

Autor bestsellera Soda – lecznicze właściwości

**JOD
KLUCZOWY
PRZY:**

Raku piersi

Chorobach
serca

Odporności

Niedoczynności
tarczycy

Funkcjonowaniu
mózgu

Autyzmie

Chorobie
Hashimoto

Chorobie
Gravesa-Basedowa

Raku

Ochronie
przed
promieniowaniem

Cukrzycy

Raku tarczycy

dr Mark Sircus

Samodzielna i bezpieczna terapia jodem

Naturalne, skuteczne panaceum
na poważne choroby



vital
GWARANCJA ZDROWIA

**Samodzielna
i bezpieczna
terapia jodem**

dr Mark Sircus

Samodzielna i bezpieczna terapia jodem

Naturalne, skuteczne panaceum
na poważne choroby



REDAKCJA: Irena Kloskowska
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TLUMACZENIE: Barbara Mińska
KOREKTA: Urszula Kielczewska

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2019
ISBN 978-83-8168-151-3

Tytuł oryginału: *Healing With Iodine: Your Missing Link To Better Health*

Reprinted by special arrangement with Square One Publishers,
Garden City Park, New York, U.S.A., Copyright © 2018 by Mark Sircus.

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2018
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinienes skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dłożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiekolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.vitalni24.pl – detal
strona wydawnictwa: www.wydawnictwovital.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.odzywianie24.pl

PRINTED IN POLAND

Spis treści

Wstęp.....	9
------------	---

CZĘŚĆ PIERWSZA

PODSTAWY DOTYCZĄCE JODU

1. Jod – kluczowy lek XXI wieku	19
2. Jod, metabolizm i tlen	33
3. Niedobór jodu	49
4. Jod to superlek przeciwwzakaźny	61

CZĘŚĆ DRUGA

STOSOWANIE JODU – PRZEWODNIK

5. Jod i chelatacja – metale ciężkie i halogeny jako trucizny ...	93
6. Zalecane produkty z jodem	107
7. Dawki i zastosowanie jodu	121
8. Czy radioaktywny jod-129 i jod-131 są bezpieczne?	147

CZĘŚĆ TRZECIA
SCHORZENIA I SPOSOBY LECZENIA

9. Jod i gruczoł tarczycy	161
10. Jod i selen dla zdrowia serca	185
11. Jod leczy i zapobiega nowotworom	195
12. Jod w leczeniu raka piersi i raka skóry	207
13. Jod w pediatrii	227
Podsumowanie	239
Źródła	241
O Autorze	249
Indeks	251

Tę książkę dedykuję doktorom
Davidowi Brownsteinowi,
Davidowi Derry'emu,
Guyowi Abrahamowi,
Donaldowi Millerowi Juniorowi
i Tullio Simonciniemu
za odwagę w przywracaniu jodu
jako uniwersalnego leku.

Wstęp

Ostatni artykuł w *New York Timesie* postawił pytanie: „Jak ważna jest sól jodowana w amerykańskiej i europejskiej diecie?”. Odpowiedź w najlepszym wypadku była zawiała, w najgorszym wprowadzała w błąd. „Większość Amerykanów, którzy stosują zróżnicowaną dietę, otrzymują wystarczającą ilość jodu, nawet jeśli nie używają soli jodowanej”. Nieprawda. Nawet jeśli do diety dodasz sól jodowaną, wciąż nie będzie to prawdą.

Według badania National Health and Nutrition Examination Survey poziom jodu u Amerykanów w ciągu ostatnich 40 lat spadł prawie o 50%. Co więcej, badania kobiet w wieku reprodukcyjnym wykazały, że prawie 60% Amerykanek ma niedobory jodu, a ponad 10% ma poważne niedobory. W rzeczywistości zapotrzebowanie na jod wzrosło z powodu nieustannej ekspozycji na halogenki – które znajdują się w tak powszechnych toksynach jak fluor i brom – których jest coraz więcej w naszym otoczeniu. Według Światowej Organizacji Zdrowia niedobór jodu dotyka 72% populacji świata.

The New York Times przyznał: „...niektóre ciężarne kobiety są zagrożone niskim poziomem jodu, co potencjalnie jest niebezpieczne dla ich dzieci”. Użycie słowa „niektóre” w tym

wersie jest niedopowiedzeniem, gdy weźmiemy pod uwagę, że 60% kobiet w wieku reprodukcyjnym ma niedobory jodu.

Doktor David Brownstein i jego partnerzy sprawdzili poziom jodu u ponad 6000 pacjentów na terenie Detroit i zdecydowana większość – ponad 97% – miała niedobory jodu. Brownstein mówi: „Niedobór jodu może być odpowiedzialny za epidemiczny wzrost zachorowań na raka piersi (jedna na siedem kobiet w Stanach Zjednoczonych ma obecnie raka piersi), prostaty, jajników, macicy, tarczycy i trzustki. Każdy z wymienionych rodzajów raka rośnie w tempie epidemicznym. Istnieje cały wachlarz chorób, które również rosną w tempie epidemicznym i mogą być reakcją na spadający poziom jodu, między innymi ADHD, zaburzenia tarczycy, łącznie z niedoczynnością i chorobami autoimmunologicznymi tarczycy, oraz torbiele piersi”.

