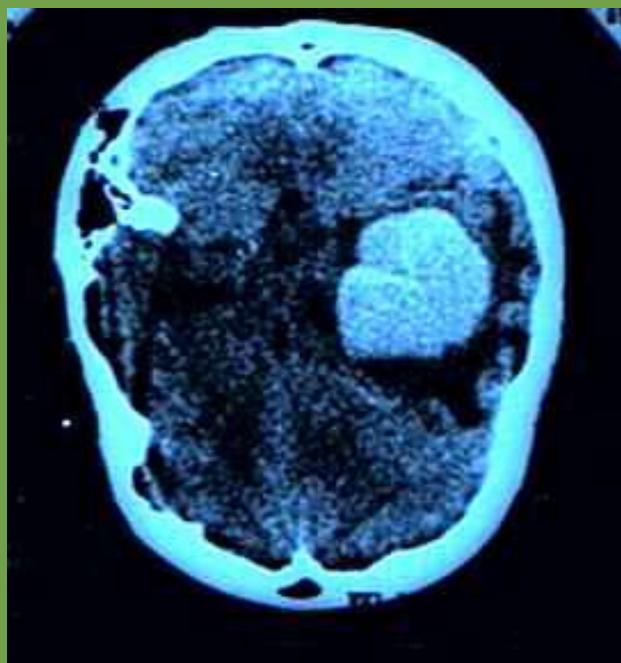


Agnieszka Węgrzyn

NOWOTWÓR



można pokonać

ZAPOBIEGANIE – LECZENIE –
SAMOISTNE REGRESJE

PRZYKŁADEM CZERNIAK ZŁOŚLIWY

AGNIESZKA WĘGRZYN

NOWOTWÓR

MOŻNA POKONAĆ

zapobieganie

leczenie

samoistne regresje

(przykładem czerniak złośliwy)

Kołobrzeg 2010

PPHU „PRNJAVOR” Krzysztof Sobolewski

Tytuł oryginału: Nowotwór można pokonać. *Zapobieganie, leczenie, samoistne regresje (przykładem czerniak złośliwy)*

Opracowanie graficzne okładki oraz rysunki
Agnieszka Węgrzyn

Wydawca
PPHU „PRNJAVOR” Krzysztof Sobolewski
ul. Budowlana 15/10 , 78-100 Kołobrzeg
e-mail: pphuprnjavor@wp.pl

ISBN 978-83-930768-8-8

Wydanie III

Wszystkie prawa zastrzeżone. Przedruk lub kopiowanie całości, bądź fragmentów książki (z wyjątkiem cytatów z innych źródeł) może być czynione jedynie na podstawie pisemnej, notarialnej zgody wydawcy.

Spis treści

PRZEDMOWA	7
ROZDZIAŁ 1. CZYM JESTEŚMY I CO NAMI RZĄDZI.....	8
1.1. Ewolucja wszechświata.....	9
1.2. Elementy biofizyki i biochemii	13
ROZDZIAŁ 2. BUDOWA I FUNKCJE KOMÓREK.....	57
2.1. Początki życia	58
2.2. Współczesne główne grupy żywych organizmów.....	60
2.3. Skład chemiczny komórek	62
2.4. Budowa komórek.....	71
2.5. Funkcje komórek	74
ROZDZIAŁ 3. BUDOWA I FUNKCJE TKANEK, NARZĄDÓW, UKŁADÓW ORGANIZMU LUDZKIEGO	90
3.1. Ogólny zarys budowy i funkcji organizmu	91
3.3. Budowa i funkcje układu ruchu	98
3.4. Budowa i funkcje układu oddechowego	110
3.5. Budowa i funkcje układu krążenia.....	116
3.6. Budowa i funkcje układu limfatycznego (chłonnego)	127
3.7. Budowa i funkcje układu pokarmowego (trawienia).....	130
3.8. Budowa i funkcje układu moczowego	152
3.9. Budowa i funkcje układu hormonalnego	155
3.10. Budowa i funkcje układu płciowego.....	168
3.11. Budowa i funkcje układu nerwowego. Narządy zmysłów	174
3.11.1. Ogólna charakterystyka układu nerwowego	174
3.11.2. Przetwarzanie informacji – procesy odczuwania bodźców.....	190
3.11.3. Przetwarzanie informacji – sieci neuronowe.....	192
3.11.5. Układ limbiczny – tzw. mózg emocjonalny	216
3.11.6. Pamięć i uczenie się	235
3.11.7. Mechanizm mowy.....	239
3.11.8. Mowa a czytanie i pisanie (rysowanie)	241
3.11.9. Moralność i „moduł religijny„ w mózgu	242
3.11.10. Zegar biologiczny	246
3.11.11. Narządy zmysłów wzroku i słuchu	248
3.11.12. Badania neurologiczne	251
3.12. Budowa i funkcje układu odpornościowego	255
3.12.1. Podstawowe pojęcia i tematy	255
3.12.2. Układ odpornościowy a mózg	271
3.12.3. Samoobrona patogenów	274
3.12.4. Pierwiastki i związki toksyczne.....	275
ROZDZIAŁ 4. PRZYCZYNY I SKUTKI NOWOTWORÓW.....	281
4.1. Proces powstawania komórki nowotworowej, budowa i funkcje	282
4.2. Obecnie stosowane sposoby leczenia	293

4.3. Ziołolecznictwo, warzywa, owoce.....	296
4.4. Niebezpieczeństwa ze strony medycyny niekonwencjonalnej.....	308
ROZDZIAŁ 5. PRZYPADEK CHOROBY NOWOTWOROWEJ CZERNIAK	
ZŁOŚLIWY	313
5.1. Przyczyny, rozwój, skutki	314
5.2. Załączniki – dokumentacja.....	330
5.3. Nowości w onkologii	359
Bibliografia	362

Podziękowania!

doła wszystkim,
dzięki, którym nadal żyję
i mogłam napisać tę książkę

Agnieszka Węgrzyn

PRZEDMOWA

Nowotwory stanowią obecnie jedną z kilku chorób uznanych za dominujące, w skali globalnej. Prowadzone są stale badania i pojawiają się nowe odkrycia, dotyczące przyczyn oraz ewentualnych sposobów leczenia. Książka, którą oddaję w ręce czytelnika stanowi prosty opis ludzkiego organizmu, pod względem budowy, funkcji i pojawiających się różnego rodzaju nieprawidłowości, zwłaszcza chorób nowotworowych. Aby czytelnik mógł w pełni zrozumieć i przyswoić treść, pierwszy rozdział mówi o materiale, z jakiego zbudowany jest nasz organizm, jak i kiedy miało początek rozpoczęcie życia na naszej planecie, jakie prawa fizyki zawiadują wszystkim, co dziś istnieje.

