépítésük.

A harmadik ok, ami miatt nem ajánlom az influenzát vagy megfázást antibakteriális szerekkel „elfojtani”, nem más, mint a csodálatos terpentines keverékekből készült kádfürdők léte, amelyek többségében nem a vírusok és baktériumok ellen „dolgoznak”, hanem velük együtt, szervezetünk biológiai megtisztulása érdekében.

Hisz a mikrobák arra hivatottak, hogy segítsék testünket és lelkünket megtisztítani a mindenféle tisztátalantól. A terpentines kádfürdők szintén arra lettek feltalálva, hogy megtisztítsák testünket a kapillárisokon és a bőrünk pórusain keresztül.

Végül leírom, hogyan gyógyítsuk az influenzát és a megfázást a kapilláris kádfürdővel. Mivel ezeknek a betegségeknél a fő oka a szervezet elsalakosodása különböző toxinok által, így a legmegfelelőbb válasz a tünetekre a sárga kapilláris kádfürdők alkalmazása. A sárga kádfürdők segítik a szervezetet a felhalmozódott bioszennyezők kivezetéséhez, a bőr pórusaihoz irányítva őket, és ezután továbbküldi abba az oldatba, amelyben a testünk is él. Ezzel együtt, a sárga kádfürdők átvállalják a vírusok és baktériumok „munkáját”, így azok felszabadulnak a biológiai szemetes és sepregető szerep alól: a test aktív közreműködésük nélkül is tisztulni fog.

A sárga kádfürdők, mivel azok hipertermikusak, növelik a test hőmérsékletét és felgyorsítják az anyagcsere folyamatokat, ami igen kedvező a salakos szervezetre nézve, amivel felgyorsítja a bioszenny biológiai elégetését, és annak kivezetését a kiválasztó szerveken keresztül.

Ahhoz, hogy megtisztítsuk a szervezetet a nem elhanyagolt megfázás vagy influenza esetén, általában 3-7 sárga kádfürdő szükséges.

Egyes embereknél elég hatékonyan bizonyul megfázás és influenza esetén a kevert vagy akár a fehér terpentines kádfürdő is. Ez szinte mindig a szervezet sajátos jellegétől függ.

Elzsírosodás és cellulitis (a laza kötőszövetek gyulladása)

Az elzsírosodás kezelésére általában a sárga és a fehér terpentines kádfürdő ajánlott 3:1 vagy 2:1 arányban. Azaz a főlegesen kilókkal szemben elsősorban a sárga kádfürdővel tudjuk felvenni a harcot. Egyes telt embereknél ez a folyamat olyan aktívan zajlik, hogy csodálkozásra ad okot. A fehér kádfürdők azért ajánlatosak elzsírosodás esetén, hogy jótékony hatást gyakoroljanak a szervezet azon szerveire, szöveteire és funkcióira, amelyekre a sárga kádfürdők nem voltak képesek. A sárga és fehér terpentines kádfürdő alkalmazásával sikerül hatást gyakorolni az egész szervezetre, hiszen tudjuk, hogy az elzsírosodás – nem a zsírszövetek lokális problémája, hanem az összes szervé és azok alkotó sejtjeié. Sok páciens számára elzsírosodás esetén gyógyító és kozmetikai hasznot eredményez a kevert kapilláris kádfürdő.

Az elzsírosodás és a cellulitis forró kapilláris kádfürdővel történő kezelésénél nem feledkezhetünk meg arról, hogy a hőenergia, amellyel testünket ellátjuk, maga is egy értékes gyógyító faktor, mivel részben az élelmiszer termékeket helyettesítik és elősegítik a test fogyását. Ha összehasonlítjuk a hőt és az ételt, akkor a hő szerepe analóg lesz az élelmiszer termékekével. A hő – az energiának egy olyan változata, amely megváltoztatja a szervezetet és növeli annak energiaegyensúlyát.