W analizie National Health and Nutrition Examination Surveys umiarkowane i poważne niedobory jodu występują u znacznej części populacji Stanów Zjednoczonych, z wyraźnie rosnącym trendem w ciągu ostatnich 20 lat, spowodowanym przez ograniczone spożywanie jodowanej soli kuchennej. Razem z magnezem i selenem, jod jest minerałem, którego najbardziej brakuje w naszych organizmach. Jod jest niezbędny do syntezy hormonu tarczycy, ale enzymy selenozależne (dejodynazy jodotyroninowe) są również potrzebne do przekształcania tyroksyny (T_4) w biologicznie aktywny hormon tarczycy, trójjodotyroninę (T_3). Selen jest głównym minerałem odpowiedzialnym za przemianę T_4 w T_3 – niezbędne hormony tarczycy – w wątrobie.

Jod jest ważnym mikroelementem potrzebnym na każdym etapie życia, życie płodowe i wczesne dzieciństwo to etapy,

w których zapotrzebowanie jest największe. Jod metabolizowany jest w ludzkim organizmie poprzez serię etapów angażujących podwzgórze, przysadkę mózgową, tarczycę i krew.

Jod może być wykorzystany na wiele różnych sposobów, w zależności od sytuacji klinicznej. Może być podawany doustnie, stosowany na skórę, wdychany w nebulizatorze do płuc i stosowany w formie irygacji.

Choć oficjalnie uznawany jest za lekarstwo na wole tarczycowe, współczesne środowisko medyczne odwróciło się od stosowania jodu w leczeniu innych chorób, mimo że jest najstarszym lekiem alopaticznym, z powodzeniem stosowanym w medycynie przez 200 lat. Jod nie wywołuje problemów u ludzi, lecz choroby poprzez wypełnianie prawa odżywiania. Jod jest niezbędny dla ludzkiego rozwoju i zdrowia. Obecny w każdym organie i w każdej tkance ciała, jest absolutnie niezbędny dla zdrowej tarczycy, a także zdrowych jajników, piersi i prostaty. Oprócz zwiększonego ryzyka raka piersi u kobiet z niedoborami jodu, istnieją przekonujące dowody na to, że niedobory jodu zwiększają ryzyko raka tarczycy.

Nic nie jest w stanie zastąpić jodu. Jednak trujący fluor, brom i inne substancje imitujące halogeny wkraczają jako toksyczne substytuty i zakłócają fizjologię tarczycy. Co więcej, nic nie chroni przed radioaktywnymi izotopami jodu bardziej niż naturalny jod. Głównymi przyczynami osłabionego funkcjonowania tarczycy są drożdże candida, rtęć, fluor i niedobór jodu. Do lat 70. ubiegłego wieku lekarze przepisywali fluor jako lek hamujący funkcjonowanie tarczycy pacjentom z jej nadczynnością, mimo że fluor jest trucizną dla tarczycy. Obecnie nie możesz być rodzicem i nie mieć w domu jodu. Wszyscy rodzice muszą zrozumieć wagę jodu i to, jak go

używać, by chronić dzieci przed niebezpiecznym światem antybiotyków i szczepów bakterii opornych na antybiotyki. Jod chroni rodziców przed lekarzami przez zmniejszone zapotrzebowanie na niebezpieczne antybiotyki i szczepionki.

Jednak za tym, że leki odsunęły jod na dalszy plan, kryje się coś więcej. Historia stosowania jodu sięga stuleci, znacznie dalej niż stosowania wszystkiego, co obecnie stosują praktycy współczesnej medycyny. Leki farmaceutyczne wzięły szturmem apteki i wypchnęły skuteczne naturalne leki, takie jak jod i medyczna marihuana, dwa najpopularniejsze medykamenty 100 lat temu.

Podręczniki medyczne zawierają
tak wielkie dezinformacje na temat jodu,
że mogło to już skutkować śmiercią
i nieszczęściami ludzkimi w ilościach porównywalnych
ze skutkami obu wojen światowych łącznie.

— dr n. med. Guy E. Abraham

Według doktora Guya E. Abrahama, założyciela Projektu Jod: „Podstawowy pierwiastek jod przez ostatnie 60 lat po II wojnie światowej utrzymywany był w mrokach średniowiecza. Potrzebujemy leku na to ogromne zaniedbanie tego niezbędnego pierwiastka przez społeczność lekarską, szczątkowe informacje na jego temat w podręcznikach medycznych i szkalowanie go w publikacjach z dziedziny endokrynologii”. Doktor Abraham utrzymywał, że ponowne odkrycie jodu jako uniwersalnego leku jest bardzo ważne. Jod utrzymywał szano-

waną pozycję przez ponad 100 lat przed drugą wojną światową i teraz w końcu zaczynamy widzieć, dlaczego nie możemy bez niego żyć. Jod jest niezbędny, by przetrwać w XXI wieku.

