

BESTSELLER NEW YORK TIMESA

ANTHONY WILLIAM

Przedmowa: dr Prudence Hall

# UZDRAWIANIE TARCZYCY WEDŁUG BOSKIEGO LEKARZA



Prawdziwe przyczyny wszystkich chorób  
niesłusznie łączonych z tarczycą



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

## **UZDRAWIANIE TARCZYCY WEDŁUG BOSKIEGO LEKARZA**

*Już po kilku minutach rozmowy ze mną Anthony wiedział, co mi dolega! On naprawdę zna się na rzeczy. Dysponuje wyjątkowymi i fascynującymi umiejętnościami.*

– Dr Alejandro Junger, autor książek; twórca niezwykle popularnego programu *Clean*

*Anthony jest zaufanym lekarzem naszej rodziny. To latarnia, która wskazuje drogę ku uzdrowieniu. Jest naszym wielkim przyjacielem.*

– Robert De Niro i Grace Hightwater De Niro

*Z pracą Anthony'ego Williama niewątpliwie wiąże się jakiś element tajemniczości pochodzącej spoza tego świata. Anthony skupia na tym aspekcie swoją i naszą uwagę. Pomimo tego cała jego praca dotycząca głównie chorób autoimmunologicznych wydaje się realna i odpowiednia.*

*Co więcej, praktyki, które zaleca, są naturalne, dostępne i proste.*

– Gwyneth Paltrow, laureatka Oscara; założycielka i dyrektor handlowy firmy GOOP.com

*Anthony jest magikiem wszystkich moich artystów i gdyby był płytą z nagraniem, to sprzedałby się lepiej niż „Thriller”. Jego umiejętnościom nie brakuje przenikliwości, niesamowitości, osobliwości i wystrzałowości.*

*Jest luminarzem, którego książki są pełne przepowiedni.*

*Jest przyszłością medycyny.*

– Craig Kallman, dyrektor wytwórni płytowej Atlantic Records

*Książki Anthony'ego są z jednej strony przełomowe, a z drugiej niezwykle praktyczne. Jeśli irytują cię ograniczenia medycyny Zachodu, czas poświęcony na ich lekturę na pewno nie będzie stracony.*

– James Van Der Beek, twórca, producent wykonawczy i odtwórca głównej roli w „What Would Diplo Do?”. Grał w „Jeziorze marzeń”; Kimberly Van Der Beek, mówczyni i aktywistka

*Lektura niniejszej książki skłoniła mnie, by zmodyfikować podejście do leczenia zaburzeń gruczołu tarczowego; efekty pojawiły się niemal natychmiast.*

– ze wstępu autorstwa dr Prudence Hall, założycielki i dyrektora medycznego The Hall Center

*Anthony jest nie tylko ciepłym i pełnym współczucia uzdrowicielem.  
Jest również autentyczny, dokładny oraz posiada dar od samego Boga.  
Jest błogosławieństwem mojego życia.*

– Naomi Campbell, modelka, aktorka, aktywistka

*Fascynująca lektura – dzięki świeżemu spojrzeniu na pozornie niemożliwe  
do zdiagnozowania problemy zdrowotne książka Anthony'ego Williama  
wywróciła mój świat do góry nogami. Wraz z rodziną i przyjaciółmi  
korzystamy z jego porad, dzięki którym odzyskaliśmy kondycję fizyczną  
i umysłową.*

– Scott Bakula, aktor w produkcjach „NCIS: Nowy Orlean”,  
„Basmati blues”, „Star Trek: Enterprise” i „Zagubiony w czasie”

*Anthony jest wspaniałym człowiekiem. Wykrył przyczyny mojego słabego  
zdrowia i wiedział, jakich potrzebowałam suplementów.  
Od razu poczułam się lepiej.*

– Rashida Jones, producentka i gwiazda serialu „Angie Tribeca”; twórczyni  
i producentka wykonawcza serii dokumentalnej „Hot Girls Wanted”;  
grała w „Parks and recreation”, „The Office” i „The social network”

*Anthony William jest jedną z tych nielicznych osób, które wykorzystują  
swoją rolę w służbie innym, pomagając im rozwinąć skrzydła i przejąć  
kontrolę nad swoim zdrowiem... Miałam okazję zobaczyć Anthony'ego  
w akcji podczas jednego z jego występów na żywo. Trafiał bez pudła.  
Ale równie wielkie wrażenie na widowni zrobiła jego natura i niemal  
namacalne współczucie dla drugiego człowieka. Dzisiaj mogę z dumą  
powiedzieć, że Anthony William jest moim przyjacielem. I zapewniam  
cię, czytelniku, że człowiek, którego głos słuchasz w podcastach, autor  
niezwykle popularnych książek naprawdę zawsze gotów jest wyciągnąć  
pomocną dłoń do potrzebujących. On nie udaje i nie jest oszustem.  
A pochodzące od Ducha informacje, którymi się z nami dzieli, to skarb,  
którego bardzo potrzebujemy!*

– Debbie Gibson, gwiazda Broadway'u, słynna piosenkarka  
i autorka tekstów

*Dar Anthony'ego uczynił z niego kanał komunikacyjny przekazujący  
informacje na temat nauki odległej od nas o całe lata świetlne.*

– dr Christiane Northrup, autorka bestsellerów New York Timesa „Lekko,  
łatwo i przyjemnie”, „Sekrety wiecznie młodych kobiet.  
Boginie nigdy się nie starzeją”

*Odnalezienie Anthony'ego oraz Ducha Miłosierdzia wielce nas poruszyło. Autor dociera do nas ze swoją uzdrawiającą mądrością, wrażliwym geniuszem oraz czułymi zdolnościami mediumicznymi. Jego książka jest prawdziwą mądrością przyszłości, a my już dziś w cudowny sposób możemy dzięki niej dowiedzieć się, co dokładnie kryje się za wieloma tajemniczymi chorobami, które przepowiedziały starożytne buddyjskie pisma medyczne i opisały jako choroby ery, kiedy błyskotliwi ludzie będą manipulować elementami życia w pogoni za zyskiem.*

– Robert Thurman, profesor Jey Tsong Kapha na Uniwersytecie Kolumbijskim zajmujący się buddyzmem hinduskim i tybetańskim, prezes organizacji Tibet House US, autor bestsellerów; gospodarz programu „Bob Thurman Podcast”

*Anthony William dysponuje zdumiewającym darem! Do końca życia będę mu wdzięczna za to, że odkrył przyczynę problemów zdrowotnych, które dawały mi się we znaki od kilku lat. Dzięki jego pomocy mój stan poprawia się z dnia na dzień.*

*To absolutnie cudowny człowiek!*

– Morgan Fairchild, aktorka, pisarka i mówczyni

*Boski dar uzdrawiania Anthony'ego Williama jest istnym cudem.*

– David James Elliott, aktor w produkcjach „Camera store”, „Scorpion”, „Trumbo”, „Mad men”, „CSI: Nowy Jork” oraz gwiazda serialu stacji CBS „JAG – Wojskowe Biuro Śledcze”