Kolejne rozdziały wyjaśniają zasady budowy i funkcjonowania najmniejszych naszych elementów (komórek) oraz tego, co tworzą - tkanek, narządów i całych układów. Wyjaśniane są różne wzajemne powiązania i oddziaływanie. Aby zrozumieć, czym jest choroba nowotworowa, jak i dlaczego pojawia się, jak przebiega i jak można przeciwstawić się jej, trzeba poznać teren, na którym to ma miejsce, czyli nasz organizm. Nas samych.

Taka wiedza zmienia nasze podejście do tej choroby, łatwiej można pokonać lęk i stres wynikający z obaw przed czymś nieznanym i uważanym za nieuleczalne. Niestety nadal powszechne jest przekonanie, które wyrosło z dawnego, nieaktualnego już twierdzenia, że nowotwór to choroba zawsze śmiertelna. Smutny jest też sposób podchodzenia do tego problemu przez wielu lekarzy, nie potrafiących odbyć krótkiej uspokajającej rozmowy z pacjentem, o stanie jego zdrowia, gdy rozpoznany został nowotwór. Świadczy to o naleciałościach dawnych, klasycznych modeli traktowania osoby poważnie chorej. Najwyższy czas, by zostało to zmienione. Wielu lekarzy, którzy potrafią odpowiednio traktować pacjenta, staje się pośrednią przyczyną pokonania choroby. Stan psychiczny w dużym procencie decyduje o stanie naszego zdrowia. W ostatnim rozdziale jest ogólny opis choroby nowotworowej, która uległa samoistnej regresji. Ponieważ opisana choroba dotknęła właśnie mnie, staram się w tej książce wyjaśnić mechanizmy sprzyjające skutecznej obronie organizmu. Ponieważ nie jestem uzdolniona pod względem przekazywania swych myśli i wiedzy, być może treść nie jest zbyt płynna i bogata. Staram się przekazać wszystko, co ważne w sposób bardzo prosty i łatwy do przyjęcia przez osoby nie interesujące się biologią głębiej. W czwartym wydaniu tej książki, które przygotowuję będzie dużo więcej informacji, ale pod względem czysto biochemicznym. Będę szczęśliwa, jeśli w czytelniku uda mi się pobudzić zainteresowania w/w dziedzinami nauki.

Agnieszka Węgrzyn

ROZDZIAŁ 4
PRZYCZYNY I SKUTKI NOWOTWORÓW

4.1. Proces powstawania komórki nowotworowej, budowa i funkcje

Choroby nowotworowe istnieją tak długo jak pojawiły się żywe organizmy na naszej planecie. Stanowią naturalne skutki nieprawidłowości DNA komórek. Hipokrates pisał o chorobach pod nazwą – karkinoma, czyli obecnie nazwanych nowotworem, już w latach 460-370 p.n.e. Pierwsze leki wówczas stosowane to czosnek i arszenik. Nazwa – rak (*carcinoma*) pochodzi od słowa w języku greckim – karkinos (krab morski, rak) oraz od słowa w języku łacińskim – cancer (*kancer* – skorupiaki). Te słowa stały się wyjściowymi do powstawania wielu innych związanych z nowotworem. Onkos – guz (greckie słowo określające: grudę, masę itp.) oraz nowe już słowo – onkologia (nauka o guzach, masie nowotworowej).

„(...) Według Światowej Organizacji Zdrowia – WHO na świecie rocznie zapada na nowotwory ok. 11 mln ludzi, a liczba ta w ciągu najbliższych 20 lat ma się podwoić. W Polsce liczba nowych zachorowań, w ciągu roku wynosi ok. 130 tysięcy osób, a prognozy specjalistów wykazują, że za dziesięć lat będzie to już 160 tysięcy. Nasz kraj zajmuje dalekie, bo aż 22 miejsce wśród państw Europy pod względem skuteczności leczenia nowotworów. (...) Problem tkwi w funduszach, których brakuje w służbie zdrowia, dlatego polskich placówek medycznych nie stać na stosowanie niektórych dostępnych w innych krajach metod leczniczych. Każdego roku aż 85 tysięcy Polaków umiera z powodu nowotworu, a tylko 30% dorosłych i 75% dzieci zostaje całkowicie wyleczonych. Dla porównania odsetek osób, które pokonały raka, wynosi w USA 60%, a w krajach Europy Zachodniej 50% (...),”²

Choroba nowotworowa polega na niekontrolowanej replikacji i wzroście komórek danego organizmu. Zaburzenia kontroli są wynikiem uszkodzeń prawidłowej sekwencji DNA, określonej komórki. Każda komórka ma w swoim DNA zapisane informacje, mówiące, co i jak oraz kiedy powinna robić. Jest to tym samym, czym oprogramowanie w komputerze. Jeśli do oprogramowania dostanie się „wirus”, to komputer przestaje działać prawidłowo, często nadaje się do wyrzucenia.

W przypadku komórki informacje to geny. Uszkodzenie DNA może być wynikiem oddziaływania substancji chemicznych lub fizycznych oraz wirusów, a także efektem dziedzicznych nieprawidłowości. Wszystkie szkodliwe czynniki to mutageny (powodują zmutowanie komórek). Antygeny chemiczne wchodzi w reakcje z DNA, w komórce. Do DNA dostają się z zewnątrz, przez błony komórkowe. Przyczyną uszkodzeń prawidłowego

² Łukasz Czarnocki, Trudna walka z nowotworami, Magazyn o nauce, technice, ludziach i odkryciach 21 Wiek, str. 62-63, 01.01.2010r.