Doktor Michael Zimmerman w swoim artykule w *The Journal of Nutrition* przedstawia historię zastosowania jodu we współczesnej nauce:

W 1811 roku Courtois zauważył fioletową parę unoszącą się nad żarzącym się popiołem glonów, a Gay-Lussac jednocześnie zidentyfikował parę jako jod, nowy pierwiastek. W 1813 roku szwedzki lekarz Coindet postawił hipotezę, że tradycyjne leczenie woli tarczycowych za pomocą glonów jest skuteczne ze względu na zawartość jodu i leczył pacjentów z wólami jodem. Dwie dekady później francuski chemik Boussingault, pracujący w Andach, został pierwszym orędownikiem profilaktyki woli tarczycowych z wykorzystaniem soli bogatej w jod. Francuski chemik Chatin jako pierwszy w 1851 roku opublikował hipotezę, że niedobory jodu są przyczyną woli tarczycowych. W 1883 roku Semon zasugerował, że obrzęk śluzowaty spowodowany jest niewydolnością tarczycy, a w 1896 roku ustalono związek pomiędzy wólami tarczycowym, obrzękiem śluzowym a jodem, kiedy to Baumann i Roos odkryli jod w tarczycy. W pierwszych dwóch dekadach XX wieku pionierskie badania szwajcarskich i amerykańskich lekarzy wykazały skuteczność jodu w zapobieganiu wólom i kretynizmowi. Szwajcarski program jodowania soli działa nieprzerwanie od 1922 roku.

Obecnie kontrola zaburzeń wywołanych niedoborem jodu jest integralną częścią większości narodowych strategii żywienia.

— Michael B. Zimmerman, wykładowca z Oxfordu, badacz Google

Niektórzy mogą powiedzieć, że zagarnięcie rynku przez leki farmaceutyczne jest nauką napędzaną przez biznes. Zastanów się nad tym: podczas gdy środowisko medyczne leczy pacjentów szczepionkami, lekami psychiatrycznymi, statynami i antybiotykami, te leki stworzyły serię szczepów bakterii opornych na antybiotyki, przez które coraz więcej ludzi umiera. W ciągu następnych kilku dekad setki milionów ludzi umrą z powodu infekcji wywołanych przez te bakterie, zatem lepiej nie dać się zaskoczyć brakiem jodu w domu.

Jod jest lekiem, który powinien być badany i stosowany w kontekście innych podobnych podstawowych leków, aby w połączeniu z innymi naturalnymi związkami chemicznymi dawał pacjentom i lekarzom większą siłę w zwalczaniu chorób. Gdy odwiedzamy ostry dyżur lub oddział intensywnej opieki medycznej, odkrywamy ukryte przed nami sekrety. Sekrety takie jak chlorek magnezu, wodorowęglan sodu i selen, wszystkie stosowane do ratowania życia w jednej sekundzie. I tak samo jod jest podstawowym lekiem, co oznacza, że nie możemy być bez niego zdrowi.

Ta książka ma za zadanie przedstawić jasne pojęcie uzdrawiających właściwości jodu. W części 1 poznasz podstawy dotyczące jodu jako kluczowego leku, jego wiele ról w leczeniu i zapobieganiu chorobom oraz dowiesz się o związku niedoboru jodu z poważnymi chorobami. Przyjrzymy się jo-

dowi jako lekowi odżywcemu, czynnikowi leczącemu i jego uzdrawiającym właściwościom. Ta część przedstawia powody, dla których warto myśleć o jodzie jak o superleku przeciwnakaznym, jak o zastępstwie dla szczepionek i antybiotyków i dlatego warto rozważyć go jako lek na raka.

Część 2 buduje podstawy zrozumienia i przedstawia wskazówki właściwego używania jodu oraz mówi o tym, jak jod zwalcza toksyny (metale ciężkie i trucizny halogenowe) w naszym organizmie. Znajdują się tam takie rekomendowane produkty z jodem, preparaty jodowe i sposoby stosowania, jak stosowanie na skórę, doustne, irygacje jodowe, a także zalecane dawki. Ta część analizuje również niebezpieczeństwa i ryzyko ekspozycji na radioaktywny jod (I-129 i I-131) oraz sposoby leczenia i zapobiegania zatruciu radioaktywnym jodem. Zobaczysz, że jod jest najlepszym antidotum na zatrucie promieniowaniem.