Az élelmiszer főbb összetevői: a szénhidrátok, a fehérjék és a zsírok – szintetikus anyagokkal látják el a szervezetet (hogy létrejöjjön a zsírsejtek reparációja, helyreállítása) és egyidejűleg

hőenergia kalóriával A terpentines kádfürdő által kisugárzott hő a szervezet számára ugyanolyan energia, mint amelyet a táplálékból nyer.

A terpentines kádfürdő és a rák

Röviden leírom a rák keletkezéséről szóló kb. 120 elmélet közül az egyiket. A lényege: minden rákos daganat vagy szarkóma, mint betegség a szervezet intoxikációjára, belső elszennyezettségére történő védekező reakció. Hisz valós tény, hogy az orvostudomány gyakorlatában szélsőségesen nehéz olyan rákos beteget találni, akinek szervezete belső közege olyan tiszta lenne, mint az egészséges gyermeké. Ám szeretném még egy igen fontos aspektussal kibővíteni ezt a hipotézist: az anyagi toxinok és salakanyagok mellett hatalmas jelentőséggel bír a rákos betegség kialakulásánál az erkölcsi, vagy ha úgy tetszik Önöknek, az onkológiai betegek lelki állapota.

Ami a legfontosabb, az erkölcs és a lelki emelkedettség számomra nem csak idealista fogalmak, hanem anyagiak is, még pontosabban: finom anyagiak. Hogyan lehetne másképp megmagyarázni az erkölcsi romlás, a bűn transzformációját a szervezet számára mérgező anyagokba, melynek eredménye a rákos daganatok vagy a szarkómák. Ha megkérdeznék engem, hogy akkor mivel magyarázom a rák megjelenését az ártatlan apró gyermekekben, akkor a válaszem az, hogy e jelenségre a karma törvénye és a reinkarnáció elmélete ad választ.

A rákos beteg kezelésére csak a sárga kapilláris fürdők ajánlottak. A sárga fürdők hipertermikusak, forrók. A rák gyógyításánál hőmérsékletük ne legyen kevesebb 39°C-nál – így ajánlotta ezt még annak idején Zalmanov doktor. Hogy miért épp hipertermikus és nem alacsonyabb, mint 39°C-os legyen a kádfürdő? A tanácsadásokon a páciensek is gyakran felteszik a kérdést: vajon nem úgy szól az elmélet, hogy a forró fürdők jótékonyan hatnak a rákos daganatok növekedésére? – mivel így magyarázzák nekik egyes orvosok.

Erre a kérdésre a választ dr. Zalmanov egyik követője dr. Mazur adja meg: „A károsodás, amelyet mintha a kapilláris fürdő okozna a rák kezelése esetén – az orvoslás hétköznapijainak egyik mítosza. Kérdezzenek meg egy orvost, aki ezen mítoszok mellett teszi le a voksát, hogy hozzon fel valamilyen tudományos bizonyítékot a forró kádfürdők káros hatásaival kapcsolatban. A rákos betegségben szenvedő emberekre nézve én személyesen eddig nem találkoztam ilyen bizonyítékokkal az orvostudományi szakirodalomban. Ellenkezőleg, az onkológiával kapcsolatos munkákat tanulmányozva találkozhatunk több orvos onkológus által írt tudományos munkával, mely mindenféle rákos daganatok és szarkómák sikeres gyógyításáról szól a hipertermia – beleértve a sárga hipertermikus kádfürdőt is – módszereivel. Hangsúlyozom – sikeres kezelésről!”