*Anthony William jest utalentowanym boskim lekarzem, który posiada rzeczywiste i wyważone rozwiązania na tajemnicze dolegliwości, które dotyczą ludzkość dzisiejszego świata. Jestem zachwycona, że znam go osobiście i mogę traktować go jako najcenniejsze źródło zdrowia mojego i całej mojej rodziny.*

– Annabeth Gish, aktorka w produkcjach „Halt and Catch Fire”, „Scandal”, „Słodkie kłamstewka”, „The west wing” i „Mystic pizza”

*Anthony William poświęcił swoje życie pomaganiu innym – i dzięki swojej wiedzy odmienił ich świat na lepsze.*

– Amanda de Cadenet, założycielka i dyrektor generalny „The Conversation” i Girlgaze Project; autorka #girlgaze

*Uwielbiam Anthony'ego Williama! Moje córki Sophia i Laura podarowały mi jego książkę na urodziny, a ja nie mogłam się od niej oderwać. Książka „Boski lekarz” pomogła mi połączyć wszystkie punkty na mojej drodze poszukiwania optymalnego zdrowia. Dzięki pracy Anthony'ego odkryłam, że pozostałości choroby Epsteina-Barr, którą przechodziłam w dzieciństwie, paraliżowały moje zdrowie wiele lat później. Książka „Boski lekarz” odmieniła moje życie.*

– Catherine Bach, aktorka w serialach „Żar młodości” i „Diukowie Hazzardu”

*W świecie, gdzie nic nie jest pewne, a kwestie zdrowotne budzą powszechne wątpliwości, ja postawiłam na Anthony'ego. Dzięki swojemu cudownemu darowi tłumaczy wszystko ze zdumiewającą precyzją.*

– Patti Stanger, prowadząca „Million Dollar Matchmaker”

*Moja rekonwalescencja po traumatycznym urazie kręgosłupa była stabilna, lecz wciąż dokuczaly mi słabe mięśnie, wycieńczony układ nerwowy oraz nadwaga. Pewnego wieczoru zadzwonił do mnie dobry znajomy i polecił książkę Anthony'ego Williama „Boski lekarz”. Książka była pełna informacji, które bezpośrednio dotyczyły mojej sytuacji. Zaczęłam stosować się do niektórych jego pomysłów. Udało mi się nawet umówić na wizytę. Anthony dokładnie wiedział, co mi jest i pomógł mi pogłębić proces leczenia. Teraz mam prawidłową wagę, mogę jeździć rowerem, ćwiczyć jogę, wróciłem do ćwiczeń na siłowni, moja energia utrzymuje się na stabilnym poziomie i dobrze śpię. Każdego ranka, kiedy stosuje się do codziennych praktyk, uśmiecham się i mówię: „Hej, Anthony Williamie! Dziękuję za twój odnawiający dar... tak!”.*

– Robert Wisdom, aktor grający w serialach „Flaked”, „Rosewood”, „Chicago P.D.”, „Nashville”, „Prawo ulicy” i „Ray”

*Kiedy w grę wchodzi zdrowie moje i mojej rodziny, całkowicie polegam na Anthony'ym Williamie. Nawet jeśli zwykli lekarze nie wiedzą, co się dzieje, Anthony potrafi zidentyfikować problem i znaleźć jego rozwiązanie.*

– Chelsea Field, aktorka w produkcjach „NCIS: Nowy Orlean”, „Sekrety i kłamstwa”, „Bez śladu” „Ostatni skaut” i „Andre”

*To naprawdę DZIAŁA. Taka myśl formuje się w mojej głowie na wspomnienie Anthony'ego Williama i jego kolosalnej pracy na rzecz całego świata. A najbardziej przekonującym dowodem okazała się możliwość obserwowania go przy pracy, gdy pomagał mojej wieloletniej przyjaciółce zmagającej się z chorobą, zamgleniem umysłu i zmęczeniem. Odwiedziła wielu lekarzy i uzdrowicieli, wypróbowała wiele terapii. Nic nie pomogło. Oczywiście do czasu, gdy zwróciła się do Anthony'ego... Efekty były zdumiewające.*

*Polecam wszystkie jego książki, wykłady i konsultacje.*

*Nie przegap okazji, żeby wrócić do zdrowia!*

– Nick Ortner

*Dwanaście godzin po tym jak otrzymałem sporą dawkę pewności siebie mistrzowsko podaną przez Anthony'ego, uporczywe dzwonienie w uszach, które ciągnęło się już rok, zaczęło słabnąć. Jestem zaskoczony, wdzięczny i szczęśliwy za przedstawione mi wskazówki, jak żyć dalej.*

– Mike Dooley, autor bestselleru „Dziesięć najważniejszych przesłań, które zmarli chcą przekazać Tobie”

*Moce ezoteryczne wymagają uczciwości i miłości. Anthony William nosi w sobie boską mieszankę uzdrowienia, dobroci i silnych postaw etycznych. To prawdziwy uzdrowiciel, który zna się na rzeczy i służy całemu światu.*

– Danielle LaPorte

*Anthony jest jasnowidzem i zdrowotnym mędrcom obdarzonym zdumiewającym darem. To on pomógł mi zidentyfikować i wyleczyć chorobę, z którą zmagalam się przez długie lata.*

– Kris Carr, autorka bestsellerów New York Timesa: „Sexy soki”

*Anthony William to Edgar Cayce naszych czasów. Jak mało kto potrafi odczytać sygnały wysyłane przez ciało człowieka i wskazać rzeczywistą przyczynę choroby, z której ustaleniem problem mają lekarze medycyny konwencjonalnej i alternatywnej. Zdobyte doświadczenie i przenikliwość czynią go jednym z najskuteczniejszych uzdrowicieli XXI wieku.*

– Ann Louise Gittleman, autorka 30 bestsellerów New York Timesa specjalizująca się w tematyce zdrowotnej; opracowała niezwykle popularną dietę/program detoksykacji Fat Flush („wypłukiwanie tłuszczu”)

*Jako kobieta biznesu z Hollywood potrafię rozpoznać to, co wartościowe. Wśród pacjentów Anthony'ego znajdują się i tacy, którzy na poszukiwania diagnozy swojej „tajemniczej choroby” wydali ponad milion dolarów.*

- Nanci Chambers, aktorka występująca w serialu „JAG: Wojskowe Biuro Śledcze”, producentka i przedsiębiorca

*Bezcenne rady Anthony'ego Williama dotyczące profilaktyki i leczenia chorób o całe dekady wyprzedzają wiedzę, jaką dysponuje współczesna medycyna.*

- dr Richard Sollazzo, dyplomowany nowojorski onkolog, hematolog, dietetyk i specjalista w dziedzinie starzenia się