W części 3 przyjrzymy się dokładniej pewnym dolegliwościom i sposobom ich leczenia jodem. Ta część pozwala zrozumieć medyczny i biologiczny wpływ jodu. Bada przyczyny i sposoby leczenia oraz zapobiegania chorobom tarczycy, rakom (rakowi piersi i skóry) i chorobom serca. Dowiesz się również, dlaczego jod dla dzieci jest mądrzejszym wyborem niż antybiotyki i szczepionki przeciw infekcjom dziecięcym i wirusom. Ta część również przedstawia badania, które wykazują, jak niedobór jodu wpływa na rozwój mózgu płodu i pokazują, jak ważna jest odpowiednia ilość jodu w czasie ciąży.

Gdy skończysz czytać *Samodzielną i bezpieczną terapię jodem*, będziesz wyposażony w wiedzę o tym, w jaki sposób i dlaczego jod jest niezbędnym odżywczym lekiem i substancją odżywczą, której organizm potrzebuje, by zapobiegać

i leczyć problemy zdrowotne. Jest substancją odżywczą, ale jest również jednym z najskuteczniejszych leków na świecie. Lepiej zrozumiesz, dlaczego środowisko lekarskie musi skupić się na tym, jak ważna jest odpowiednia ilość jodu. Stosowanie jodu daje światowi medycyny najważniejszą rzecz – możliwość zapobiegania chorobom i przywracanie dobrego samopoczucia.

CZĘŚĆ PIERWSZA

Podstawy dotyczące jodu

1.

Jod – kluczowy lek XXI wieku

To książka o jodzie, jednej z najbardziej przydatnych substancji medycznych, która istnieje. Jod jest jednym z wyjątkowych leków, które wyraźnie leczą konkretne schorzenie – powiększenie gruczołu tarczycy. Z tej książki dowiesz się, że jest on skutecznym lekiem na wszystkie choroby, łącznie z rakiem. Jednak upłynie jeszcze sporo czasu, nim usłyszymy, że lekarze zalecają jod, i jest to nieszczęście. Jeśli chodzi o pacjentów z nowotworami, powinni oni przyjmować jego duże dawki.

Obecnie wielu lekarzy szuka alternatyw i wielu praktyków medycyny alternatywnej poszukuje silniejszych i skuteczniejszych sposobów pomagania pacjentom. Jod powinien zaspokoić potrzeby wszystkich, ponieważ ma potencjał, by pomagać wszystkim, którzy przyjmują jego suplementy. Wszyscy potrzebujemy jodu do życia, jest on niezbędny dla ludzkiej fizjologii, więc nasze zdrowie uzależnione jest od jego obecności w odpowiednich dawkach.

Jod jest nie tylko niezbędny do produkcji hormonu tarczycy, jest również odpowiedzialny za produkcję wszystkich innych hormonów w organizmie.

— dr David Brownstein, dyrektor medyczny, Bloomfield, Michigan

CZYM JEST JOD?

Masa atomowa jodu (126,90 U) jest najwyższa ze wszystkich pierwiastków stosowanych w systemach biologicznych. Ten wyjątkowy charakter przejawia się w liczbie atomowej: liczba protonów w atomie jodu ($_{53}\text{I}$) jest znacznie większa niż w jakimkolwiek innym popularnym lub niezbędnym pierwiastku śladowym, łącznie z cynkiem ($_{30}\text{Zn}$) i żelazem ($_{26}\text{Fe}$) wykorzystywanym przez żywe organizmy.

Wolny jod z łatwością ulega redukcji lub utlenianiu. W stanie wolnym jod może wiązać się z węglem, tlenem lub wodorem w organiczne cząsteczki. Łatwość tych reakcji chemicznych skutkuje różnorodnością jonowych cząsteczek zawierających jod. Jony jodu mogą znajdować się w różnym stanie użyteczności, często połączone są z tlenem lub wodorem. Przykładowo w soli jodku potasu (KI) jod obecny jest z wartością ujemną (1-) w jonie I⁻. W jodanie potasu (KIO₃) jod jest powiązany z tlenem i obecny jest z wartością dodatnią (5+) w jonie IO₃⁻. Właściwości redukcyjne lub utleniające cząsteczek zawierających jod czynią je szczególnie odpowiednimi jako katalizatory w wielu procesach syntezy chemicznej.

Rządy na całym świecie dostrzegły wagę jodu wiele lat temu i zaczęły dodawać go do soli. Jednak zapomniaty powiedzieć wszystkim, że jod jest lotny i szybko się ulatnia. Tak więc zaczynamy od bardzo małej ilości w soli kuchennej i tracimy większość jodu, gdy ulatnia się z soli stojącej na stole. Dzielne zapotrzebowanie na jod i ilość jodu w soli są nieprzyzwoicie niskie – nie zaspokajają całego zapotrzebowania organizmu. Choć dodawanie jodu do soli było dobrym pomysłem (w dawnych czasach jod dodawany był do chleba zamiast bromu), nauka i doświadczenie kliniczne wskazują, że powinniśmy przyjmować znacznie więcej niż skromne ilości uzyskiwane z soli jodowanej. Niskie dawki w mikrogramach nie pokrywają naszego zapotrzebowania na jod i im szybciej lekarze i pacjenci zdadzą sobie z tego sprawę, tym lepiej.