DNA, są też błędy powstające w czasie jego podziałów. Czynniki fizyczne uszkodzające DNA to promieniowanie UV (ultrafioletowe) i promieniowanie jonizujące (o wysokiej energii, wchłanianej przez cząsteczki w komórce). Uszkodzenia DNA zachodzą prawie nieprzerwanie, ale następstwa są różne. W miarę średnie są naprawiane (z użyciem dużej ilości energii), przed replikacją DNA. Jeśli się to nie udaje, kończy się apoptozą. Na takie sytuacje, są zakodowane informacje (przepisy), w DNA każdej komórki, a zwłaszcza w komórkach układu immunologicznego, które biorą udział w akcjach ratunkowych i oczyszczania terenów z resztek zbędnych.

Bardzo często zdarza się, że zachodzą mutacje punktowe (minimalne), na małym obszarze DNA i nie wpływają drastycznie na aktywność białek. Aczkolwiek, mogą wywoływać różne wady budowy i funkcji organizmu. Takie mutacje mogą być przekazywane z pokolenia na pokolenie (mutacje dziedziczne). Zmutowane komórki stają się bardzo niebezpieczne, gdy uszkodzeniu uległy dodatkowo geny odpowiedzialne za podziały komórkowe oraz czas (długość) życia danej komórki. Takie komórki nazywane są nowotworowymi (nowe twory). Mutacje nowotworowe zachodzą w komórkach somatycznych (mogą być także dziedziczne). Najnowsze prace naukowe dają nowe światło na przyczyny i mechanizmy nowotworzenia. Te odkrycia mówią o istnieniu podstawowego mechanizmu nowotworowych transformacji (przeobrażeń), o nabytych (rzadziej dziedzicznych) mutacjach, w określonych grupach genów. Istnieją trzy ważne grupy genów nowotworowych:

- **Onkogeny** – w procesie ontogenezy dochodzi do zmutowania protoonkogenów, które nie będąc jeszcze mutantami, regulują prawidłowe podziały komórek i wydają nakaz lub zakaz apoptozy.
- **Geny supresorowe** – jeśli nie są uszkodzone, to pilnują stabilności genetycznej w komórce. Białko p53 jako supresor jest nazywane „strażnikiem genomu”, ponieważ zapobiega transformacjom nowotworowym komórek. Jeśli białko p53 ulegnie uszkodzeniu, to przestanie prawidłowo kontrolować stan innych genów (samo stanie się mutantem) i transformacje nowotworowe zaczną przebiegać bez zakłóceń, a wręcz efektywniej. W większości nowotworów obserwuje się uszkodzone p53.
- **Geny mutatorowe tj. stabilizujące** – jeśli nie są uszkodzone, to naprawiają uszkodzenia w innych DNA będące wynikiem działania kancerogenów. Te naprawy polegają na wycinaniu nukleotydu, zasady oraz na rekombinacji homologicznej, w obrębie DNA. Czyli wycinają uszkodzony kawałek DNA, a następnie robią wymianę

fragmentów nici pomiędzy dwoma odcinkami DNA, o podobnej lub identycznej sekwencji nukleotydów. Niestety, jeśli geny stabilizujące zostaną uszkodzone, to nie przeprowadzą napraw DNA i wówczas rośnie bardzo szybko ilość mutacji w różnych genach.

Aby powstała komórka nowotworowa i nie została zlikwidowana przez układ immunologiczny, muszą być spełnione ważne czynniki:

- Utrata wielu prawidłowych genów.
- Liczne i długotrwałe powielanie zmutowanych genów.
- Brak antygenów rozpoznawanych przez komórki układu odpornościowego.
- Hamowanie odpowiedzi na sygnały przeciwnowotworowe.
- Bardzo mała ekspresja (lub jej brak) na powierzchni komórek nowotworowych, cząsteczek MHC klasy I, co przeciwdziała rozpoznaniu przez limfocyty T.
- Możliwość wywoływania apoptozy limfocytów T, poprzez ich zwabianie i przyłączanie
- Modulacja antygenowa będąca efektem następujących mechanizmów:
 - występowanie na powierzchni komórek nowotworowych warstwy ochronnej, w postaci cząsteczek, które maskują antygeny nowotworowe
 - eliminowanie komórek nowotworowych, wrażliwych na działania immunologiczne organizmu
 - reakcje z przeciwciałami swoistymi przeciwnowotworowymi, co prowadzi do powstania kompleksów antygen-przeciwciało
- Mechanizm „prześlizgu”, - przyrost masy guza nowotworowego jest szybszy od wykształcania się efektywnej odpowiedzi układu immunologicznego. Jest to skutkiem bardzo szybkich i licznych podziałów komórek zmutowanych.
- Aktywność immunosupresyjna nowotworu – komórki nowotworowe rosnącego guza wydzielają różne substancje, blokujące reakcje cytotoksyczne oraz funkcje ze strony komórek NK. Interesujące jest tu podobieństwo z inną sytuacją. Jeśli biorca przeszczepianej tkanki jest poddany po operacji przez wiele lat lekom immunosupresyjnym, to często choruje na nowotwory, będące skutkiem hamowania układu immunologicznego (najczęściej nowotwory wywoływane przez wirusy). W przypadku przeszczepów tkanek lub narządów od dawcy do

biorcy, trzeba farmaceutycznie hamować działanie układu immunologicznego przeciw obcym przeszczepionym komórkom. Jeśli to nie zostanie przeprowadzone, to przeciwciała swoiste i limfocyty należące do biorcy, zniszczą komórki od dawcy, wykrywając na nich antygeny, a więc przeszczepiony organ zostanie uśmiercony. Może być też taka sytuacja, że bardziej agresywne okażą się komórki wszczepionego organu i zaatakują biorcę. Będzie to rodzajem samoobrony, w obcym otoczeniu. Wówczas to organizm biorcy narażony jest na uszkodzenia. Ale wracając do kwestii odrzucania tkanki wszczepionej, to obserwacje w transplantologii wykazały, że właściwie do końca jeszcze nie wiadomo, w którym momencie odrzucania przeszczepu bardziej aktywne są czynniki komórkowe, a kiedy humoralne. Aby zmniejszyć ryzyko odrzucenia przeszczepu, stosuje się u biorcy środki immunosupresyjne, niestety wówczas biorca narażony jest na działanie wielu różnych antygenów (wirusy, bakterie, komórki nowotworowe obce i własne itp.). Stosuje się wobec tego, wywoływanie u biorcy stanu tolerancji, tylko wobec antygenów od dawcy (tolerancja transplantacyjna). Wówczas inne antygeny są wychwytywane i biorca jest bezpieczny. Bardzo ważne jest przetaczanie krwi dla biorcy, jeszcze przed dokonaniem przeszczepienia tkanki. Ten sam efekt, co podawanie krwi następuje po podaniu biorcy limfocytów B od dawcy. Gdyby dokładnie zbadano i poznano mechanizm indukcji tolerancji na wybrane geny, to byłoby możliwe opracowanie metody hamowania tej tolerancji na antygeny nowotworowe. Guzy nowotworowe byłyby traktowane jak obce tkanki dawcy, przy przeszczepie.

