

116. JUO VETTÄ RIITTÄVÄSTI JA OIKEIN – UUSI PARADIGMA

Luimme lehdestä virallisen totuuden veden juonnista (HS 22.2.). Sen kertoi meille THL. Koska tämä tieto on neljäs vuosisataa vanha, on välttämätöntä oikoa sen vanhentuneita käsityksiä.

Saattaa olla, että oikeaoppinen veden juonti on viime vuosisadan tärkein uuden tiedon löytyminen terveydenhoidossa. Tri F. Batmanghelidj (1931-2004) vakuuttui juodun veden parantavasta voimasta ollessaan poliittisena vankina iranilaisessa vankilassa ja parantaessaan 3000 vankitoverinsa tuskallisen vatsahaavan pelkällä vedellä. Vapauduttuaan vankilasta hän jatkoi tutkimuksiaan 24 vuoden ajan.

Tällöin hänelle selvisi, että yhteensä noin sadan suuremman ja pienemmän kroonisen sairauden ja vaivan perussyynä on kehon krooninen kuivuminen. Tähän eri elinten kuivumiseen on lääketeollisuus kehittänyt kokonaisen sanaston hienoja sairauksien nimityksiä. Kun Suomessa virallisen tiedon mukaan ihmiselle riittää 1,5 litraa vettä päivässä ja lisäksi nesteitä aterian kanssa, on tri Batmanghelidjin tutkimustieto hämmästyttävä. Pitääkseen kaikki elimet täysin toimintakuntoisina, aikuisen ihmisen tarvitsee juoda vettä 2,5 – 4 litraa vuorokaudessa. Tarkemmin yksi litra 25 painokiloa kohti.

Lasilliseen vettä lisätään hyppysellinen himalajansuolaa. Vettä juodaan aterioiden välillä, puoli tuntia ennen ateriaa ja kaksi tuntia sen jälkeen. Kahvi, mehut ja olut eivät korvaa vettä, sillä vain vesi voi päästä sisälle soluun, joka ilman sitä kuivuu ja sairastuu. Olennaista on myös, milloin juodaan. Keho on nesteytettävä heti aamusta alkaen, sillä yön jälkeen se on kuivimmillaan. Aikuisen kehosta poistuu vuorokauden aikana hengityksen, ihon ja eritteiden kautta 2,5 litraa vettä.

Batmanghelidj on selostanut kirjoissaan ja sivuillaan (www.watercure.com) kuivumisesta johtuvien sairauksien syntymistä: astma, allergiat, lupus, alkoholismi ja muut riippuvuudet, sydänvaivat kuten korkea verenpaine, rytmihäiriöt ja aivoveritulpat, diabetes 1 ja 2, ylipaino, ummetus, reuma, nivelkulumat, syövät, samoin krooninen kipu. Ihmisen koko keho on 75 % vettä, mutta kaulasta ylöspäin 85 %. Aivot ovat herkät kuivumiselle, joka aiheuttaa päänsärkyä, migreeniä, masennusta, dementiaa, syöpää. Lääke on aina puhdas vesi.

Amerikan terveystieteelliset eivät monista yhteydenotoista huolimatta halunneet jakaa tietoa kansalaisille, sillä lääketeollisuuden rahavirta olisi silloin tyrehtynyt. Koska me Suomessa emme myöskään ole saaneet tietoa juodun veden ratkaisevasta merkityksestä terveydellemme, voidaan kysyä, mikä on THL:n kanta?

Tietämättömyys tai tämän tiedon sydämetön salaaminen on aiheuttanut sukupolvien kärsimykset ja ennenaikaiset kuolemat. Seurauksena on myös lääkäreiden puutteellinen ja yksipuolinen koulutus. Vuonna 2014 kroonisten sairauksien osuus kokonaissairauskuluista oli 70 % eli 13,7 mrd. euroa (THL, VTT). Soten lääkekulut voivat laskea nyt nopeasti suomalaisten tervehtyessä. Juomalla vettä.

Ulla Grünstein
Helsinki