ZNACZENIE JODU

Ludzie w XXI wieku absolutnie muszą suplementować jod. Jod jest jedynym lekarstwem, które odgradza nas od antybiotykooporności. Jest wiele powodów, dla których potrzebujemy jodu w dużych ilościach.

Przeciwgrzybicze i antywirusowe działanie jodu

Antybakteryjne, przeciwgrzybicze i antywirusowe działanie jodu wykracza poza działanie antybiotyków, ponieważ zabija on wirusy, których nie zabijają antybiotyki. Jod zabija grzyby i drożdże takie jak candida, z którymi nie radzą sobie antybiotyki. Dodatkowo robi to bez wytwarzania opornych

na antybiotyki szczepów bakterii. Naukowcy odkrywają również, że antybiotyki, zamiast zabijać bakterie, sprawiają, iż rosną one szybciej, zatem niestosowanie jodu jako pierwszej linii obrony przed infekcjami jest prawie samobójstwem.

Magazyn *Salon* napisał: „Ponad 95% lekarzy obawia się oporności na antybiotyki” i to jest wszystko, co musimy wiedzieć o jodzie, który wszyscy powinniśmy mieć pod ręką w domu, zarówno do codziennego stosowania, jak i w nagłych wypadkach. Jod przerasta antybiotyki nie tylko dlatego, że zabija zarówno wirusy, jak i grzyby, ale także dlatego, że bakterie się na niego nie uodparniają.

Choć zabija 90% bakterii na skórze w ciągu 90 sekund, jego zastosowanie jako antybiotyku jest niestety ignorowane. Jod wykazuje aktywność w zwalczaniu bakterii, pleśni, drożdży, pierwotniaków i wielu wirusów; ze wszystkich preparatów odkażających nadających się do stosowania u ludzi i zwierząt oraz na tkanki, tylko jod jest w stanie zabić wszystkie grupy patogenów. Większość bakterii ginie w ciągu od 15 do 30 sekund po kontakcie.

Jod, ponadczasowy środek odkażający.

— dr David Derry, autor książki *Breast Cancer & Iodine*

Jod jako sposób leczenia

Antyseptyczne właściwości jodu wykorzystywane są do odkażania każdej powierzchni i materiału w szpitalach. Jod jest wspaniałym środkiem bakteriobójczym o szerokim spektrum działania. Minimalna ilość cząsteczek jodu potrzebna, by

zniszczyć jedną bakterię, jest różna, w zależności od gatunku. Obliczono, że w przypadku *H. influenzae* (pałeczka grypy) potrzeba 15 000 cząsteczek jodu na komórkę. Gdy bakterie zostaną potraktowane jodem, absorpcja nieorganicznego fosforanu i spożycie tlenu przez komórki natychmiast spadają.

Doktor Derry mówi, że jod jest skuteczny „w przypadku standardowych patogenów, takich jak gronkowiec, ale jod ma również najszerszy zakres działania, wywołuje najmniej skutków ubocznych i nie powoduje uodpornienia bakterii”. Niektórzy lekarze twierdzą, że jod doskonale leczy mononukleozę. Choć jod zabija wszystkie organizmy jednokomórkowe, współcześni lekarze nie wykorzystują go do wewnętrznego użytku, by zwalczać wewnętrzne infekcje.

Jod szybko przedostaje się przez ściany komórkowe mikroorganizmów.

Na początku ewolucji jod nie był dostępny dla prostych form życia. Dopiero gdy zgromadził się w glonach, został włączony w wyższe formy życia. Z tego powodu najprostsze formy życia nie tolerują go. Jod zabija, łącząc się z aminokwasami tyrozyną lub histydyną. Wszystkie komórki zawierające tyrozynę w zewnętrznych błonach komórkowych giną natychmiast w wyniku prostej reakcji chemicznej z jodem, który denaturuje białka.

Infekcje drożdżakowe

Wiele kobiet po przyjmowaniu antybiotyków cierpi z powodu infekcji drożdżakowych pochwy (ponieważ zaburzona została normalna równowaga bakteryjna). Antybiotyki powo-

dużą infekcje grzybicze i drożdżakowe, ostatecznie będą więc postrzegane jako dodatkowa przyczyna raka, ponieważ coraz więcej onkologów postrzega infekcje drożdżakowe i grzybicze jako integralną część raka i jego przyczynę. Ponad 40% wszystkich nowotworów uważa się za związane i wywołane przez infekcje i kwestie antybiotyków, zatem zapotrzebowanie na coś bezpieczniejszego, skutecznego i służącego życiu jest koniecznością.