Ezeknek a tudományos munkáknak a lényege a szerzők szemszögéből nézve a következő: a rosszindulatú daganatok sikeres kezelése a hipertermia módszereivel abból áll, hogy a sejtek alkotói jelentősen gyengébbek a hipertermiával szemben, mint az egészséges szövetek egészséges sejtjei. Tehát ha magas hőmérséklettel (39-40°C) gyakorolunk általánosan vagy lokálisan hatást a szervezetre, a rosszindulatú sejtek elpusztulnak vagy erősen legyengülnek és abbamarad osztódásuk, a daganat nem nő tovább, vagy regresszíválódik, szétesik. Amit fontos tudni, hogy ezáltal a normális sejtek épek és sértetlenek maradnak, mivel azok képesek elviselni ezt a hőmérsékletet! Jelképesen mondva, a sárga terpentines kádfürdők segítik szervezetünket, hogy „megtisztítsa a búzaszemet a konkolytól”.

Azon kívül, az én hipotézisem szerint a sárga kádfürdő segíti a szervezettel megszabadulni a rosszindulatú daganattól hatalmas és globális tisztító hatása révén.

Ezzel a csodálatos fiziológiai, ártalmatlan gyógyító kezeléssel – ellentétben a rosszindulatú daganatok citosztatikumokkal (kemoterápiával) és ionizáló sugárral – származékos gyógyítási szemlélet, melynél a külső megfigyelő a saját és idegen sejtek és szövetek nagy kaliberű szétrobbantását látja. Remélem, hogy az egészségügyi szolgáltatásokat igénybevevő gondolkodó ember megérti, hogy testének szétrobbantásával semmiképp se képes szervezetét egészséges irányba fordítani.

Kapilláris kádfürdők egészségesekeknek

Az utóbbi években egyre több olyan emberrel találkoztam, aki folyamatosan gyarapítja egészségével kapcsolatos tudását, érdeklődik az iránt, hogyan lehet egészségét fenntartani és megőrizni anélkül, hogy orvosoknál, extraszenszекnél, jósoknál vagy épp a gyógyszerárban keresné a megoldásokat.

Ezeknek az embereknek a számára az **egészség** nem csak orvos-filozófiai fogalom, hanem gazdasági is. Ők tudják az egészségük értékét, mennyibe kerülne annak leromlása vagy teljes elvesztése, hiszen az egészségük révén képesek dolgozni, pénzre szert tenni, nyereséghez jutni, családot, gyereket fenntartani, teljes értékű életet élni. Az ilyen emberek értik, hogy az egészség elvesztése vagy akár csak meggyengülése gazdasági vagy családi nehézségekhez, vagy akár katasztrófához vezethet, ezért kórmegelőzéssel és nem a betegségük gyógyításával foglalkoznak, és egészséges életmódot folytatnak. Ezeknek az embereknek szentelem ezt a fejezetet.

Azoknak a személyeknek, akik magukat gyakorlatilag egészségesnek tartják, tanácsolom, hogy egészségük fenntartására alkalmazzák az univerzális terpentines kádfürdőt. Önök alkalmazhatják bármelyik kapilláris fürdőt, amely jobban tetszik Önöknek. Vagy vegyék figyelembe szervezetük hajlamosságát (érzékenységét) meghatározott betegségekre. Bizonyos betegségekre való hajlamosságunkat meghatározhatjuk örökletes hajlamaink alapján, azaz rokonaink, elődeink vagy őseink betegségeit elemezve vagy útmutatások szerint. Hogy milyen kádfürdőt válasszanak, hogy milyen felel meg Önöknek – erre a gyakorlati tapasztalat ad választ. Vegyenek előbb például 3 fehér terpentines kádfürdőt, majd 3 sárgát, azután 3 kevertet. Mindegyik kádfürdő között tartsanak 1-2 napos szünetet. A kádfürdőt a könyvemben közreadott táblázat paraméterei szerint használják. Ha sikerült kiválasztani a legmegfelelőbb fürdőt, akkor azt használják, vagy akár a többivel váltogathatják, de már ritkábban, hisz Önök egészséges emberek. Használhatják heti 1-2 alkalommal vagy legfeljebb 2-szer egy hónapban, de ne ritkábban.