- Zmienność ekspresji nowotworowych antygenów – ciągłe zmiany w DNA komórek nowotworowych, w obrębie guza oraz różnice fenotypowe (zespół cech komórek), między pierwszymi komórkami zmutowanymi, a następnymi tworzącymi przerzuty, staje się mechanizmem ciągłego „unikania”, już zaistniałej pamięci antynowotworowej układu immunologicznego. Oznacza to, że zapisane chemicznie informacje, jakie komórki trzeba niszczyć, okazują się nieaktualne.
- Odporność genetyczna – często spotykana choroba, polegająca na wrodzonej tolerancji immunologicznej. Jest to uwarunkowany genetycznie brak zdolności układu immunologicznego do wykonywania odpowiedzi na różne rodzaje i typy antygenów. Ta wada organizmu czasami chroni komórki nowotworowe lub antygeny je wywołujące.
- Stres długotrwały – (stres przedstawiony jest w podrozdziale 3.11.5. Układ

limbiczny) stres składa się z 3 etapów: faza alarmowa, adaptacyjna, wyczerpania. Każdy z w/w stresorów wywołuje zaburzenia homeostazy w organizmie, a także wyzwała silne reakcje obronne. Reakcje te obejmują wzrost ilości hormonów kory nadnerczy: adrenaliny, sterydów. Kory nadnerczy wytwarzają duże ilości sterydów w odpowiedzi na sygnały z przysadki mózgowej, która odpowiada na informacje o zagrożeniu, wydzielając adrenokortykotropinę (ACTH). Właśnie ACTH ma wpływ na produkcję sterydów w nadnerczach. Jeśli reakcje obronne nie pomagają, a organizm nadal czuje zagrożenia, następuje faza wyczerpania. Organizm ulega wielu poważnym uszkodzeniom: choroby układu krążenia, pokarmowego, reumatyczne, układu nerwowego, a także choroby nowotworowe. Pod wpływem stresu uszkodzeniom ulega hipokamp mózgu (efekt wzrostu ilości hormonów sterydowych, wytwarzanych przez korę nadnerczy). Niestety zaburzenia homeostazy osłabiają znacznie system immunologiczny, a to stwarza idealne warunki do tworzenia się komórek nowotworowych i ich namnarzania.

- Strach – powoduje hormonalne odpowiedzi na czynniki zagrożenia organizmu. Naukowiec Isaac Marks twierdzi, że strach powoduje cztery rodzaje strategii: bezruch (zastyganie), wycofanie się (ucieczka), poddanie się, agresja (zastraszenie lub atak). Organizm reaguje na strach produkcją opiatów w mózgu, w celu znieczulenia bólu uszkodzeń mechanicznych w czasie walki. Wszystkie narządy i układy otrzymują informacje i następuje napięcie mięśni brzucha, wzrost pracy układu krążenia, wydzielanie potu, suchość w ustach. Długotrwały strach przechodzi w silny długotrwały stres i powoduje uszkodzenia organizmu. Efektami długotrwałego strachu i stresu jest depresja i/lub nerwica.

Tabela 25. Różnice i podobieństwa pomiędzy komórkami nowotworowymi.

Lp	Cecha	Złośliwe	Łagodne
1	Wzrost guza	Wzrost bezładny, naciekanie otoczenia, innych tkanek, przerzuty na obszar całego organizmu, tworzenie przerzutowych ognisk. Czasami złośliwy guz nie czyni przerzutów	Wzrost łagodny, uporządkowany, zgodnie z architekturą tkanki, z której zmutowane komórki pochodzą. Brak nacieków do innych tkanek i miejsc. Brak przerzutów, guz bardzo mocno fizycznie wyodrębniony od

Podsumowując mogę przedstawić w kilku punktach, to, co moim zdaniem wywołało u mnie samoistną regresję nowotworu (bez przedstawiania tu szczegółowych analiz biochemicznych, ze względu na czytelnika, który niekoniecznie tą dziedziną interesuje się dogłębnie):

- Całkowite pokonanie strachu przed możliwością zgonu.
- Pokonanie stresów, poprzez odizolowanie się od świata rzeczywistego.
- Uznanie ewentualnego zgonu za odzyskanie wolności.- wywoływanie i wzmacnianie emocji typu: radość, szczęście, przyjemność, poczucie bezpieczeństwa.

Te trzy czynniki stanowiły podwaliny do zahamowania rozwoju nowotworu. Mogę tu podać prawie identyczny przypadek, gdy mężczyzna w wieku ok. 70 lat, będąc w stanie niemal agonalnym z powodu nowotworu, nagle dowiedział się, że wygrał w toto-lotek samochód osobowy, o którym marzył całe swe życie i w efekcie tej radości nowotwór znikł, w ciągu kilkunastu dni. Do dziś żałuję, że nie zapisałam nigdzie danych tego mężczyzny, bo jego przypadek jest jednym z wielu podobnych, gdy nagle silne emocje przestawiają cały organizm na inne tory chemiczne.

Nagle, silne emocje można wywołać u siebie, dokonując intensywnych przemyśleń na określony temat, zależnie od potrzeb i celu. Czynnikiem wywołującymi emocje mogą być dźwięki (np. muzyka), obrazy, zapachy, treść słów i całych zdań, dotyk itp. W moim przypadku dobieierałam takie czynniki, które wzbudzały emocje radości i poczucia bezpieczeństwa. Muzyka dobieierana była tego rodzaju, który został zakodowany z lat młodości i kojarzył się z czymś przyjemnym, bezpiecznym. Podobnie inne czynniki.