Amerykański naukowiec mówi, że rak – który, jak zawsze wierzono, powodowany jest przez mutacje genetyczne komórek – może w rzeczywistości być skutkiem infekcji wywoływanych przez wirusy, bakterie, drożdże, pleśnie i grzyby. „Wierzę, że – zachowawczo – od 15 do 20% wszystkich nowotworów wywołały infekcje, jednak ta liczba może być większa – może nawet dwa razy większa” – powiedział dr Andrew Dannenberg, dyrektor Centrum Raka w szpitalu New York-Presbyterian Hospital/Weill Cornell Medical Center. Doktor Dannenberg powiedział to w 2007 roku podczas przemowy na dorocznej międzynarodowej konferencji Amerykańskiego Towarzystwa Badań nad Rakiem.

Jod zapobiega i leczy raka

Jod jest niezbędny do ochrony przed rakiem tarczycy, piersi, jajników, a także przed rakiem prostaty, ponieważ wszystkie te gruczoły gromadzą jod bardziej niż inne tkanki. Niedobór jodu sprawia, że te gruczoły są bezbronne. Jod jest również nieodzowny w leczeniu wszystkich zmian na skórze, łącznie z rakiem skóry, głównie dlatego, że zabija wszystko, co jest obce. Badania wykazały związek pomiędzy niskim spożyciem

jodu a przewlekłym torbielkowatym zapaleniem sutka, zarówno u kobiet, jak i u zwierząt laboratoryjnych.

„Jak prawdopodobny jest niedobór jodu w przypadku raka? W badaniu wewnętrznym 60 pacjentów z rakiem (różnego typu) poddano testowi obciążenia jodem i zmierzono wydalanie jodu z moczem. Wszystkich 60 pacjentów miało poważne niedobory jodu w organizmie, a niektórzy mieli olbrzymi nadmiar bromu. W najlepszym przypadku pacjent wydalil 50% obciążenia, a w najgorszym tylko 20% (to oznacza, że w organizmie zostało aż 80%). Ludzie, to poważne liczby. Aż 100% pacjentów z rakiem miało niedobór jodu! Zapewniam was, że problem jest poważny” – pisze dr Robert Rowen.

Tkanka piersi zawiera trzecie największe stężenie tego podstawowego minerału w całym organizmie, więc niedobór jodu ma bardzo negatywny wpływ na tę tkankę. Niedobór jodu w połączeniu z bromem i innymi toksycznymi halogenami powoduje przewlekłe torbielkowane zapalenie sutka i raka piersi.

Duże spożycie jodu związane jest z niższym ryzykiem raka piersi. Małe spożycie jodu związane jest z rakiem wątroby. Jod idealnie nadaje się do leczenia raka skóry. To zaledwie wierzchołek góry lodowej, jeśli chodzi o to, jak ważny jest jod dla pacjentów z nowotworami.

Jod uznawany jest przez amerykański Instytut Medycyny i Radę ds. Polityki Żywnościowej Organizacji Narodów Zjednoczonych za integralny składnik odżywczy dla właściwego funkcjonowania układu immunologicznego. Dr Rashid Buttar powiedział: „Rak jest przede wszystkim problemem związanym z układem immunologicznym. Nie możesz za-

chorować na raka, jeśli masz nienaruszony układ odpornościowy”. Niektórzy lekarze wierzą, że jod odpowiedzialny jest za połowę mocy i reakcji układu immunologicznego.

Gdy przypomnimy sobie, że infekcje wywołują wiele nowotworów i że późnym stadium raka towarzyszą zaawansowane stadia infekcji oraz to, że jod zabija wszystkie rodzaje patogenów, gdy podamy jego odpowiednią ilość, staniemy przed faktem, że jod jest jedną z substancji najbardziej użytecznych i niezbędnych w zapobieganiu oraz leczeniu raka.

Jod jest ważny w leczeniu raka nie tylko dlatego, że wywołuje apoptozę komórek i zabija wirusy, bakterie oraz grzyby, ale również dlatego, że jest niezbędny w metabolizmie i dostarczaniu tlenu do komórek. Każdy element, który zagraża zdolności ludzkiego organizmu do przenoszenia tlenu, sprzyjać będzie rozwojowi raka. Podobnie każda terapia, która poprawia przenoszenie tlenu, może wzmacniać ochronę organizmu przed rakiem. Aby rak „znalazł” sobie punkt zaczepienia w organizmie, organizm musi zostać pozbawiony tlenu. Jeśli te dwie dolegliwości można odwrócić, raka można nie tylko spowolnić, ale w rzeczywistości wyleczyć. Jod jest bezpieczną formą chemioterapii.

Jod chroni przed radioaktywnym jodem

Ponieważ niedobór jodu skutkuje uwięzieniem jodu przez tarczycę, osoby z niedoborem jodu w każdym wieku są bardziej podatne na wywołanego promieniowaniem raka tarczycy.