Az orvosi gyakorlat azt igazolja, hogy a gyakorlatilag egészséges ember számára, egészsége fenntartása érdekében elegendő heti 1 kapilláris kádfürdő, vagy csak kéthetente – egy. Mit kívánhatok még az egészséges embereknek? Használják a kapilláris kádfürdőket a terpentines keverékekkel, tiszteljék a Mindenhatót és az egészségük soha sem fogja elhagyni Önöket.

Óriási jelentősége van a kezelő orvos állapotának. Az az orvos, aki maga is beteg – nem vált ki a betegnél lelkesedést a gyógyuláshoz. Nem véletlenül tartották az ősidőkben hiteles gyógyítónak azt, aki elsősorban önmagát képes volt meggyógyítani. Hisz az a kezelőorvos, aki nem tudja magát meggyógyítani, hogy lenne képes másoknak visszaadni az egészségét. Hazánkban nem egy neves gyógyító (orvos, természetgyógyász, energetikus, stb.) a hatvanadik életévét sem éli meg vagy két oldalról támogatva kísérik az előadóterembe, hogy ott leülve megtartsa az előadását, esetleg prosztatabántalmi miatt 15-20 percenként megszakítja előadását, hogy eleget tegyen a természet (nem természetes) hívásának.

Számomra elgondolkodtató, vajon milyen erők mozgatják ezeknek az embereknek a pályájukon maradását.

Zalmanov doktor terpentines gyógyfürdős terápiáit a tudós-orvos megélt kora teszi hitelessé.

Forró mellkasi begöngyölés

Betegségek, amelyek esetén javasolt: Mindenféle tüdőbántalom, beleértve a tüdő tuberkulózist, tüdőasztmát, és a pneumoszklerózist (a tüdő szövet megkeményedése); tüdőgyulladás és bronchitis újszülött gyermekeknél – beleértve az koraszülötteket is; agyvérzés következményei; elzáródásos endarteriitis és a véredények ateroszklerózisa; vénás betegségek; csont-ízületi betegségek (beleértve a különböző eredetű artritiszt és poliartritiszt, reumaszerű artritiszt, Bechterew-kórt): megfázás, influenza; szívbetegségek

(beleértve a szívszorulást); gyakori fejfájások. Nagyvonalakban elmondható, hogy a forró mellkasi begöngyölések mindenféle betegség esetén alkalmazhatók, melyek kapcsolatba hozhatók a külső légzési funkciók csökkenésével.

A gyógykezelés előkészítése

Szükségünk lesz két hosszabb frottír törölközőre (erre a célra inkább puha, már néhány alkalommal mosott törölköző a megfelelő). Tegyük őket egymásra és hosszában hajtsuk felébe, oly módon, hogy a szélessége megfeleződjön, a hossza meg változatlan maradjon. Ezután a törölközőket göngyöljük fel hengerbe. Vegyünk elő még két frottír törölközőt, de szélesebbet és keményebb tartásút. Mindkét törölköző hossza legalább másfél méter legyen (felnőtt páciens esetén).

A páciensnek, akinél a forró mellkasi begöngyölést (FMB) fogjuk végezni, az ágyán kell ülnie vagy mellette állnia. A páciens mellkasának begöngyölését a jobboldali hónaljtól kezdjük a mellkas irányába, majd a hátra és újra a mellkasra a bal hónaljig. Az ilyen begöngyölés eredményeként a mellkasán kétszer annyi réteg lesz, mint a hátán. Vegyünk elő egy gyapjú vagy flanel plédet, hajtsuk össze négy rétegbe, hosszába, hogy szélességét csökkentjük és tekerjük fel henger alakúra. Ezután készítsünk elő két pamut (vagy lenvászón) törölközőt, kb. 1,5 méter hosszú legyen mind a kettő, és tegyük őket kiterítve egymásra. Ezekkel a törölközőkkel vegyük körbe a páciens mellkasát oly módon, hogy a hátán két rétegben legyenek a törölközők, a mellkasán meg négy rétegben. Vegyünk elő egy tiszta tálat vagy vödört és töltsünk bele 60°C fokos forró vizet. A víz hőmérsékletét 100°C-os 1°C fokos skálázású higanyszálas hőmérővel mérjük. Ha az ilyen hőmérsékletű víz a páciens számára túlzottan forrónak tűnik, akkor csökkentjük a víz hőmérsékletét, hogy ne okozzon égési sérülést a bőrén. Az elkövetkezőkben minden kezelés során a víz hőmérsékletét 1 °C-szal növeljük, míg el nem érjük a 68-72 °C-ot.