Z chemicznego punktu widzenia, likwidując strach, a wywołując radość, obniżyłam poziom adrenaliny i kortyzonu, a podwyższyłam wydzielanie endorfin. Wzrosła ilość wytwarzanej serotoniny. Rola kortyzonu jest tu istotna, ponieważ wraz z kortykosteronem to najważniejsze glikokortykoidy, sterujące metabolizmem węglowodanowym w naszym organizmie. Wraz ze wzrostem ilości kortyzonu rośnie szybkość przemiany materii i wzrasta ilość wytwarzanej glukozy, rośnie też poziom cukru w krwiobiegu. Nadmiar kortyzonu znamy jako hiperglikemię. Zachodzi tu także proces aktywacji katabolizmu białek. Kortyzon działa też przeciwwzapalnie. Wiadomo, że glukoza to podstawa do szybkich podziałów i ogólnie życia komórek, zwłaszcza nowotworowych, które glukozy potrzebują dużo więcej, ponieważ ich podziały są chaotyczne i szybkie. Poziom glukozy dla zdrowych komórek

normalny i odpowiedni, dla komórek zmutowanych może oznaczać śmierć. I odwrotnie ilość glukozy niebezpieczna dla komórek prawidłowych, jest życiodajna dla komórek nowotworowych.

Duża ilość kortyzolu wzmaga podziały zmutowanych komórek nowotworowych. Nie miałyby to znaczenia, gdyż jednocześnie kortyzon działa przeciwzapalnie, ale budowa guzów nowotworowych napędza stany zapalne (proces martwicy ze zniszczonych naczyń krwionośnych wewnątrz guzów). Tak więc wzrost działań przeciwzapalnych kortyzolu nie ma tu znaczenia, a jedynie jego działanie napędzające namnażanie się komórek zmutowanych jest tu istotne, jako właśnie nadrabianie strat komórek niszczonej wewnątrz guza. Ze względu na rolę kortyzolu starałam się doprowadzić do sytuacji wręcz jego niedoboru, a przynajmniej hamowania jego wzrostu ilości. Stany zapalne hamowałam i pomniejszałam poprzez odpowiednie składniki dostarczane drogą pokarmową. Podobnie jak kortyzon działa adrenalina, podwyższając ilość glukozy. Kortyzon i adrenalina czynią tak w odpowiedzi na sytuację stresu/strachu, w celach obronnych przeciw zagrożeniom z zewnątrz. Dlatego w chorobie nowotworowej należy niwelować emocje typu strach, lęk, stres.

W taki sposób kortyzon i adrenalina bronią cały organizm, łącznie z komórkami nowotworowymi, którym dostarczają glukozę na szybsze podziały i rozwój. Jest to hormonalna reakcja na wyimaginowane zagrożenie z zewnątrz, a buduje i wzmacnia zagrożenie wewnętrzne – komórki nowotworu.

Istotna jest tu rola NADH (dinukleotyd nikotynoamidoadeninowy [NAD] – forma zredukowana). Jak wiadomo NADH pracuje w procesach wytwarzania energii, z wykorzystywaniem tlenu w mitochondriach oraz, w glikolizie beztlenowej. Istnieje w komórkach wszystkich żywych organizmów, decyduje o funkcjonowaniu najważniejszych narządów np. mózgu. Ilość NADH w mózgu zależy od ilości pokarmu, który ten związek dostarcza (papryka, cebula, marchew, drożdże, surowe mięso, ryby – wszystko w stanie surowym). NADH oddziałuje na wzrost wytwarzania neuroprzekaźników: serotonina, dopamina, adrenalina. Ilość adrenaliny u mnie była ustabilizowana świadomym hamowaniem emocji strachu. Równoległe nie mogła pojawić się depresja i agresja. Ilość serotoniny nie była podniesiona do przesadnych poziomów, ponieważ wywołałoby to wiele zaburzeń, ale była utrzymywana w dość dobrym poziomie. Duże nadmiary serotoniny mogą spowodować pojawienie się stanów lękowych – występują w przypadku anoreksji, a także mogą napędzać podziały komórek nowotworowych w przypadku raka piersi. Dlatego stany emocjonalne nie powinny być wzmacniane dodatkowymi lekami zawierającymi np. serotoninę.

NADH to także jeden z najsilniejszych związków działających przeciwutleniająco, silniejszy niż witaminy: C, E, A. Działa naprawczo i dostarcza energię, która jest w chorobach nowotworowych bardzo mocno zużywana przez zmutowane komórki. Wprowadzając organizm w stan emocji typu radość oraz zadowolenie, musiałam odpowiednio podnosić i utrzymywać ilość NADH, czemu służyło odpowiednie dobranie pokarmu. Jak wiemy, emocje to chemia i aby je utrzymać, należy dostarczać odpowiedni pokarm. Pod względem finansowym dopasowany pokarm okazuje się dużo tańszy, niż ten niegdyś kupowany, a wręcz zabójczy dla organizmu, z punktu widzenia biologii. W moim przypadku na pokarm wydawałam w latach 2006-9r. ok. 500,00 zł. miesięcznie. Obecnie ok. 600,00 zł. (wzrosły ogólne ceny na rynku spożywczym). Nadal odżywiam się raczej skromnie i staram się nie dopuścić do otyłości, co niestety dotyczyło mego ojca, gdy przestał wykonywać różne fizyczne prace. Moim marzeniem jest powrót w celu zamieszkania na teren wiejski, gdyż tam czuję się najlepiej, a żywność pochodząca z własnego ogrodu może być najodpowiedniejsza.

Następne ważne czynniki to:

- Uwidacznianie i nie hamowanie emocji – w celu utrzymania już rozpoczętych reakcji organizmu.
- Spędzanie czasu na realizacji wszystkiego, co kochaliśmy robić jako dziecko – emocje są zakodowane już w okresie dziecięcym, a wywoływana u dorosłych jako skojarzenia.
- Odpowiednie dostosowanie żywności do potrzeb organizmu (regulacja ciśnienia, hamowanie stanów zapalnych, pomniejszanie obrzęków, wyrównywanie braków w mikro i makroelementach itd.).
- Pełnienie domowych zadań w jak najbardziej odpowiedni sposób, ale bez nadmiarów.
- W miarę fizycznych możliwości wykonywanie dużo fizycznego ruchu, w chłodnym środowisku, chłodzenie i dotlenianie mieszkania – dotlenianie organizmu.
- Kąpiele w wodzie lekko wyższej od temperatury ciała (ok. 38^o) – zawsze temperatura wody powinna regulować temperaturę ciała, czyli jeśli jest nam zimno możemy użyć cieplej kąpieli, jeśli jesteśmy zbyt rozgrzani – chłodną. Ale zawsze trzeba uważać, by różnice temperatur nie były zbyt wysokie, gdyż efekty mogą być tragiczne, nawet dla osób w pełni zdrowych – termoregulacja organizmu.