Jod odgrywa kluczową rolę w układzie wydalniczym, rozpoczyna apoptozę, czyli coś, co nazywamy programowaną śmiercią komórek. To ważne, ponieważ ten proces konieczny jest do wzrostu i rozwoju oraz niszczenia komórek, które stanowią zagrożenie dla integralności organizmu, takich jak komórki rakowe lub komórki zainfekowane przez wirusy.

U kobiet z wolami (widocznym nierasowym powiększeniem gruczołu tarczycy) wywołanymi niedoborem jodu występuje trzy razy większa częstotliwość występowania raka piersi. Duże spożycie jodu wiąże się z małą częstotliwością przypadków raka piersi, a małe spożycie z dużą częstotliwością.

— dr Donald Miller Jr

Dr John W. Gofman, emerytowany profesor Biologii Molekularnej i Komórkowej na Uniwersytecie Kalifornijskim w Berkeley, obszernie pisał o zmniejszeniu zagrożenia promieniowaniem o niskim poziomie. Ludzie związani z przemysłem jądrowym i medycznym fałszywie twierdzą: „Nie ma dowodów, że ekspozycja na małe dawki promieniowania powoduje jakiegokolwiek nowotwory – ryzyko jest tylko teoretyczne” lub „ryzyko jest całkowicie bez znaczenia”, ewentualnie „przypadkowa ekspozycja była poniżej poziomu zagrożenia”, a nawet „istnieją pewne dowody, że ekspozycja na małe dawki promieniowania jest korzystna i obniża częstotliwość zachorowań na raka”. Według wszelkich rozsądnych

standardów dowodów naukowych, waga dowodów u ludzi zdecydowanie pokazuje, że rak wywoływany jest przez promieniowanie jonizujące nawet w najniższej możliwej dawce i w każdym natężeniu dawki – co oznacza, że ryzyko nigdy nie jest teoretyczne.

Różne izotopy radioaktywnego jodu, jeden z niezwykle długim okresem połowicznego rozkładu, trafiły do środowiska na skutek wypadków jądrowych w Fukushima. Dorośli i dzieci z niedoborem jodu są łatwym celem dla radioaktywnych kuzynów jodu, szczególnie gdy spożywają mleko i ser, ponieważ radioaktywny jod dostaje się do trawy, którą je bydło, i łańcuch pokarmowy doprowadza go prosto do twoich drzwi.

Metabolizm jodu

Jod jest również konieczny dla metabolizmu. Ludzkie życie nie jest możliwe bez jodu. To prawda w przypadku każdej komórki w naszych organizmach. Ma on kluczowe znaczenie dla twojego zdrowia i dobrego samopoczucia. W metabolizmie jodu główną rolę odgrywa tarczycza. Metabolizm jodu odbywa się w trzech krokach:

1. Pierwszym krokiem jest zatrzymanie jodu. Podczas tego kroku jodek przechodzi z naczyń włosowatych do komórki pęcherzyka gruczołowego tarczycy.
2. Drugi krok to synteza i wydzielanie tyreoglobuliny. Tyreoglobulina to duże złożone białko, które utrzymuje większość jodu zgromadzonego w tarczycy.
3. Trzecim krokiem jest utlenianie jodku. Podczas tego ostatniego kroku tworzą się atomy jodu do produkcji hormonów tarczycy, tyroksyny (T_4) i trójjodotyroniny (T_3).

Rola jodu w produkcji hormonów

Jod wykorzystywany jest przez każdy receptor w organizmie. Brak jodu powoduje zaburzenia hormonalne, które można zobaczyć praktycznie w przypadku każdego hormonu w organizmie. Jod pomaga syntetyzować hormony tarczycy i zapobiega zarówno niedoczynności, jak i nadczynności tarczycy.

Zdolność jodu do wznawiania wrażliwości hormonów zdaje się bardzo dobrze wpływać na insulinooporność. Jod łączy się z receptorami insuliny i poprawia metabolizm glukozy. On jest najlepszym odżywczym wsparciem dla tarczycy. Tarczyca kontroluje metabolizm, a skuteczność metabolizmu jest bezpośrednio związana ze skutecznością układu odpornościowego.

Rola jodu w układzie immunologicznym

Zdolność organizmu do opierania się infekcjom i chorobom jest hamowana przez długotrwały niedobór jodu. Słaba reakcja immunologiczna bezpośrednio wiąże się z zaburzonym funkcjonowaniem tarczycy – niedobór jodu może znacznie wpływać na układ immunologiczny, ponieważ niski poziom jodu prowadzi do problemów z tarczycą.