Az FMB technikájának folyamata

Húzzunk fel egy könnyű pamut kesztyűt, majd arra egy gumikesztyűt (hogy ne égessük meg a kezünk bőrét), mártsuk be a vízbe a két henger alakú formába feltekert frottír törölközőt, hagyjuk, hogy magukba szívják a vizet, majd gyorsan erőteljesen kifacsarjuk belőle a vizet, hogy ne csepegjen (a víz). Ezután gyorsan a páciens köré göngyöljük, a már rajta lévő lenvászón vagy pamut törölközőre. A továbbiakban a második hengerben összegöngyölt erősebb tartású szélesebb frottír törölközővel vesszük körbe a páciens mellkasát, amelyek a nedves frottír törölközőkre kerülnek, feszesen körbefogva a páciens mellkasát. Ezután vegyük körbe a páciens mellkasát a négy rétegbe összehajtott gyapjú (vagy flanel) pléddel. A körbetekert pléd alsó részét a biztonság miatt övvel (derékszíjjal) rögzíthetjük.

Azután a begöngyölt páciens lefekszik az ágyra (hanyatt fekve), kezével tartva a forró göngyölést. Takarjuk be valamilyen meleg takaróval, például vatta-paplannal, minden oldalról úgy eligazítva a takarót, hogy ne érje kívülről hideg levegő a forró borogatást, és ne hűtse a páciens testét. Az így betakart páciens egy fászlizott múmiára fog emlékeztetni. A fejét fedjük be törölközővel, sállal vagy egy pamut sapkával.

Az ilyen gyógykezelés átlagban 20-40 percig tart. Ez attól függ, hogy milyen hamar hűl ki a begöngyölés. A páciensnek addig kell begöngyölve fekve maradni, amíg érzi a mellkasán és a hátán a meleget. Egyes páciensek 40 perc elteltével is érzik a meleget, másoknál ez az érzés 20 percig se tart. A FMB nyitott szellőző ablak mellett (télen) vagy nyitott ablaknál (nyáron) végezzük. Mielőtt elkezdenénk a göngyölést lefejtetni a páciensről, az ablakot vagy a szellőző nyílást csukjuk be. Derékig takarjuk ki a páciens mellkasát és fekvő vagy ülő helyzetben szabadítsuk meg a gyapjú plédtől és az összes törölközőtől, majd adjunk rá egy vászón vagy flanel inget. Ezután a páciens fekdjön vissza az ágyba, melegen takarózzon be és legalább egy órát pihenjen. A FMB kezelést a nap bármelyik szakában el lehet végezni, de a legkényelmesebb megoldás, ha az esti lefekvés előtt végezzük.

A FMB-t alkalmazva legyünk felkészülve a beteg szervezet részéről jelentkező tünetek fokozott reakciójára. Ez a természetes reakció jelentkezhet hőemelkedés, gyakoribb vagy erősödő köhögés formájában. Azoknak a betegségeknek a tünetei fognak felerősödni, amelyek jelen vannak a szervezetben. Általában a fokozott reakciók a FMB módszer alkalmazásának 2.-3. napja után elmúlnak vagy csökkennek, néha tovább tart. Szabály szerint, minél erőteljesebben jelentkezik ez a reakció, annál hamarabb szokott bekövetkezni a szervezet gyógyulása. Még egyszer szeretném megnyugtatni a kedves Olvasót, hogy a fokozott reakció nem a rosszabbodás jele lesz, mint ahogy a tradicionális orvoslás ezt gyakran helytelenül értelmezi, és nem ok arra, hogy a forró mellkasi begöngyölés terápiát abba hagyjuk.