Z chemicznego punktu widzenia najważniejsze, co jest do zrobienia w przypadku nowotworowej choroby, to hamowanie podziałów zmutowanych komórek, na drodze regulowania ilości kilku w/w hormonów. Tak to wygląda w moim przypadku, a także innych, gdyż należymy do tego samego rodzaju żywych organizmów.

Interakcje układów hormonalnego i immunologicznego stanowią od jakiegoś czasu centrum uwagi i badań na płaszczyźnie onkologii. W wydanej, w roku 2008 książce pt.: „Podstawy Immunologii” autorów W. Ptak, M. Ptak, M. Szczepanie, w rozdziale 17 – Nieswoiste czynniki endogenne i egzogenne regulujące odpowiedź immunologiczną, czytamy: „(...) Liczne badania wykazały, że odpowiedź immunologiczną [zarówno swoistą, jak i nieswoistą] da się regulować przez wytworzenie klasycznego odruchu warunkowego. Kilkukrotne zastosowanie skojarzenia czasowego między bodźcem zewnętrznym, warunkowym [np. podanie pokarmu, bodziec mechaniczny, chemiczny, akustyczny lub świetlny] a bezwarunkowym [podanie antygeny] pozwala na uzyskanie podwyższonego miana przeciwciał lub zahamowania odpowiedzi, w zależności od protokołu doświadczenia, po zaaplikowaniu jedynie bodźca zewnętrznego. Również u ludzi wykazano możliwość wzmocnienia odpowiedzi immunologicznej zarówno naturalnej, jak i nabytej przez zastosowanie odruchu warunkowego na obojętny bodziec. (...). Wiele danych, również eksperymentalnych, świadczy, że także wyższe piętra układu nerwowego mają wpływ na system immunologiczny. (...)Szczerólnie silne obniżenie funkcji immunologicznych obserwowano u kosmonautów i u polityków w sytuacjach kryzysowych. Limfocyty studentów w czasie sesji egzaminacyjnej wytwarzają mniej IFN- γ , zredukowana jest też aktywność komórek NK. U osób po utracie najbliższych notuje się osłabienie odporności oraz zwiększoną śmiertelność. We wszystkich opisanych przypadkach działanie stresu wynika najprawdopodobniej z uruchomienia osi podwzgórze-przysadka-nadnercza i wytwarzania kortykosteroidów. Odwrotnie, stres pozytywny może wielokrotnie zwiększać reaktywność limfocytów (...). Pojawiły się nawet doniesienia, że pacjenci z nowotworami intensywnie myślący o tym, jak ich białe krwinki niszczą komórki raka, mają większą szansę na wyleczenie. (...),,

Można u alergika wywołać atak astmy tylko pokazując mu coś sztucznego, na co jest uczulony, można też wywoływać reakcje innego rodzaju. Okazuje się, że mechanizm warunkowania pracuje przygotowując organizm na sytuacje, które często się powtarzają. Przykładem może być wzrost odporności oraz zwalczanie wirusów i bakterii, w czasie zmian

pogodowych. Częste schorzenia w okresie wiosny i jesieni są tu dobrym przykładem. Stany zapalne układu oddechowego zapobiegają tu poważniejszym ubytkom zdrowia i namnażaniu wirusów lub bakterii powodujących te zapalenia. Co ciekawe, nawet nagłe zmiany pogody w okresie letnim wywołają typowe reakcje organizmu, czyli stan zapalny układu oddechowego, lub ogólnie całego organizmu (pomimo braku wirusów lub bakterii). Właśnie tego typu zdolności naszego organizmu można wykorzystywać w walce z chorobą nowotworową.

Wywołanie w organizmie emocji przeciwstawnych wobec strachu, lęku, stresom negatywnym, daje w efekcie spadek kortyzolu, a co za tym idzie apoptozę komórek nowotworowych (samobójstwo z powodu „niedożywienia,,). To wywołanie emocji antylękowych odbywa się dzięki zastosowaniu sygnałów zewnętrznych (wcześniej wymienione). Wiele tych sygnałów wywołuje odruchy bezwarunkowe, ale są też takie, które można nazwać warunkowymi, gdyż zostały nabyte we wczesnych latach naszego życia oraz trochę później. Układy: nerwowy, hormonalny i immunologiczny potrafią odpowiadać na nagłe zmiany płynące z zewnątrz, w postaci sygnałów różnego rodzaju, co może prowadzić do nagłych samobójstw zmutowanych komórek nowotworu oraz ich rozpoznawania przez limfocyty. To zjawisko nie jest nadal do końca poznane, ale istniało prawdopodobnie od początków pojawienia się kręgowców.

Jako ciekawostkę mogę tu przedstawić też sytuację, gdy spowodowałam trzy silne stany zapalne swego organizmu, już w czasie, gdy nowotwór znajdował się w fazie zaniku. Były to dwa silne stany grypy i okoliczności użębiania. Miałam za cel przyspieszenie niszczenia pozostających jeszcze przy życiu resztek komórek czerniaka. Można to porównać do zastosowania chemioterapii po chirurgicznym usuwaniu guza itp. Tyle, że tutaj nie były stosowane związki chemiczne, ale wirusy grypy i nagły wysoki wzrost temperatury ciała (39-40°C). Wcześniej odpowiednio swój organizm przygotowałam, tak by nie uległ uszkodzeniom. Oczywiście mogły się pojawić poważne powikłania, ale tak jak już wcześniej wspominałam, tego typu działania wynikają u mnie z moich prywatnych zainteresowań i proszę, by czytelnik nie odbierał tego jak wzór do powtarzania. Opisuję tu własne doświadczenia wynikające z procesu opanowania rozwoju nowotworowej choroby, by czytelnik zobaczył jak wiele jest różnych czynników, które mogą nowotwór hamować.