Jod oczyszcza wodę i to samo robi z krwiobiegiem. Jod oczyszcza cały układ krwionośny organizmu (tarczyca robi to co 17 minut), co oznacza, że odpowiednie ilości jodu, szczególnie u dzieci, pozbywają się patogenów z organizmu bez potrzeby szczepień! Prawdziwa rola jodu, tworzenie aż połowy układu immunologicznego organizmu, jeszcze nie jest zrozumiana przez lekarzy, choć powinna, bo antybiooporność, oporność grzybów i infekcje oporne na leki przeciwwirusowe zagrażają ludzkości. Jodek gromadzony jest

podczas fagocytozy, procesu wchłaniania bakterii oraz innych ciał obcych. Jodek łączy się z bakteriami i białkami, tworząc jodoproteiny, łącznie z monojodotyrozyną (T_1). Czasami hormony tarczycy wykorzystywane są jako źródło jodu.

Dr Gabriel Cousens, lekarz holistyczny i ekspert od duchowego odżywiania, wymienia wiele innych ważnych funkcji jodu. Jod ma dziesiątki zbyt rzadko wykorzystywanych zastosowań i powinien być zawsze wykorzystywany w leczeniu i zapobieganiu chorobom. Mówiąc prościej, nie ma bakterii, wirusów ani żadnych innych mikroorganizmów, które mogą przetrwać lub przystosować się do środowiska bogatego w jod.

- Duże dawki jodu mogą być stosowane w przypadku ran, odleżyn, stanu zapalnego lub bólu pourazowego, a stosowany na skórę jod wspomaga porost włosów.
- Duże dawki jodu mogą odwracać pewne choroby.
- Jod aktywuje receptory hormonów i pomaga zapobiegać pewnym formom raka.
- Jod zmniejsza zapotrzebowanie na insulinę u diabetyków.
- Niedobór jodu jest globalnym zagrożeniem dla zdrowia.
- Jod niszczy patogeny, pleśnie, grzyby, pasożyty i malarię.
- Jod usuwa toksyczne halogenki z organizmu (łącznie z radioaktywnym ^{131}I).
- Jod pomaga zmniejszyć bliznowacenie tkanki, tworzenie się bliznowca oraz przykurcze Dupuytren'a i Peyroniego, które są schorzeniami bardzo okaleczającymi.
- Jod wspiera syntezę białek.
- Jod rozrzedza śluz (co oznacza, że łagodzi katar).
- Jod potrzebny jest przy używaniu telefonów bezprzewodowych, telefonów komórkowych i smartfonów, by zapobiegać niedoczynności tarczycy.

- Dzięki jodowi jesteśmy mądrzejsi.
- Jod neutralizuje jony hydroksylowe i nawilża komórki.
- Jod zapobiega przewlekłemu torbielkowatemu zapaleniu sutka.
- Jod zapobiega chorobom serca.
- Jod chroni działanie i zwiększa produkcję ATP.
- Jod reguluje produkcję estrogenu w jajnikach.
- Jod wspomaga apoptozę.
- Jod wspomaga ciążę (jako że płód przechodzi więcej apoptoz niż na jakimkolwiek innym etapie rozwoju).
- Jod wspomaga rozwój duchowy.

PODSUMOWANIE

Teraz, gdy lepiej rozumiemy, czym jest jod i znamy jego korzystny wpływ na zwalczanie chorób, zwróćmy uwagę na znaczenie jodu w produkcji hormonu tarczycy, w konsumpcji tlenu i w opartym na tlenie metabolizmie.



Dr Mark Sircus – akupunkturzysta, doktor medycyny orientalnej i nauk medycznych. Akupunktury i medycyny azjatyckiej uczył się w Instytucie Medycyny Tradycyjnej w Santa Fe i w Szkole Medycyny Tradycyjnej w Nowej Anglii w Bostonie. Jest bestsellerowym autorem wielu książek, m.in. *Soda – lecznicze właściwości* i *Przeciwzapalna terapia tlenowa*.

Szacuje się, że 90% naszej populacji ma niedobór jodu, który może bezpośrednio skutkować poważnymi problemami zdrowotnymi, łącznie z rakiem, zaburzeniami pracy tarczycy i niewydolnością serca.

Dzięki tej książce dowiesz się:

- czym jest jod i jak działa w organizmie gwarantując optymalne zdrowie,
- dlaczego większość z nas nie zapewnia sobie wystarczającej ilości tego pierwiastka dzięki diecie,
- jak stosować jod we współczesnych sposobach leczenia,
- czym kierować się przy wyborze suplementów z jodem,
- w jaki sposób wyeliminować powszechne problemy zdrowotne,
- dlaczego jod jest tak ważny w procesach metabolicznych,
- jak wspomóc mózg, tarczycę, układ odpornościowy i wszystkie procesy zachodzące w Twoim ciele,
- o antybakteryjnym, przeciwgrzybiczym i antywirusowym działaniu tego pierwiastka.

Jod – brakujące ogniwo do pełni zdrowia

Patroni:

