

Odlučite se za preventivu i zaštitite sebe i svoju porodicu

Medicina je danas veoma uznapredovala na mnogim poljima. Uspela je da iskoreni masovne zarazne bolesti i da ostvari fascinantne hirurške zahvate. Nauka u celini je napravila prava čuda kojima smo svi svedoci. Međutim, pojavljuju se i negativne posledice toga napretka.

Postoji velika opasnost od sve veće nemoći antibiotika, jer i mikroorganizmi "konja za trku imaju"-prilagođavaju se formirajući nove bio-odgovore. Ser Aleksandar Fleming, je upozorio na mogućnost slabljena dejstva antibiotika, tokom vremena, već u svom pozdravnom govoru kada mu je dodeljena Nobelova nagrada. Sada smo svedoci pojave novih virusnih infekcija (SARS, ptičiji grip i sl) na koje antibiotici ne deluju, a higijena - pranje ruku, odeće, veša - spada u osnovnu preventivu.

Osim toga javljaju se sve više tzv. autoimunih bolesti gde odbrambeni mehanizmi organizma prepoznaju SVOJE ćelije i druge SVOJE strukture **kao strane** i uništavaju ih! Takođe se javlja i sve više "**jatrogenih**" bolesti, kao posledica upotrebe sve većeg broja lekova koji pokazuju svoje naličje. Šta tek da se kaže na sve više alergijskih bolesti i reakcija za koje takođe postoji uglavnom simptomatska, a ne radikalna terapija.

Šta nam je činiti?

Sada se u svetu već duže vremena naveliko šire ideje u vezi sa većim, aktivnijim, ličnim učešćem u svim aspektima porodičnog i društvenog života. Na materijalnom nivou tu se podrazumeva uvođenje zdravije hrane, iz organske proizvodnje (bez hemikalija), kao i izbacivanje iz upotrebe raznih "kućnih" hemikalija koje su preplavile tržišta celog sveta. Uobičajeno je da i domaćice kažu "Idem da kupim kućnu hemiju", a to podrazumeva čitav niz veoma štetnih proizvoda čiji svi efekti ni do danas nisu sasvim ustanovljeni, a tek će se sve videti na još duže staze....

SADA imamo priliku da odaberemo potpuno netoksične i čak lekovite preparate za "kućnu i ličnu higijenu", **higijenu bez osipa i ekcema**

Mada je savremenom čoveku danas održavanje higijene tako reći u krvi, sve je više ljudi koji postaju preosetljivi na sredstva za higijenu (sapune, šampone, deterdžente...) jer u sebi imaju puno hemikalija koje po prirodi ne bi trebalo da se nađu na ljudskoj koži. Takođe, sve je više ljudi koji pate od osipa, ekcema, alergija, a i ozbiljnih kožnih bolesti kao što je psorijaza. Za njih održavanje lične higijene, pa čak i nošenje rublja i odeće koja je oprana komercijalnim deterdžentima, postaje pravi problem. Zapravo, njima i lekari savetuju da izbegavaju da im koža dođe u dodir sa sredstvima za čišćenje. To je skoro nemoguće zato što se ona koriste svuda, a obolelima se kaže da treba da izbegavaju sve što je sapun ili deterdžent.

Priroda ima rešenja, koja mi sada popularno zovemo "alternativna rešenja"

Interesantno je da je priroda ponudila rešenje i za ovo. Postoji biljka koja se naziva "sapunski plod". Najpoznatija vrsta raste na biljci čije je latinsko ime Sapindus mukorossi, a uspeva u himalajskom regionu Indije. Plod ima izgled male okrugle lopte nalik vosku. Kvalitetan sapunski plod ima boju zlata ili svetlog kestena.

Ovaj plod sadrži saponine, supstance koje su osnova sapuna i deterdženata, u njihovom prirodnom obliku, bez ikakvih dodatih hemikalija. Saponini iz sapunskog ploda deluju

gotovo isto tako efikasno kao i u komercijalnim sredstvima za pranje, s tim što u njima nema dodatih hemikalija. Štaviše, sapunski plod deluje protiv gljivica i bakterija, što još naglašava njegovo povoljno dejstvo na već oštećenu ili iritiranu kožu.

Vekovima su stanovnici regija gde raste ovo neobično i lepo drvo koristili njegov plod za pranje odeće. Sapunski plod apsorbuje vodu i otpušta saponin, koji oslobađa odeću od nečistoća, masnoća i dezinfikuje je.

Postoji duga i uspešna tradicija korišćenja sapunskog ploda u (ajurvedskom) tretiranju raznih kožnih problema, jer ovaj plod ima nežno dejstvo na kožu i nema neželjene nuspojave.

Dragocena pomoć kod kožnih problema

Sapunski plod može mnogo da pomogne u ublažavanju kožnih problema kao što su psorijaza i ekcem. Dovoljno je da ga koristimo kao sredstvo za pranje odeće, kao sapun, kao sredstvo za pranje sudova pa ćemo već osetiti olakšanje.

Svrab i suva koža su uobičajeni u blagim slučajevima ekcema. Ali, kako to stanje postaje ozbiljnije, koža postaje potpuno suva, beživotna, i može da dođe do njenog pucanja i krvarenja. Ljudima koji imaju ekcem se savetuje da ne koriste standarne deterdžente i omekšivače, zato što iritiraju kožu. Ljudi sa ozbiljnim ekcemom imaju sa tim i ozbiljne probleme. **Za njih je sapunski plod pravi spas**, sa svojim nežnim i pročišćujućim delovanjem. Ukoliko koristimo sapunski plod kao prirodno sredstvo za pranje odeće, to će znatno pomoći da se kožni ekcemi smire. Sapunski plod ne sadrži veštačke mirise i to znatno smanjuje mogućnost alergij.

Dok drevni narodi Azije vekovima koriste sapunski plod kao prirodno sredstvo za čišćenje, na Zapadu on je tek nedavno počeo da ulazi u upotrebu, pa se danas koristi širom sveta na razne načine. Prirodnim sredstvima za higijenu se, dakle, posvećuje sve veća pažnja kako bismo bili što slobodniji od upotrebe antibiotika, kortikosteroida i dr. lekova.

SADA je stigao i kod nas i može se nabaviti u prodavnicama zdrave hrane u obliku celih plodova, praha i tečnosti.

Preparati sapunskog ploda deluju isto tako efikasno kao i komercijalna sredstva za pranje, s tim što u njima nema dodatih hemikalija. Štaviše, sapunski plod deluje protiv gljivica i bakterija, što još naglašava njegovo povoljno dejstvo na već oštećenu ili iritiranu kožu.

Odlučite se za pravu preventivu za poboljšanje kvaliteta života cele porodice!

prof.dr. Spomenka Mujović