*Proponowane przez Anthony'ego Williama metody powrotu do zdrowia sprawdzają się ze stuprocentową skutecznością. Świadczy o tym przypadek mojej córki – postępy, jakie poczyniła, są naprawdę imponujące. Wykorzystanie w terapii naturalnych produktów przynosi niezwykle efekty.*

- Martin D. Shafiroff, dyrektor Barclays Capital, w rankingu WealthManagement.com zajmuje pierwsze miejsce na liście najlepszych brokerów, a w rankingu Barron's – również pierwsze miejsce na liście najważniejszych doradców zdrowotnych

*Anthony wykonał odczyt mojego ciała i bezbłędnie opisał rzeczy, które wiedziałam tylko ja. Jest miłym, ciepłym, zabawnym, skromnym i szczodrym człowiekiem. Co więcej, jest niesamowicie utalentowany i posiada umiejętności, które przeciwstawiają się temu, jak widzimy świat. Nawet ja – medium – byłam w szoku! To współczesny Edgar Cayce, a my możemy czuć się błogosławieni, że jest tu z nami. Anthony William udowadnia, że jesteśmy czymś więcej niż tym, co nam znane.*

- Colette Baron-Reid, autorka bestselleru „Odważ się na zmiany”; prowadzi program „Messages from Spirit”

*Każdy fizyk kwantowy wie, że we wszechświecie istnieją siły, które pozostają dla nas zagadką. Jestem przekonana, że Anthony potrafi wykorzystać je do swoich celów. Jak nikt inny wskazuje najskuteczniejsze metody leczenia.*

- Caroline Leavitt





ANTHONY WILLIAM

Przedmowa: dr Prudence Hall

# UZDRAWIANIE TARCZYCY WEDŁUG BOSKIEGO LEKARZA

Prawdziwe przyczyny wszystkich chorób  
nieśluszenie łączonych z tarczycą

Słuchaj radia Hay House na:  
[www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Mariusz Wārda  
SKŁAD: Anna Płotko  
PROJEKT OKŁADKI: Anna Płotko  
TŁUMACZENIE: Grzegorz Ciecicłāg  
KOREKTA: Aneta Gawędzka-Paniczko

Wydanie I  
BIAŁYSTOK 2019  
ISBN 978-83-7377-973-0

Tytuł oryginału: Medical Medium Thyroid Healing: The Truth behind Hashimoto's, Graves', Insomnia,  
Hypothyroidism, Thyroid Nodules & Epstein-Barr

MEDICAL MEDIUM THYROID HEALING  
Copyright © 2017 by Anthony William  
Originally published in 2017 by Hay House, Inc.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2017  
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.

Autor niniejszej pracy oświadcza, że nie należy jej traktować jako zbioru porad medycznych. Zaproponowane techniki nie są formą diagnozy ani leczenia dolegliwości fizycznych, emocjonalnych czy medycznych. Autor pragnie jedynie podzielić się z czytelnikiem informacjami o charakterze ogólnym, niekiedy niepotwierdzonymi, które mogą być częścią poszukiwania równowagi emocjonalnej i duchowej. Autor i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za ewentualne konsekwencje stosowania przez czytelnika technik opisanych w książce. Czytelnik powinien skonsultować swój stan zdrowia z lekarzem lub innym profesjonalistą przed podjęciem jakichkolwiek działań na podstawie sugestii zawartych w tej książce, rysunku lub płynących z nich wniosków.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](http://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

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.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)  
sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

*Książkę dedykuję wszystkim, którzy zostali pozostawieni samym sobie ze swoimi problemami zdrowotnymi, których odrzucono, zepchnięto na boczny tor i zdradzono. I tym, którzy walczyli, wytrwali, doświadczili uzdrowienia lub nadal do niego dążą. Jestem z Wami. Wspólnie, dzięki naszej wiedzy, mądrości, prawdzie, miłości i współczuciu, wzniesiemy się ponad wszystko, co złe.*

# SPIS TREŚCI

Wstęp..... 15

Do Czytelników..... 19

## Część I: Objawienie

**Rozdział 1:** Cała prawda o tarczycy..... 27

**Rozdział 2:** Czynniki spustowe wirusa tarczycy... 37

**Rozdział 3:** Jak zachowuje się wirus tarczycy . 45

**Rozdział 4:** Co tak naprawdę robi tarczyca? . 63

**Rozdział 5:** Objawy i schorzenia ..... 69

**Rozdział 6:** Nowotwór tarczycy..... 113

**Rozdział 7:** Zgadywanka..... 121

**Rozdział 8:** Leki na tarczycę ..... 127

## Część II: Wielkie pomyłki

**Rozdział 9:** Na ścieżce ku wyzdrowieniu..... 139

**Rozdział 10:** Wielka pomyłka #1:  
Choroby autoagresywne ..... 149

**Rozdział 11:** Wielka pomyłka #2:  
Tajemnicze choroby ..... 153

**Rozdział 12:** Wielka pomyłka #3:  
Etykiety zamiast odpowiedzi ..... 155

**Rozdział 13:** Wielka pomyłka #4: Wszystkiemu  
winien jest stan zapalny ..... 157

**Rozdział 14:** Wielka pomyłka #5:  
Mit o metabolizmie ..... 161

**Rozdział 15:** Wielka pomyłka #6:  
Wszystkiemu winne są geny ..... 165

**Rozdział 16:** Wielka pomyłka #7:  
Ignorowanie Okropnej Czwórki..... 171

**Rozdział 17:** Wielka pomyłka #8:  
Wszystko sobie wymyśliłeś..... 175

<b>Rozdział 18:</b> Wielka pomyłka #9: To ty wywołałeś tę chorobę.....	179
<b>Część III: Zmartwychwstanie</b>	
<b>Rozdział 19:</b> Jak odbudować swoje ciało .....	187
<b>Rozdział 20:</b> Życie bez tarczycy .....	191
<b>Rozdział 21:</b> Najpowszechniejsze nieprawdy i czego powinniśmy unikać.....	195
<b>Rozdział 22:</b> Pokarmy, zioła i suplementy, które dobrze jest mieć w swojej diecie .....	205
<b>Rozdział 23:</b> 90-dniowy program leczenia tarczycy .....	221
<b>Rozdział 24:</b> Dania wspomagające leczenie tarczycy .....	235
<b>Rozdział 25:</b> Techniki uzdrawiania tarczycy .....	299
<b>Rozdział 26:</b> Nareszcie zdrowa – opowieść prawdziwa.....	305
<b>Część IV: Tajemnice zdrowego snu</b>	
<b>Rozdział 27:</b> Bezsenność a tarczyca .....	313
<b>Rozdział 28:</b> Źródło snu .....	317
<b>Rozdział 29:</b> Problemy ze snem .....	323
<b>Rozdział 30:</b> Leczenie zaburzeń snu .....	333
<b>Rozdział 31:</b> Koszmary mają swoje zalety .....	341
Postowie .....	345
Przypisy .....	349
Podziękowania .....	351
O Autorze .....	355



# WSTĘP

---

Pytasz, co jest największą zaletą książki, którą trzymasz w dłoniach? Fascynująco nowatorskie podejście do schorzeń tarczycy. Dzięki Anthony'emu Williamowi – i głosowi, z którym się komunikuje – dowiesz się wielu ważnych rzeczy o swoich schorzeniach oraz bezpiecznych metodach ich leczenia.