Dziś nadal podtrzymuję wymienione tu działania, w kwestii panowania nad emocjami jedynie w kwestii pokarmu pozwalałam sobie wypić dziennie 2-3 małe kawy (mam wrodzone bardzo niskie ciśnienie). Wielu przyjaciół twierdzi, że jestem jak nastolatka, zawsze się śmieję i nic mnie nie jest w stanie zasmucić. No cóż, uszkodzenia lewej półkuli mózgu też

odegrały tu dużą rolę (zmiany osobowości itp.). Właściwie jestem szczęśliwa, że otrzymałam od natury, taki wspaniały prezent, jakim jest czerniak, no i guzy w mózgowiu. Przez tą chorobę uwolniłam się od rodzaju pracy, jaka mnie nigdy nie interesowała, a mogę robić to, co od dziecka uwielbiałam – pogłębiać wiedzę z dziedziny biochemii. Nie znam strachu i czuję się jednością z całym wszechświatem (skutek uszkodzenia odpowiedniego terenu mózgu), jestem szczęśliwa.

Teraz szukam odpowiedzi na pytanie – jak działa mechanizm mózgu, który powoduje, że w stanach agonalnych widzimy różnorodne obrazy, czujemy zapach, smak, słyszymy dźwięki itp. Pobieźnie wiem, jakie są tego zasady, ale interesuje mnie jak mózg rozmawia sam ze sobą, czyli jak rozmawiają pomiędzy sobą komórki, tkanki itd. Obrazy, dźwięki, zapachy itp. to tylko symbole, coś w rodzaju „chemicznych i elektrycznych liter,, . Zaczęło mnie to zastanawiać, od chwili, gdy po jakimś czasie pojawiły się ogromne ilości guzów w miejscach, które palcami dłoni pokazywali mój ojciec i dzieci, w zwiadach podczas operacji mózgu. Miejsca pokazali z dokładnością milimetrową. Była to niesamowita rozmowa pomiędzy mózgiem, a resztą organizmu. Obrazy były zapewne losowo dobierane, z powodu ich pierwotnych znaczeń (np. palec pokazuje małe miejsce – punkt).

Jest jeszcze inne ważne pytanie, które nadal nie ma odpowiedzi. Dotyczy zgonu mojego ojca. Kiedy umierała moja babcia, poprosiłam, by przyszła do mnie trzy dni po zgonie i odpowiedziała na pytanie – babcia obiecała, że to zrobi. Kiedyś babcia wychowywała mnie w wiosce, gdzie często starzy ludzie snuli opowieści o różnych pogrzebowych sprawach, więc zapamiętałam te ciekawsze i zrealizowałam. Faktycznie babcia na trzecią noc od zgonu przysniła mi się. Sen był czymś pomiędzy stanem czuwania. Zadałem pytanie wobec siedzącej w fotelu babci – co mnie czeka ?

Babcia odpowiedziała – sześć i sześć, i wszystko się zmieni ! – chciałam wiedzieć, co się zmieni, ale babcia pogroziła mi laską i przestraszona obudziłam się. Rano powiedziałam rodzicom o swym śnie. Po roku mój ojciec zmarł. Wtedy przypomniałam sobie, że babcia powiedziała tą właśnie datę – 6 i 6 = 12 (miesiące). Babcia zawsze coś licząc mówiła np. dwa i trzy, a daje pięć itp. Nie mówiła „dodać,, lecz „i,, . Dziś zastanawia mnie jak mój mózg potrafił kontaktować się z organizmem ojca i odebrać dokładne dane, co do daty zgonu, czyli długości możliwego przeżycia. Babcia była tu zapewne takim symbolem „literami,, . Jestem pewna, że wszystko można wyjaśnić drogą logiki, ale niestety nadal nasza wiedza z dziedziny biofizyki i biochemii jest zbyt mała.

Czytelnikowi życzę powodzenia w walce z chorobą nowotworową, bo nie musi być

śmiertelną, ale może stać się jedynie przewlekłą lub całkowicie zniknąć. Nie wiem nawet, czy słowo – walka – jest trafne, bo nowotwór jest częścią naszego organizmu, może więc lepiej powiedzieć – naprawa, regulacja, wyczyszczenie itp. Chętnych do spotkania lub rozmowy zapraszam – moje dane w posiadaniu wydawnictwa PPHU „PRNJAVOR„. Chętnie podzielę się swymi doświadczeniami i umocnię w przekonaniu, że naprawdę istnieję, żyję i nie jestem kimś wyjątkowym, lecz bardzo pospolitym osobnikiem, a to jest bardzo ważne dla ludzi pogrążonych w strachu przed swą chorobą. Oczywiście część osób chorujących na nowotwór umiera, ale do chwili zgonu nikt raczej nie odważa się powiedzieć choremu, że umrze na 100%, chyba, że jest Bogiem-wszystko-wiedzącym, lub za niego się uważa. Bardzo podoba mi się wypowiedz Jezusa sprzed 2 tyś. lat:

**„ Pan mówi – Bo góry mogą ustąpić
i pagórki się zachwiać,
ale Miłość Moja
nie odstąpi od ciebie...”**

Iz 54, 10

Można tylko dodać – nie odrzucajmy tej miłości, poprzez zwątpienie,
bo pustkę zapełni strach, który daje życie nowotworowym komórkom.