A FMB kezelések száma, mint a terpentines kádfürdőnél is függ a beteg állapotától, annak pszichológiai ráhangolódásától e természetes kezelési módszerre, a betegség súlyosságától, egyéb kezelési módszerek alkalmazásától, beleértve a kapilláris kádfürdőket. A FMB alkalmazhatják szükség szerint néhány alkalommal, vagy akár több tucatszor. Ha a FMB-t a kapilláris fürdővel párhuzamosan alkalmazzák, akkor tanácsolom felváltva alkalmazni. Ha a terpentines kádfürdővel épp most szünetel, a FMB-t minden nap alkalmazhatja. Egyes esetekben a FMB-t napi két alkalommal is végezhetjük – reggel és este.

A forró mellkasi begöngyölés jól kiegészíti a terpentines kádfürdőt, elsősorban a légúti rendszer betegségei esetén – tüdőgyulladás, bronchitis, tracheitis (légcsőgyulladás). Erre már Zalmanov doktor is felfigyelt.

Mérsékelten forró hópalack a máj tájékára

Doktor Zalmanov nagy jelentőséget tulajdonított a májnak, mint szervnek. Nála az egyszerű, forró vízzel töltött gumitömlő (hópalack) jelentős kezelési szerephez jutott.

Minden páciensnél több szintetikus gyógyszert képes volt kiváltani.

Mit ad a szervezetünknek ez az egyszerű, első látásra még akár primitívnek is tűnő gyógykezelés? Valójában egy zseniális gyógyító eredményt! Egy régi felismerés: minden, ami zseniális – egyszerű! Zalmanov orvosi zsenialitása épp abból áll, hogy Ő az egyszerűnek látszó dolgokban meglátta az univerzális, hatalmas erejű és egyben a szervezet számára ártalmatlan gyógyító eszközöket.

A máj – a szervezetünk kulcsszerepet betöltő szerve. A benne zajló, igen sok biokémiai folyamatért felelős. A legfontosabb ezek közül a metabolizmus – gyakorlatilag minden kívülről jövő vagy a testünkben endogén módon keletkező anyag lebontása, a szervezet kémiai méregtelenítése.

Zalmanov idejében az orvostudomány a májnak, mintegy 30 féle funkcióját ismerte. A nagy tudós kifejtette, hogy a kutatók a jövőben még nem kevesebb, mint 130 hasonló funkciót fognak felismerni a májjal kapcsolatban. Úgyszintén igen fontos testünkben zajló biofolyamat – a vérkeringés, amelyben a máj sokkal nagyobb szerepet tölt be, mint amelyet az ortodox medicina tulajdonít neki.

A májon óránként közel 100 liter vér áramlik keresztül. A vér pangása miatt a beteg emberek mája gyakran térfogatában megnagyobbodik. Ez az alábbi mechanikai következményekhez vezet. Csökken a diafragma mozgástere – csökken a légzési képességünk, összenyomul alapjában a jobb oldali fél tüdőnk; vérpangás lép fel a portális véna vénarendszerében, a májban és a lépben. Mindez nagy mennyiségű vér kizáródását jelenti a vérkeringésből. Ennek következménye a diafragma légző mozgásának akadályozása. A továbbiakban vérpangás következik be a hasüreg és a mellkas szerveiben, gyengül a szív keringető (szivattyú) funkciója.

