



D R . E L L E N W .
C U T L E R

Terapia alergiilor alimentare

*O nouă soluție pentru a combate
apetitul alimentar exagerat, obezitatea, depresia,
cefaleea, artrita și astenia*



CUPRINS

Mulțumiri	7
Capitolul 1	
O nouă abordare a alergiilor alimentare.....	9
Capitolul 2	
Ce este o alergie?	25
Capitolul 3	
Substratul alergiilor alimentare	70
Capitolul 4	
Afecțiunile comune și originile lor alimentare: astmul, cefaleea și migrena, astenia cronică, artritele, sindromul deficitului de atenție cu hiperactivitate, infecțiile urechii, eczemele și urticariile	109
Capitolul 5	
Afecțiunile complexe și originile lor alimentare: depresia, problemele digestive, creșterea ponderală și apetitul alimentar exagerat, infertilitatea, sindromul premenstrual și problemele menopauzei.....	153

Capitolul 6	
Testarea alergiilor alimentare	188
Capitolul 7	
Testarea musculară.....	197
Capitolul 8	
Tratamentul BioSET™ la domiciliu pentru alergii alimentare	215
Capitolul 9	
Detoxifierea.....	228
Capitolul 10	
Terapia enzimatică	258
Capitolul 11	
Rețete și planuri de diete.....	288
Capitolul 12	
Concluzii	335
Anexa 1	
Detoxifierea cu ajutorul homeopatiei	337
Anexa 2	
Alimentele alergice obișnuite	346
Anexa 3	
Tabele cu afecțiunile comune și alergiile alimentare, vitamine și hormoni	356
Bibliografie	377
Index	391

CAPITOLUL 1

O nouă abordare a alergiilor alimentare

Riscurile alergiilor alimentare ascunse

SUNTEȚI CUMVA UNUL dintre milioanele de oameni care suferă de alergii alimentare? Sau vă numărați printre cei care nu sunt conștienți că suferă de alergii, deoarece simptomele pe care le aveți par să nu aibă nicio legătură cu acest subiect? De obicei, ne gândim că alergiile sunt o cauză a nasului înfundat și a strănutului, dar și a unor probleme la nivelul sinusurilor și a cefaleei. Însă există și multe alte probleme pe care rareori le asociem cu alergiile, o gamă largă, de la hiperactivitate la oboseală cronică. De fapt, astenia este una dintre principalele manifestări ale alergiilor. Alte tulburări corelate cu alergiile includ numeroase tipuri de afecțiuni cutanate cronice, afecțiuni digestive și tulburări de dispoziție, inclusiv depresia.

Majoritatea persoanelor care înțeleg că alergiile stau la baza simptomelor lor le consideră ca fiind ceva cu care trebuie să învețe să trăiască. Oamenii nu își fac de obicei mari speranțe în privința recuperării, dincolo de unele ameliorări temporare în urma tratamentului medicamentos. Această resemnare reflectă credința larg răspândită că alergiile sunt incurabile. Însă, în ultimii 20 de ani, am tratat cu succes mii de persoane suferinde. Dacă aveți unele suspiciuni că alergiile reprezintă

o problemă pentru sănătatea dumneavoastră, vă încurajez să le tratați. În majoritatea cazurilor, ele pot fi eliminate.

Alergiile par minore comparativ cu unele afecțiuni precum ar fi cancerul. Deși alergiile rareori pun viața în pericol, ele solicită sistemul imunitar, fiind o sursă constantă de stres. Reacțiile alergice provoacă de obicei iritații. Atunci când iritația sau inflamația este prezentă vreme îndelungată, celulele și țesuturile organismului sunt lezate progresiv. În timp, aceste modificări pot evolua spre afecțiuni bine definite, cum ar fi artrita sau astmul. Din acel moment, leziunile pot deveni ireversibile. În cazul artritei reumatoide, chiar și mișcările simple devin dureroase, iar articulațiile și oasele se deformează în cele din urmă. În cazul instalării astmului, chiar și respirația devine un efort, iar țesutul pulmonar este adeseori afectat. Însă inflamația există cu mult timp înainte ca aceste leziuni să devină evidente. Atât artrita, cât și astmul sunt adeseori corelate cu alergiile și inflamația aferentă acestora. Ele reprezintă doar două exemple de efecte periculoase ale alergiilor nedepistate.

Dacă suferiți de alergii, este posibil să vă aflați la mare distanță de descoperirea unei căi de ameliorare a simptomelor. Este posibil să fi încercat diete complicate sau foarte stricte. Poate ați încercat să vă ameliorați simptomele cu medicamente care au efecte adverse neplăcute, inclusiv tulburări de dispoziție, cefalee sau retenție de lichide. Este posibil să fi suferit chiar consecințe mai serioase pe termen lung, cum ar fi slăbirea sistemului imunitar sau osteoporoză. Un număr redus de pacienți cu alergii dezvoltă atât de multe sensibilități, încât devin practic izolați, incapabili să-și desfășoare activitatea într-o societate normală. Tratamentul poate fi costisitor, complex și incomod. Dacă suferiți de alergii, este posibil să vă fi resemnat cu situația dumneavoastră, încercând să evitați sursele care vă provoacă simptomele. Majoritatea persoanelor care se confruntă cu astfel de probleme consideră că alergiile afectează aproape întotdeauna sănătatea și calitatea vieții.

O nouă metodă de tratament al alergiilor

Există în prezent o metodă eficientă de tratament al oricărui tip de alergie. Mii de pacienți din întreaga țară și din toată lumea au descoperit că această metodă elimină definitiv alergiile. Prin urmare, scopul acestei cărți nu este acela de a evita alimentele alergice. Mai degrabă, introduce un sistem de eliminare a alergiilor: BioSET™, care poate neutraliza răspunsul alergic al corpului la alimente și la alte substanțe.

Un sistem natural de vindecare

BioSET™ tratează efectiv alergiile și numeroase probleme asociate cu acestea. Se bazează pe un tratament inovator al alergiilor folosind presopunctura. Metoda este utilizată în combinație cu o nutriție adecvată, cu terapia enzimatică și detoxifierea. Aceste terapii elimină factorii de stres de la nivelul sistemului imunitar pentru a restabili sănătatea și vitalitatea naturală.

BioSET™ se concentrează asupra a trei zone-cheie:

1. tehnica unică de presopunctură care elimină alergiile și sensibilitățile, adeseori permanent;
2. evaluarea nutrițională și folosirea enzimelor pentru a corecta deficiențele, a ameliora digestia și funcționarea organismului;
3. purificarea și detoxifierea organismului prin remedii homeopate și modificarea stilului de viață.

BioSET™ câștigă credibilitate științifică și adepți recunoscători în întreaga lume. În ultimii zece ani, am tratat mii de pacienți, cărora li s-au ameliorat complet simptomele alergice. Această abordare a avut, de asemenea, succes pentru zeci de mii de pacienți din întreaga lume care au fost tratați de practicienii pe care eu i-am instruit.

Dezvoltarea BioSET™

Sistemul BioSET™ a fost creat în ani de observații în practica clinică și de evaluare permanentă a unei game largi de tratamente pentru alergii. S-a dezvoltat, de asemenea, datorită propriei mele căutări a unor soluții de vindecare și transformare. În plus, terapiile includ experiența altor medici și pacienți. Personal, am suferit din cauza alergiilor alimentare mulți ani. În timpul studiilor de chiropraxie și în anii de pregătire postuniversitară, am examinat toate opțiunile rezonabile de tratament. După studierea terapiei enzimatice cu respectatul medic naturist Bernard Jensen, am început să iau enzime digestive. Multe dintre simptomele mele au dispărut, dar mă simțeam totuși obosită și deprimată după ce consumam anumite alimente. După ce am căpătat propria mea experiență, am continuat să explorez metodele și produsele care ar putea ameliora atât propriile alergii, cât și pe cele ale pacienților.

Am avut o revelație în momentul în care am aflat despre munca unui specialist în acupunctură care descoperise o tehnică de evaluare și tratare a alergiilor. I-am analizat munca și am constatat că are o rată de succes impresionantă. Curând, am început să-i trimit pe cei mai dificili pacienți ai mei acolo. Printre primii s-a numărat o femeie care suferea de congestie nazală cronică severă și dispnee (respirație dificilă). Evaluarea ei indicase alergie la praf, mucegai, polen, păr de pisică, anumite vitamine și chiar la unele fructe și legume. După o serie de tratamente prin acupunctură pentru acești alergeni, pacienta a scăpat complet de simptome.

