

108. JUOMALLA VETTÄ PYSYT TERVEENÄ – JA RAITTIINA

Vakuuttavan todisteen riittävän veden juonnin parantavasta vaikutuksesta tri F. Batmanghelidj M.D. sai kokemuksistaan poliittisena vankina Iranissa auttaessaan 3000 vankitoveriaan paranemaan tuskallisesta mahahaavasta pelkällä vedellä.

Vapauduttuaan vankilasta tri Batmanghelidj (1931-2004) ehti 24 vuoden ajan jatkaa tutkimuksiaan veden juonnin keskeisestä merkityksestä kroonisten sairauksien ja riippuvuuksien ennalta ehkäisyssä ja parantamisessa. Amerikan terveystieteet eivät halunneet tiedon leviävän, koska he ymmärsivät liiankin hyvin tuottavan lääkehoidon silloin tulevan tiensä päähän.

Kirjojen ja nettisivujen (www.watercure.com.) avulla voimme kuitenkin jakaa tietoa kansalaisillemme ja huolehtia siitä, että myös THL siirtyy tälle vuosituuhannelle. Tutkimustulosten nopea levittäminen on olennaista, sillä kohtalokkaan viivytyksen seurauksena enemmän kuin kokonainen sukupolvi lääkäreitä, sairaanhoitohenkilökuntaa ja valitettavasti myös kärsiviä ja kuolevia potilaita on ollut ilman tätä tärkeää apua.

Joulukuun 2016 alussa mediassa kerrottiin lääketieteen tutkimuksissa löydetyistä KLB-geenistä, jonka puuttuminen sai aikaan sen, että ihminen ei pitänyt veden juonnista, mutta alkoholi maistui sitäkin paremmin. On hyvä tietää geeniensä vaikutukset ja uuden tiedon pohjalta toimia vastuullisesti. Tästä syystä on jo pikkulapsille opetettava veden juonnin elintärkeä tapa. Tottumus on toinen luonto.

Vuorokauden aikana kehosta poistuu eritteiden kautta noin 2,5 litraa vettä. Tämä nestemäärä on päivittäin korvattava puhtaalla vedellä, jota tarvitaan yksi litra jokaista 25 painokiloa kohti. Vesilasilliseen on aina lisättävä hyppysellinen mineraalirikasta, muinaista merisuolaa, himalajansuolaa. Vettä on hyvä juoda pitkin päivää aamupainotteisesti, sillä yön jälkeen keho on kuivimmillaan. Aterian aikana ei juoda, vaan puoli tuntia ennen ateriaa ja kaksi tuntia sen jälkeen.

Aamulla juotu vesi herättää kehon ja käynnistää kaikki sen toiminnot. Liian vähäisen veden saannin takia keho ja myös aivot alkavat kuivua. Siitä syntyy sisäinen stressi, joka pitkäaikaisena alkaa tuottaa endorfiineja. Hämmästyttävä, aivan uusi tieto on, että ehdollistettu riippuvuus ei synnykään itse himoittuihin aineisiin – alkoholiin, nikotiiniin, kofeiiniin – vaan endorfiineihin, kehon omiin opiaatteihin.

Kun vaivan syy on aina sama kehon jano, jota emme tunnista janona, hoitokin on aina sama: juo vettä riittävästi ja oikein. Vaivan ennalta ehkäisyssä ja hoitamisessa ei tarvita uskoa tai tahdonvoimaa, vain halua täydelliseen paranemiseen. Lääkärit ja lääketeollisuus ovat hoitaessaan potilaitaan virheellisesti nimenneet veden puutteen elinten erilaisiksi sairauksiksi.

Kaikki vaivoistaan kärsivät voivat nyt etsiä uuden tiedon omaavien lääkärin luo, sillä runsaan veden juonnin aloittaminen ja turhista lääkkeistä vapautuminen vaativat lääkärin seurantaa.

Ulla Grünstein
Helsinki