A máj a szervezet laboratóriuma, fontos munkáját nem hagyja abba se nappal, se éjszaka – a szervezetünk méregtelenítését végzi, közömbösíti és kivezeti a felgyülemllett bélt toxinokat. Azon kívül közömbösíti a fáradtság toxinjait, melyek a szellemi és fizikai munka végzése következtében jönnek létre. Ha a máj sejtszervi rosszul vezet ki a szervezetből a toxikus

anyagokat, akkor az éjszakai alvás nem a pihenés érzését kelti, hanem fáradtan ébredünk, néha kimerültebben, mint elalvás előtt voltunk. A máj és a lép a vérkeringés szempontjából szorosan összekapcsolódnak és gyakorlatilag szoros funkcionális együttműködésben vannak, azaz funkcionálisan együttműködve látják el vénás vérrel a nagy portális véna rendszerén keresztül a hasüreg szerveit. Amikor a máj és a lép térfogata megnő, megemeli a diafragmát, amely szinte mozdulatlaná válik. A túlzottan megemelt diafragma, nyomást fejt ki mindkét fél tüdőre, alveoláris és cirkuláris pangást idézve elő a tüdő alsó részeiben. Ilyen esetekben a hőpalack alkalmazása csökkenti a máj és a lép térfogatát és az utóbbiak ezután kevésbé fogják alulról nyomni a diafragmát, aminek következtében a diafragma lejjebb ereszkedik, oldva ez által a tüdő blokkolását. A tüdő így növelni képes a légző mozgatainak amplitudóját (a léghólyagocskákban), a hörgőcskében, és a hörgőkben javul az áramlás, eltűnik a folyadék pangása és vele együtt eltűnnek annak következményei: a bochiolitis (a tüdő hörgőcskéik gyulladása), a tüdőgyulladás, az emfizéma (kóros levegő felgyülemelés).

Ha a máj és a lép térfogatilag igen meg vannak nagyobbodva, a forró hőpalackot rendszeresen kell alkalmazni a máj területére helyezve, legalább 40 percre, napi 3 alkalommal, evés után. Az említett szervek kisebb térfogat növekedése esetén elegendő napi 1-2 alkalommal végezni a kezelést. A beteg máj hálásan köszöni meg, ha napi szinten gondoskodunk friss gyümölcs- és zöldséglevek szervezetbe juttatásáról. Amikor melegítjük a májunkat, növeljük a májban és a lépben levő vér hőmérsékletét, aktivizáljuk a vérkeringést a kapillárisokban, és növeljük ez által a szervezetünkben keringő vér mennyiségét (a pangó vért bevonjuk a vérkeringésbe).

Általában a hőpalackot a fájdalmak csökkentésére alkalmazzák. Igazából azért kellene alkalmazni, hogy elkerüljük a fájdalmakat a hasüregben. Ennek az egyszerű és olcsó kezelésnek felbecsülhetetlen a körmegeelőző jelentősége, ha rendszeresen és hosszú ideig alkalmazzuk, hónapokig, évekig. Ezen egyszerű hőhidroterápia kezdését követő 2-4 hét múlva az összenyomott (beszorított), leblokkolt diafragma elkezd oldódni. Légző mozgása teljesebbé és erősebbé válik. A külső és a sejtlegzés, a vér áramlása az erekben, a szövetek és sejtek általános táplálása az egész szervezet működésének hasznára – javul. A mérsékelt forró vízzel töltött hőpalack, a máj területére helyezve a hőenergia által kalóriákhoz juttatja a szervezetet, csökkentve annak igényét az emelt mennyiségű táplálék bevitelére iránt.

Zalmanov doktor nem ismert egyszerűbb, mélyebbre ható valós kezelési módot, mint a hőpalack alkalmazását – a máj területére helyezve. E tudós ember mindenkit arra szólított fel, hogy minden nap mossuk át a májunkat ilyen módon, ugyan úgy, mint ahogy szokásunk a napi kéz és arcmosás. „A májunkat kell melegíteni, ha sokáig akarunk élni és kevesebbet betegeskedni” – szerette mondogatni Zalmanov doktor.

Olvass tovább: <http://m.remenyegeszsegstudio.webnode.hu/kapillaris-terapia-terpentes-kadfordok/>