Bibliografia

1. Acosta V. i inni, *Podstawy fizyki współczesnej*, PWN, Warszawa 1981.
2. Adamczewski I., *Fizyka medyczna i elementy biofizyki*, PZWL, Warszawa 1969.
3. Bańkowski C., Serwatka J., *Pożyteczne chwasty*, PZWL, Warszawa 1977.
4. Berg M. J., Tymoczko L. J., Stryer L., *Biochemia*, PWN, Warszawa 2007.
5. Berlit P., *Neurologia. Kompendium*, PZWL, Warszawa 2008.
6. Broda B., *Zarys botaniki farmaceutycznej*, PZWL, Warszawa 1986.
7. Cymborowski B., *Zegary biologiczne*, PWN, Warszawa 1984.
8. Dawkins R., *Rzeka genów*, Wyd. CiS, Warszawa 2007.
9. Dołowy K., *Fizyka dla przyrodników*, Wyd. SGGW, Warszawa 1995.
10. *Genetyka molekularna*, pod red. Węgleński P., PWN, Warszawa 2008.
11. Gołąb B. K., *Podstawy anatomii człowieka*, PZWL, Warszawa 2005.
12. Gumowska I., *Pszczoly i ludzie*, Wyd. Warta, Warszawa 1984.
13. Hawking W. S., *Krótką historia czasu*, Zysk i S-K, Poznań 2000.
14. Hewitt P. G., *Fizyka wokół nas*, PWN, Warszawa 2000.
15. Irving W., Boswell T., Ala'Aldeen D., *Krótkie Wykłady. Mikrobiologia medyczna*, PWN, Warszawa 2008.
16. *Słownik fizyki*, pod red. A. Isaacs, Prószyński i S-ka, Warszawa 1999.
17. Koch C., *Neurobiologia na tropie świadomości*, WUW, Warszawa 2008.
18. *Krwotok podpajęczynówkowy*, pod red. Prusiński A., PZWL, Warszawa 1978.
19. Kurnatowski A., Woźniak L., Torzecki Z., *Histopatologia ogólna*, PZWL, Warszawa 1979.
20. Kuźnicka B., Dziak M., *Zioła i ich stosowanie*, PZWL, Warszawa 1984.
21. Lantanowicz L., Latosińska J., *Promieniowanie ultrafioletowe*, WSP im. T. Kotarbińskiego, Zielona Góra 2000.
22. LeDoux J., *Mózg emocjonalny*, Media Rodzina, Poznań 2000.
23. Malinowska A., *Biochemia zwierząt*, Wyd. SGGW, Warszawa 1999.
24. Muszyński J., *Ziołolecznictwo i leki roślinne (fitoterapia)*, PZWL, Warszawa 1958.
25. *Mózg a zachowanie*, pod red. Górską T., Grabowska A., Zagrodzka J., PWN, Warszawa 2006.
26. Orear J., *Fizyka*, PWN, Warszawa 1998.
27. *Encyklopedia fizyki współczesnej*, praca zbiorowa, PWN, Warszawa 1983.
28. Chmielewski H., *Międzynarodowy układ jednostek miar SI*, WSiP, Warszawa 1977.

29. Przystalski S., *Elementy fizyki, biofizyki i agrofizyki*, Wyd. UW, Wrocław 2001.
30. Roeske W., *Zarys fitoterapii (farmakologia i receptura ziół leczniczych)*, PZWL, Warszawa 1955.
31. Schimke N. R., *Genetyczne uwarunkowania podatności na nowotwory u ludzi*, PZWL, Warszawa 1984.
32. Schlegel G. H., *Mikrobiologia ogólna*, PWN, Warszawa 2008.
33. Sienko J. M., Plane A. R., *Chemia – podstawy i zastosowania*, Wyd. Naukowo-Techniczne, Warszawa 2002
34. *Tablice fizyczno – astronomiczne*, Wyd. Adamantan, Warszawa 2005.
35. *Tablice biologiczne*, Wyd. Adamantan, Warszawa 2008.
36. Trząski L., *Tablice biologiczne*, Park Sp. Z o. o., Bielsko- Biała 2005.
37. Trzebiatowski W., *Chemia nieorganiczna*, PWN, Warszawa 1979.
38. Turowska I., Olesiński A., *Zarys zielarstwa, t. I: Historia zielarstwa*, PZWL, Warszawa 1951.
39. Weiner J., *Życie i ewolucja biosfery*, PWN, Warszawa 2006.
40. Winter P. C., Hickey G. I., Fletcher H. L., *Krótkie wykłady. Genetyka*, PWN, Warszawa 2006.
41. *Ziółolecznictwo. Poradnik dla lekarzy*, pod red. Ożarowski A., PZWL, Warszawa 1980.
42. NEXUS, nr.5/16, 2008r.
43. Wiedza i życie: 7 lipiec 2007, 12 grudzień 2008.
44. 21 WIEK, 01 styczeń 2010.
45. Focus: październik/listopad 2008, marzec 2009.
46. ŚWIAT NAUKI: listopad 2007 nr 11(195), luty 2008 nr 2(198), grudzień 2008 nr 12(208), styczeń 2009 nr 1(209), luty 2009 nr 2(210), czerwiec 2009 nr 6(214), wrzesień-październik 2009 nr 1(10), czerwiec 2010 nr 6(226).
47. Biuletyn Puls Medycyny biuletyn@pulsmedycyny.com.pl 05.12.2009r., 28.04.2010r., 30.06.2010r.
48. TERMEDIA.PL termedia@mailing.termedia.pl 13.05.2010r., 17.05.2010r., 10.06.2010r., 14.06.2010r., 21.06.2010r.
49. Gazeta.pl Wiadomości 01.07.2010r.

Autorka Agnieszka Węgrzyn jest jak mówi, zwyczajną kobietą, matką dwójki dzieci. Jak każdy człowiek posiada swe zainteresowania, ale nigdy nie przypuszczała, że uratują jej życie. Przyroda była dla autorki ucieczką w inne wymiary, jak swego rodzaju baśń, którą czytała od najmłodszych lat, chodząc po łąkach, lesie i pomagając swej babci w pracach polowych oraz hodowlanych, w wiosce gdzie mieszkali. Jako nastolatka wczytywała się we wszystko, co związane z biochemią i biofizyką, szukając odpowiedzi na setki pytań. Im większą wiedzę zdobywała, tym bardziej była przekonana o ogromnych brakach w wielu dziedzinach nauki związanej z przyrodą. Jak dziś mówi – czułam się coraz bardziej ograniczona i niezaspokojona, rządzona nowych informacji, odpowiedzi na pytania, które dręczyły mnie nawet nocami.

Jako osoba dorosła zajmowała się zupełnie innymi działaniami niż związane z biologią. Dopiero poważna choroba w postaci czerniaka złośliwego, spowodowała, że autorka musiała cofnąć się w czasie i korzystając z rodzaju swych zainteresowań ratować zdrowie oraz życie.

Swe działania przedstawia w książce „ Nowotwór Można Pokonać,, ponieważ bardzo wielu ludzi znając przypadek autorki zadawało pytania, o sposób, jaki zastosowała, by uratować się od nowotworu. Postanowiła to opisać w formie prostej i zrozumiałej dla ludzi, którzy przyrodą nie interesowali się, a chcą coś więcej wiedzieć. Autorka jest obecnie w trakcie opracowywania publikacji na temat czerniaka, w formie skierowanej do osób zajmujących się onkologią zawodowo.