Am fost atât de impresionată, încât am început să trimit mai mulți pacienți către acupunctură și am urmat chiar eu acest tratament. Inițial, m-a tratat pentru alergiile la diferite grupe de alimente, inclusiv albuș de ou, lapte și zahăr. Eram în mod special sensibilă la zahăr, care îmi provoca cefalee și depresie. După tratament, nu am mai reacționat negativ la zahăr. Nu numai că nu mai aveam simptome alergice, dar dispăruse totodată și pofta de dulciuri. Am mai simțit și o creștere

uriașă a nivelului de energie. Specialistul în acupunctură a continuat să îmi trateze celelalte alergii alimentare, inclusiv la cereale și la produsele lactate. În momentul în care am încheiat tratamentele, nu mai era nevoie să îmi limitez aportul de alimente în niciun fel. Scăpasem de alergii.

Am început să integrez aceste metode în practica clinică și în timp am dezvoltat un sistem avansat de terapie. Această abordare asociază presopunctura și medicina tradițională chineză cu imunologia aplicată și cu un sistem de nutriție bine pus la punct. La fel de important, acest sistem simplu și eficient furnizează instrumente pe care oricine le poate folosi pentru a-și menține o stare optimă de sănătate.

Cum să folosiți această carte

Primele capitole descriu ideile de bază care stau în spatele tehnicii BioSET™ și situațiile în care se poate beneficia de acest sistem. Furnizează instrucțiuni pas cu pas pentru fiecare fază a tratamentului alergiilor la domiciliu, inclusiv metodele de testare. Explică, de asemenea, noțiunile de bază ale terapiei enzimatice și ale detoxifierii. Tabelele cuprinzătoare de la finalul cărții vă permit să corelați ușor simptomele cu alimentele.

Presopunctura ușoară

Tratamentul alergiilor cu BioSET™ implică folosirea presopuncturii — stimularea ușoară a unor puncte specifice din organism (puncte de presiune) folosind vârful degetelor. Unele forme ale acestei tehnici pot fi învățate de oricine și folosite în tratamentul la domiciliu, fiind descrise în capitolul 8. Este bine ca pentru cazurile mai complexe să se apeleze la un practician specializat. BioSET™ este eficient, totodată, în cazul alergiilor la substanțele din mediu, cum ar fi polen, praf, păr de animale sau substanțe chimice.

Presopunctura poate fi aplicată chiar dacă subiectul este complet îmbrăcat. Cele mai importante puncte de presiune sunt localizate de o

Alergiile par minore în comparație cu afecțiuni precum cancerul. Deși alergiile rareori pun viața în pericol, ele solicită sistemul imunitar, fiind o sursă constantă de stres. Reacțiile alergice provoacă de obicei iritații, iar atunci când o iritație sau inflamație este prezentă pentru o perioadă lungă de timp, celulele și țesuturile organismului sunt lezate progresiv. În timp, aceste modificări pot evolua spre afecțiuni bine definite, cum ar fi artrita sau astmul.

Majoritatea persoanelor care realizează că alergiile stau la baza unor afecțiuni le consideră ca fiind ceva cu care trebuie să învețe să trăiască. Această resemnare reflectă credința larg răspândită că alergiile sunt incurabile, numai că, în majoritatea cazurilor, ele pot fi eliminate cu succes aplicând niște metode extrem de simple.

O CARTE CARE PREZINTĂ UN PUNCT DE VEDERE INOVATOR ÎN CEEA CE PRIVEȘTE
CONTROLUL UNOR PROBLEME PRECUM DEPRESIA, OBEZITATEA ȘI ARTRITA,
PORNIND DE LA PREMISA POTRIVIT CĂREIA ALERGIA LA DIFERITE SUBSTANȚE POATE
CONDUCE LA APARIȚIA UNOR SIMPTOME APARENT FĂRĂ LEGĂTURĂ.

DR. ANIL MINOCHA


O CARTE ÎNCÂNTĂTOARE, PLINĂ DE INFORMAȚII UTILE.

DAVID TURNER



S Ă F I I S Ă N Ă T O S



CURTEA  VECH E

Pentru a comanda online sau pentru lista completă a titlurilor
publicate la Curtea Veche, vizitează www.curteaveche.ro

începi să afli

ISBN 978-606-588-394-9



9 786065 883949