Jako dyplomowana lekarz-ginekolog i badaczka zagadnienia bio-identyczności hormonalnej u kobiet zawsze staram się zgłębić „praprzyczynę” danej choroby. Pomagałam tysiącom pacjentów borykających się z problemem zaburzeń pracy tarczycy i jestem zdania, że w Stanach Zjednoczonych poprawnie diagnozujemy tylko połowę takich przypadków. Z moich prywatnych wyliczeń wynika, że 7 na 10 Amerykanów ma

problem z tarczycą. Czytając książkę Anthony'ego Williama dowiesz się, jak samodzielnie zdiagnozować chorobę i powstrzymać jej rozwój. Jego praca, „Uzdrawianie tarczycy według boskiego lekarza”, bardzo pomogła mi w walce z najcięższymi przypadkami. Anthony ma całkowitą rację, kiedy pisze, że nie wszyscy reagujemy na terapię hormonalną tak, jak byśmy sobie tego życzyli.

Gdyby jakiś głos szeptał mi do ucha, na co chorują moi pacjenci, uznałabym to za cud. Koledzy i koleżanki po fachu z pewnością doceniłoby taką pomoc, chociaż nie wydaje mi się, by środowisko medyczne zareagowało entuzjastycznie. I nie rozumiem dlaczego! Leki na receptę i zabiegi medyczne to główne przyczyny zgonów w Stanach Zjed-

noczonych. Szprycujemy pacjentów antybiotykami, które prowadzą do rosnącej odporności na leczenie, a w konsekwencji – do śmierci. Osłabiamy układ odpornościowy u osoby z nowotworem, pozwalając chorobie rosnać w siłę. Codziennie widzę, jak destrukcyjny wpływ na równowagę hormonalną ma stosowanie pigułek antykoncepcyjnych. Ach! Jestem równie zła, co wy.

Co gorsza, metody leczenia są o 25 lat zapóźnione względem stanu wiedzy. Gdyby przełożyć tę sytuację na rzeczywistość cyfrową, nadal kupowalibyśmy nieporęczne komputery Apple II, choć równie dobrze moglibyśmy zastąpić je dużo nowocześniejszym sprzętem. Czy to miałyby sens? Mój znajomy pracował w firmie zajmującej się technologią na stanowisku dyrektora generalnego, zarządzając pracownikami i licznymi fabrykami rozsianymi po całym globie. Gdy był u szczytu kariery, dowiedział się, że ma złośliwego guza mózgu. Choć zapewniono mu najlepsze możliwe leczenie, ze zdumieniem stwierdził, że medycyna stoi w miejscu. Podczas gdy technologia informacyjna rozwiązała nieprawdopodobnie złożone i pozornie niemożliwe do pokonania problemy, podejście do leczenia raka nie uległo zmianie od dobrej dekady. Ten cudowny, szczodry człowiek powiedział mi ze złością

w głosie, że gdyby w swojej pracy przyjął medyczny model rozwoju, to zbankrutowałby w ciągu miesiąca. Czuję to samo, co on, widząc, jak „starszokolna” medycyna diagnozuje pacjentów.

Dlatego z fascynacją i otwartym umysłem przeczytałam książkę Anthony’ego Williama „Boski lekarz”, a teraz z równą otwartością zaczytuję się w „Uzdrawianie tarczycy według boskiego lekarza”. Pacjenci potrzebują odpowiedzi teraz i nie mogą na nie czekać kolejnych dwóch dekad. Poza tym wiem, że nie dostarczy ich żadne laboratorium. Możemy nazwać tę siłę, jak tylko chcesz: Świadomością, Bogiem, Głosem czy Polem; Anthony ma bezpośredni kontakt z potężnym źródłem wiedzy, mądrości i uzdrowienia.

Badaczy, lekarzy oraz innych naukowców fascynuje związek między wirusami a chorobami. Od wielu lat docierają do mnie informacje o tym, że wirusy w nieoczekiwany sposób przyczyniają się do rozwoju różnych schorzeń i nowotworów. Przykładowo, na początku lat 60. XX wieku wirus Epsteina-Barr powiązano z powstawaniem chłoniaków; obecnie pojawiły się dowody, że przyczynia się do choroby Hodgkina, zaburzeń autoagresywnych, stwardnienia rozsianego i setek tysięcy przypadków raka rocznie. Mimo to nadal nie rozumiemy mechanizmu,



który to powoduje i nie wiemy, jak skutecznie leczyć choroby wywołane działaniem wirusów.

W swojej książce Anthony przedstawia innowacyjną koncepcję chorób tarczycy, jako głównego winowajcę wskazując wirus Epsteina-Barr. Jednocześnie obala wiele mitów, w których miejsce oferuje solidne odpowiedzi. Suplementy, dieta, zioła i techniki uzdrawiające, o których pisze, udowodniły swoją skuteczność. Anthony przekonuje, że nie jesteśmy skazani na choroby tarczycy,

z czym w pełni się zgadzam. Lektura niniejszej książki skłoniła mnie, by zmodyfikować podejście do leczenia zaburzeń gruczołu tarczowego; efekty pojawiły się niemal natychmiast.

Anthony, dziękuję, że wykorzystałeś swój niezwykły dar, by pomóc ludziom w potrzebie. Dziękuję ci za odwagę i dobroć, którą okazujesz w służbie ludzkości. Oby jak najwięcej ludzi – włączając w to całe środowisko medyczne – usłyszało głos twój oraz istoty, która wskazuje ci drogę!

dr Prudence Hall  
Założycielka i dyrektorka  
The Hall Center



# DO CZYTELNIKÓW

---

Świat zalewa fala chorób przewlekłych. W samych Stanach Zjednoczonych ponad 250 milionów ludzi boryka się z tajemniczymi, pogarszającymi jakość życia objawami, których wyjaśnienie wydaje się niemożliwe albo niekomfortowe. Może i ty jesteś jedną z tych osób. Jeśli tak, na pewno przyznasz mi rację, że współczesna medycyna nie potrafi wyjaśnić przyczyn tej epidemii symptomów i cierpienia.

Aby uniknąć nieporozumień, od razu zaznaczę, że cenię sobie naukowe podejście. Lekarze, chirurdzy, personel szpitalny, technicy, badacze i laboranci to ludzie o ogromnym talencie, którzy wykonują gigantyczną pracę na rzecz medycyny konwencjonalnej oraz alternatywnej. Miałem przyjemność współpracować

z wieloma takimi osobami i dziękuję Bogu za to, że istnieją. Dążenie do zrozumienia świata za pośrednictwem rygorystycznego, systemowego modelu badań jest powołaniem, któremu nie każdy sprostą.

Ale jak to z każdą dziedziną naszego życia bywa, medycyna nie osiągnęła swojego apogeum. Nieustannie się rozwija, a teorie, które jeszcze niedawno uznawaliśmy za trafione, dzisiaj okazują się przestarzałe. Dlaczego? Ponieważ nauka nie poznała jeszcze wszystkich odpowiedzi.

Od ponad 100 lat czekamy, aż medycyna zrozumie chorobę tarczycy. Na próżno. Dlaczego mamy okazywać cierpliwość przez kolejne 10, 20 czy 30? Osobę, która nie ma siły wyjść z łóżka, ledwo radzi sobie z codziennością albo nie rozumie, co się

z nią dzieje, powinniśmy za wszelką cenę ratować przed kolejnym dniem – nie mówiąc o całej dekadzie – problemów zdrowotnych. A na pewno nie powinna obserwować, jak tego samego doświadczają jej dzieci. Na całym świecie cierpią miliony ludzi.

I właśnie z tego powodu, kiedy miałem cztery lata, wstąpił we mnie Duch Najwyższego, emanacja Boskiego współczucia: by nauczyć mnie dostrzegać prawdziwe przyczyny chorób dręczących ludzi i podzielić się tą wiedzą ze światem. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o moim życiu, zajrzyj do książki „Boski lekarz. Sekrety leczenia chorób przewlekłych i niewyjaśnionych”. W wielkim skrócie nieustannie słyszę w swojej głowie wyraźny głos Ducha – zupełnie jakby tuż obok stał mój przyjaciel i tłumaczył mi, kto ma jakie dolegliwości. Ale to nie wszystko, ponieważ Duch pokazuje mi też ludzi w sposób analogiczny do zaawansowanego technologicznie obrazowania metodą rezonansu magnetycznego, pozwalając dostrzec wszelkie blokady, choroby, infekcje, problematyczne obszary i dawne urazy.

Widzimy cię. Wiemy, z czym przyszło ci się mierzyć. I chcemy cię od tego uwolnić. Celem mojego życia stało się szerzenie tej wiedzy i rozwianie mgły niezrozumienia – szumu oraz haseł wypromowanych przez przeróżne zdrowotne mody i trendy,

a w ostatecznym rozrachunku przywrócenie ci zdrowia i oddanie kontroli nad własnym życiem.

Wszystko, o czym piszę, jest prawdą i możesz wykorzystać tę wiedzę, by poprawić jakość swojego życia. Moja książka różni się od innych poradników. Zawiera tak dużo informacji, że warto przeczytać ją dwa razy, by upewnić się, że wszystko wyłapałeś\*. Momentami będziesz mieć wrażenie, że coś, o czym piszę, kłóci się z twoją wcześniejszą wiedzą albo że coś podobnego już gdzieś czytałeś – ale pamiętaj, że diabeł tkwi w szczegółach. Wszystko, o czym piszę, to szczerą prawdą. Nie jest to opakowana w ładny sposób stara teoria, która udaje nowe odkrycie. Wiedza, którą się dzielę, nie pochodzi od grup interesu, funduszy medycznych oczekujących konkretnych rezultatów, ze zniekształconych badań, z ust lobbistów ani grup wpływu, nie jest opłacana łapówkami i nie ma nic wspólnego z modą.

Właśnie takie przeszkody utrudniają badania medyczne i stoją na drodze prawdziwego rozwoju naukowego, uniemożliwiając nam zrozumienie natury chorób przewlekłych. Gdy jakieś ośrodki mają żywotny interes w ukryciu niewygodnych fak-

\* W języku polskim przyjęło się stosować w tekście formę męską. Nie zmienia to faktu, że poradnik kierowany jest w równym stopniu do mężczyzn i kobiet (przyp. tłum.).

tów, tracimy czas i pieniądze na rzeczy, które nie są warte naszej uwagi. Odkrycia, które w namacalny sposób wpłynęłyby na rozwój badań, zostają zignorowane, a fundusze na ich zgłębianie – obcięte. Dane, które uważamy za ponadczasowe, ulegają zniekształceniu – skażeniu i zmanipulowaniu – po czym, pomimo oczywistych błędów, traktowane są jak wyrocznia.

Na kolejnych stronach tej książki czytelnik nie znajdzie cytatów z badań naukowych prowadzonych przez nieefektywne ośrodki. Dzięki temu unikamy ryzyka, że ich wiarygodność zostanie podważona, jak ma to miejsce w przypadku innych poradników zdrowotnych. Wiedza, którą się z Tobą dzielę, pochodzi od istoty wyższej: Ducha Współczucia i przekazuję ją w czystej, nieskażonej postaci. Nic nie może się równać z mocą współczucia.

Jeśli jesteś racjonalistą i wierzysz w siłę nauki, to niczym się nie różnimy. Ale warto wiedzieć, że nasz stan wiedzy o tarczycy pozostawia dużo do życzenia. Gruczoł tarczowy pozostaje naukową zagadką. Badania są niejednoznaczne i nie wskazują konkretnych przyczyn jego chorób. W przeciwieństwie do wielu innych dziedzin nauki, w których decydującą rolę odgrywiają obliczenia i pomiary, nasza wiedza o tarczycy nadal pozostaje mocno teoretyczna – a że

koncepty, którymi operujemy, są dalekie od prawdy, nie dysponujemy też żadnym narzędziem w walce z chorobami. Nauka nie ma pojęcia, jak zabrać się do tego tematu.

Były takie czasy, kiedy o każdym aspekcie życia decydowała władza. Przekonywano nas, że Słońce krąży wokół Ziemi albo że nasza planeta jest płaska – a my w to wierzyliśmy. Żadna z tych teorii nie była faktem, ale tak je traktowaliśmy. Nikomu nie przyszło do głowy, że to nieprawda – po prostu tak wyglądała ich rzeczywistość. Każdego, kto kłócił się z przyjętym obrazem świata, traktowano jak głupka. Tak było do momentu zmiany paradygmatów naukowych. Badacze i naukowcy, którzy już wcześniej niechętnie wierzyli w cokolwiek na słowo, udowodnili, że pogłębiona analiza pozwala dużo lepiej niż dotychczas zrozumieć otaczający nas świat.

Obecnie „władzą” jest nauka. Zdarza się, że ratuje ludzkie życie. Chirurdzy używają sterylnych narzędzi, ponieważ w przeciwieństwie do swoich poprzedników wiedzą, jak wielkim zagrożeniem jest ich skażenie. Ale fakt, że coś się zmieniło na lepsze, nie oznacza, że powinniśmy przestać zadawać pytania. Czas na kolejną zmianę paradygmatów. Tłumaczenie „tak mówi nauka” już nie wystarcza, gdy w grę wchodzi choroby przewlekłe. W jaki sposób

przeprowadzono badania? Kto je sfinansował? Czy grupa pacjentów była wystarczająco zróżnicowana? Ilu ich było? Czy system kontroli nie urągał standardom? Czy wzięto pod uwagę wystarczającą liczbę czynników? Czy posłużono się zaawansowanymi metodami pomiaru? Czy analiza przeprowadzona na podstawie wyników przyniosła analogiczne wnioski, co sam eksperyment? Czy istnieje ryzyko stronniczości? Czy ktoś próbował wpływać na konkluzje?

Postawmy sprawę jasno. Współczesna nauka, nawet w kwestiach, które uważamy za niepodważalne, stoi na niepewnych fundamentach. Czytelnik na pewno wie, co mam na myśli, jeśli słyszał o zabiegach wymiany siateczki wszeytej po operacji przepukliny. Mowa o implancie, który stworzono z zachowaniem najwyższych standardów medycznych i poddano najbardziej rygorystycznym testom. Ale nawet to nie gwarantowało wyeliminowania wszystkich wad. Niektóre siateczki zaczęły stwarzać problemy, a mit o nieomylności nauki runął. Zastanówmy się teraz, czego jeszcze nie wiemy o chorobach tarczycy. Gruczolu tarczowego nie można ot tak, po prostu, wziąć do ręki i zmierzyć. To jeden z narządów naszego organizmu, jednej z największych zagadek – i cudów – życia. Powtórzę raz jeszcze: nauka to „praca w toku”,

zwłaszcza gdy w grę wchodzi ludzkie ciało. Postęp uzależniony jest od czujnej obserwacji, otwartości i zdolności do adaptacji.

Jeśli jesteś jedną z tych osób, które nigdy nie miały problemów zdrowotnych, nie borykały się z chorobą, której żaden lekarz nie potrafił nazwać, albo jeśli dostrzegasz, jak bardzo skostniało nasze podejście do zagadnienia leczenia tarczycy na gruncie medycyny, nauki czy odżywiania, mam nadzieję, że podczas lektury kolejnych rozdziałów otworzysz umysł i obudzisz w sobie ciekawość. Mało kto podejrzewa, gdzie powinniśmy szukać źródła epidemii chorób gruczolu tarczowego. Jestem przekonany, że nikt jeszcze nie przedstawił tego samego wytłumaczenia, co ja. W przeciągu ostatnich kilkudziesięciu lat ta prawda pomogła dziesiątkom tysięcy ludzi.

Od kiedy zacząłem dzielić się ze światem wiedzą przekazaną mi przez Ducha, miałem przyjemność obserwować, jak wielki wpływ ma ona na życie zwykłych ludzi. Dzięki książkom z serii „Boski lekarz” (ang. „Medical Medium”) dotarłem z moim przekazem do najdalszych zakątków świata, pomagając kolejnym tysiącom czytelników.

Zauważyłem jednak, że znaleźli się ludzie gotowi zniekształcić mój przekaz w imię osobistych korzyści.

By zrealizować swój cel, uderzają w cierpiących.

Nie taki cel przyświeca mojej misji. Cieszy mnie, gdy ktoś czerpie wiedzę z moich wypowiedzi i przekazuje przesłanie współczucia dalej, pomagając kolejnym osobom. Dziękuję za to. Ale sytuacja, w której przekaz zostaje zniekształcony, rodzi zagrożenie. Osoba żądna sławy może okraszyć go modnymi dodatkami lub zmienić na tyle, by sprawiał wrażenie zupełnie nowej koncepcji. Piszę to wszystko, by ostrzec moich czytelników oraz ich bliskich przed niebezpieczeństwem.

Moja książka nie miełe ogranych teorii. Nie przekonuję w niej, że tarczyca odpowiada za wszystkie problemy zdrowotne, ani nie promuję swojej wersji diety wysokobiałkowej, która miałaby uchronić organizm przed objawami. Wszystkie informacje, którymi dzielę się z czytel-

nikami, są zupełnie nowe – oferuję oryginalne spojrzenie na problem, który w negatywny sposób wpłynął na poziom życia wielu ludzi i radzę, jak go rozwiązać.

Zrozumiem, jeśli zareagujesz powątpiewaniem. Już tacy jesteśmy – oceniamy. Niewykluczone, że w określonych sytuacjach ta instynktowna reakcja chroni nas przed zagrożeniem; ba, może wręcz pomóc w codziennych zmaganiach. Mam jednak nadzieję, że zastanowisz się dwa razy, zanim odrzucisz moje wyjaśnienie. W tym konkretnym przypadku na szali leży prawda oraz zdrowie twoje i twoich bliskich.

Zapnij pasy – wyruszamy we wspólną podróż ku uzdrowieniu i bardzo bym chciał przekazać ci wiedzę na temat chorób tarczycy. Dziękuję, że jesteś ze mną i czytasz moją książkę. Prawda odmieni życie twoje i twoich bliskich.





CZĘŚĆ I

# OBJAWIENIE





## Cała prawda o tarczycy

---

To twój wielki dzień. Wstajesz wcześniej niż zwykle, najadasz się aż do przesytu, wysyłasz szefowej wiadomość, że się spóźnisz. Do gabinetu lekarza jedziesz z nadzieją, że w drodze powrotnej będziesz mieć już nieco większą kontrolę nad swoim życiem.

Może wreszcie dowiesz się, skąd wzięły się problemy ze snem, nadwagą, koncentracją i zmęczeniem oraz dlaczego przeredzają ci się włosy. *Albo – myślisz sobie – skąd biorą się te uderzenia gorąca, marznięcie dłoni i stóp, łamliwość paznokci, suchość skóry, trzępotanie przedśionków, zespół niespokojnych nóg, kłopoty z pamięcią, plamki przed oczami, osłabienie mięśni, zaburzenia poziomu hormonów, zawroty głowy, mrowienie i odrętwienie, dzwonięcie albo buczenie w uszach, bóle,*

*łęki i depresja.* W poczekalni nie możesz się skoncentrować na lekturze artykułu, bo wyczekujesz, aż ktoś wyczyta twoje nazwisko.

Jest. Idziesz do gabinetu, siadasz i próbujesz uspokoić oddech. Kilka minut później przychodzi lekarz, zamieniacie kilka niezobowiązujących uwag i wreszcie słyszysz diagnozę: „To zapalenie tarczycy Hashimoto”.

Poznanie źródła problemów nie sie ze sobą pewną ulgę... Tyle że ta nazwa niczego ci nie mówi. „Co to jest?”, pytasz.

„Badanie krwi wykazało wysoki poziom przeciwciał przeciw tarczycowym. To oraz podwyższony poziom hormonu pobudzającego tarczycę – TSH, powiększenie gruczołu tarczowego i objawy niedoczynności tarczycy wskazują na

zaburzenie pracy układu odpornościowego. Chodzi o tzw. reakcję autoagresywną; organizm atakuje tarczycę, którą bierze za intruza. Wywołuje stan zapalny i powoli niszczy gruczoł, stopniowo ograniczając jego funkcjonalność”.

Kiedy wyobrażasz sobie, jak układ odpornościowy atakuje ten mały, bezbronny gruczoł w gardle, opuszczają cię resztki nadziei. Gdyby tylko diagnozę można było wymienić na inną jak parę niedopasowanych butów zamówionych w internecie. W polu „Powody zwrotu” wpisujemy „nie pasują” i problem z głowy – szukamy dalej. Niestety, musisz zmierzyć się z rzeczywistością. „Jak do tego doszło?”.

„Może chodzić o genetyczną podatność na reakcję autoimmunologiczną wywołaną przez czynniki środowiskowe: bakterie, dietę albo stres”.

„Ale dlaczego organizm miałby atakować sam siebie? Jak do tego doszło?”

„Cóż, nadal nie wiemy, co tak naprawdę wywołuje choroby autoagresywne”, informuje cię lekarz z pełnym współczuciu uśmiechem. „Ale każdego dnia robimy wielkie postępy. A teraz porozmawiajmy o lekach”.

Wracając do domu, wcale nie czujesz się pewniej. Masz wrażenie, że własne ciało cię zdradziło. Dlaczego układ odpornościowy atakuje organizm? Skoro nie możesz ufać swojemu ciału, to co ci jeszcze zostało?

Może w twoim przypadku wyglądało to nieco inaczej. Może lekarz poinformował cię, że cierpisz na zespół Gravesa-Basedowa – chorobę skutkującą nadczynnością tarczycy.

Albo też badania wskazały – albo zrobił to specjalista w dziedzinie medycyny funkcjonalnej, który poprawnie odczytał znaki – pierwotną niedoczynność gruczołu tarczowego, objawiającą się niedoborem hormonów tarczycy. Może chodzi o guzki, cysty bądź nawet nowotwór. Lekarz zapytany o przyczyny tych problemów zdrowotnych odpowiada, że twój organizm zaczął się przedwcześnie starzeć. Taka informacja potrafi przybić, zwłaszcza jeśli jesteś przed 30.

Może lekarz nie poprzestaje na jednej diagnozie i do zapalenia tarczycy Hashimoto, choroby Gravesa-Basedowa, niedoczynności lub nadczynności tarczycy i jej rozrostu dorzuca boreliozę, reumatoidalne zapalenie stawów albo fibromialgię, tłumacząc choroby perimenopauzą lub menopauzą. Ktoś inny rzuci w żartach, że jesteś „beznadziejnym przypadkiem” lub hipochondrykiem, raniąc cię tym do głębi – przecieź jedyne, o czym marzysz, to żeby wszystko wreszcie wróciło do normy. Czujesz się, jakby nikt nie słuchał tego, co masz do powiedzenia.

A może, kiedy pierwszy raz odwiedziłeś lekarza, badania nie wykazały

niczego niepokojącego? Tak zaczęła się twoja niustająca tułaczka po gabinetach. Zaczęłeś tracić wiarę w lekarzy i samego siebie. Uwierzyłeś, że wszystko sobie ubzdurałeś. W końcu jednak wzięłeś sprawy w swoje ręce, zapoznałeś się z literaturą przedmiotu i odkryłeś, co się z tobą dzieje. Zmiana diety przyniosła częściową ulgę, ale każdy dzień jest wyzwaniem i nadal nie czujesz się sobą.

A może było jeszcze inaczej: byłeś zbyt zestresowany, by pójść do lekarza i opowiedzieć mu o swoim zmęczeniu, lękach, zamgleniu umysłu i zawrotach głowy. I po przeczytaniu kilku artykułów traktujących o schorzeniach tarczycy zacząłeś zadawać sobie pytanie, czy przypadkiem nie chodzi właśnie o to.

Może to bliska ci osoba cierpi na utrzymujące się, niewytłumaczalne objawy lub niemożliwe do zidentyfikowania schorzenie tarczycy. Obserwujesz, jak jej życie obraca się w gruzy i zrobiłbyś wszystko, by przywrócić jej zdrowie.

Albo jesteś lekarzem i serce ci pęka na widok kolejnych pacjentów uskarżających się na chroniczny ból lub inne dolegliwości. Na bieżąco uzupełniasz swoją wiedzę o reakcji autoimmunologicznej oraz schorzeniach tarczycy. Umiesz czytać między wierszami, kwestionujesz nawet badania krwi, dostarczasz pacjentom najnowszych narzędzi umożliwiających

walczących walkę z chorobami przewlekłymi i obserwujesz, które leki nie przynoszą ulgi, czekając nieustannie, aż w nauce dokona się przełom i odkryjemy całą prawdę o tarczycy.

Jeśli twoja historia wpisuje się w któryś z powyższych scenariuszy, wiedz, że nie jesteś sam – miliony ludzi na całym świecie boryka się z objawami, które lekarze dopiero teraz zaczęli kojarzyć z chorobami gruczołu tarczowego. Choć to, co przeżyłeś, ma przede wszystkim wymiar osobisty, wspierają cię niezliczone rzesze, które nie ustąpią, dopóki nie dowiedzą się całej prawdy.

Pomimo przeciwności nadal robisz swoje. Niezależnie od tego, jak często słyszysz, że choroba autoagresywna prowadzi do autodestrukcji, a zaburzenia tarczycy mają podłoże genetyczne, niezależnie od tego, jak często stykałeś się z niedowierzaniem, traciłeś wiarę w siebie, zaczynałeś wierzyć, że to z tobą jest coś nie tak lub że za mało się starasz, na pewno nieustannie towarzyszyło ci przekonanie, że dzieje się z tobą coś złego.

Dlaczego twój organizm miałby atakować sam siebie? Skoro problemy z tarczycą mają podłoże genetyczne, to dlaczego rozpowszechniły się w przeciągu zaledwie kilku dekad? Jak to możliwe, że tylko wyobrażamy sobie ból – czy to jakiś przejaw kosmicznej karmy?

Myślisz sobie, że musi istnieć spójne wyjaśnienie. Teoria, która wszystko by tłumaczyła.

I masz rację.

## NA KOGO BY TU ZRZUCIĆ WINĘ

Musisz wiedzieć jedno: to nie ty wywołałaś objawy i schorzenia, które dają ci się we znaki.

Jasne? Powtórzę raz jeszcze, ponieważ w przestrzeni publicznej dominuje odwrotny komunikat: *to nie ty wywołałaś objawy i schorzenia, które dają ci się we znaki.*

Nie wywołałaś swojej choroby. Nie przyciągnęłaś jej ani nie zamaniastowałaś. Nie wymyśliłaś jej sobie. Nie zachorowałaś z nudów ani dlatego, że jesteś szalony, leniwy, bo masz słabą wolę czy coś jest z tobą nie tak. Tych objawów nie przyciągnęły ani negatywne myśli, ani twój lęk. Twój przodekowie też nie ponoszą winy za to, co ci się przytrafiło, i bynajmniej nie przeciwdziałaś podświadomie procesom leczącym, ponieważ chcesz zwrócić na siebie uwagę. Cierpienie, którego doświadczasz, nie jest karą boską, zemstą wszechświata ani manifestacją karmicznej sprawiedliwości.

Twoje ciało cię nie zawiodło. Objawy zaburzeń pracy tarczycy i schorzenia gruczołu tarczowego nie są oznaką buntu. Organizm nigdy cię

nie zdradzi. Wprost przeciwnie – wspiera cię dzień i noc, ponieważ *darzy cię bezwarunkową miłością.*

Żadnej z tych informacji nie znajdziesz w publikacjach naukowych. Dlaczego? Ponieważ nauczyliśmy się szukać winnych. Zawsze staramy się zaproponować jakieś rozwiązanie, nawet jeśli nie ma sensu. Czym innym są tajemnice wszechświata – jeśli nie rozumiemy jakiejś kwestii dotyczącej czasu lub przestrzeni, przetykamy tę gorzką pigułkę i czekamy, aż pojawi się odpowiedź. Ale jeśli doświadczamy nieznanego, np. bólu i różnorodnych dolegliwości, w swoim codziennym życiu, brak wyjaśnienia wywołuje u nas stres.

Dlatego wypełniamy luki; kiedy dzieje się coś złego, chcemy jak najszybciej usłyszeć wytłumaczenie. Kiedy nasza firma zawali jakieś zlecenie, chcemy usłyszeć, kogo należy winić. U źródła takiego zachowania leży godne pochwały dążenie do promowania osobistej odpowiedzialności za swoje czyny. Wydaje nam się, że im szybciej uzyskamy odpowiedzi, tym lepiej zabezpieczymy się przed podobnymi potknięciami w przyszłości.

Ale co będzie, jeśli napiętnujemy nie tę osobę, co trzeba? Jeśli, starając się możliwie najszybciej wytłumaczyć, dlaczego dane z arkusza są niepoprawne, menadżer zrzuci winę na ciebie, dyrektora generalnego,

posądzając cię złe zarządzanie? I jeśli przez kolejne lata wszyscy będą z dużą dozą nieufności podchodzili do twoich poleceń, aż w końcu przestaniesz wierzyć w swój własny osąd? Zabrzmi to dziwnie, ale wiele osób będzie zadowolonych, gdy usłyszy, dlaczego zawaliliście projekt.

Ale co jeśli ta odpowiedź jest niewłaściwa? Przez cały ten czas byłeś postrzegany jako źródło problemów, a nagle okazuje się, że podejmowałeś właściwe decyzje, a faktycznym winowajcą jest wirus komputerowy?

Dokładnie tak wygląda świat osób cierpiących na schorzenia tarczycy. Brak wytłumaczenia problemów zdrowotnych ogromnej części społeczeństwa stoi w jawnej sprzeczności z promowaną przez lekarzy wizją służby zdrowia. Dlatego, kiedy brakuje odpowiedzi, badacze mówią o chorobach autoagresywnych, zrzucając winę na organizm pacjenta. Tymi Wielkimi Pomyłkami zajmujemy się w drugiej części książki. Nie powstały w efekcie złej woli: lekarze naprawdę chcą ci wytłumaczyć, dlaczego masz problemy ze snem, w szaleńczym tempie przybierasz na wadze albo ciągle chodzisz zmęczona, by rozwiązać mgłą tajemnicy.

Problem polega na tym, że szybko się rozprzestrzeniają i zaczynają żyć własnym życiem, a jeśli będziemy je powtarzać, ludzie zaczną w nie wierzyć. Właśnie dlatego środowisko

medyczne zakłada, że choroby autoagresywne istnieją, a badacze szukają powodów, dla których układ odpornościowy miałby zaatakować tarczycę. Takie podejście nie przybliży nas do odpowiedzi, ponieważ w chorobie autoagresywnej nie chodzi o to, że ciało zaczyna zachowywać się w autodestrukcyjny sposób – ani o to, że organizm się starzeje, mamy niewłaściwe geny, skupiamy się nie na tym, co trzeba i na konkretnych emocjach albo że niezdrowo się odżywiamy.

Diagnoza mówiąca o chorobie tarczycy może przytłoczyć każdego. Poczucie, że coś jest z nami nie tak, potrafi być ogromnym ciężarem. Tak samo zresztą, jak próba zmierzenia się z tajemniczymi objawami, gdy nie mamy pojęcia, co dzieje się z naszym ciałem i umysłem.

Kiedy z takim problemem boryka się osoba dojrzała, odbiera to jako niesprawiedliwe utrudnienie. Objawy pojawiły się dokładnie w momencie, gdy uwolniła się od zobowiązań i miała zacząć korzystać z życia.

Jeśli masz 30, 40 albo 50 lat, zaburzenia pracy tarczycy kojarzą ci się z przedwczesnym starzeniem się. Włożyłeś tyle wysiłku, by ułożyć sobie życie, poświęciłeś tyle czasu swojej rodzinie i karierze, i zaczynasz się bać, że wszystko się rozpadnie. Bo niby jak zadbasz o bliskich i poradzisz sobie ze wszystkimi wyzwaniami?

Dla osoby, która dopiero wchodzi w dorosłość, objawy choroby gruczołu tarczowego to nic innego, jak wyrok. Dopiero co założyłaś rodzinę i zaczęłaś pracę zawodową – albo nawet nie – a tu ni z tego, ni z owego zostajesz zepchnięty na boczny tor i zastanawiasz się, jak sobie poradzisz finansowo oraz czy myślenie o związkach ma w ogóle sens.

Życie nigdy nie pozwala się nudzić. Dlatego ostatnie, czego nam trzeba, to wyrzuty sumienia towarzyszące chorobie. Zwłaszcza, że to nie my ją wywołaliśmy. Dlatego odrzucmy poczucie winy, zastępując je prawdziwymi przyczynami chorób tarczycy, byśmy mogli zabrać się za leczenie.

## WIRUSY

Miejmy nadzieję, że za dwadzieścia lub trzydzieści lat medycyna opracuje badania, które przyniosą pacjentom prawdziwe odpowiedzi. Ale osoba, która dzisiaj boryka się z objawami choroby, nie powinna czekać kolejnych dwóch lub trzech dekad. Wystarczająco długo zmagala się ze swoimi problemami, wykazując zdumiewającą cierpliwość. Czas poznać prawdę i usłyszeć odpowiedzi.

Jeśli zdiagnozowano u ciebie zapalenie tarczycy Hashimoto, niedoczynność tarczycy lub dowolne inne zaburzenie pracy gruczołu tarczowego,

najprawdopodobniej lekarze zaproponowali ci niewłaściwą terapię – nie znając prawdziwych przyczyn tych problemów, nie mogą dobrać odpowiednich metod leczenia.

A jeśli badanie zaburzeń pracy tarczycy nie wykazało żadnych zagrożeń i tak możesz zupełnie nieświadomie cierpieć na niedoczynność albo nadczynność gruczołu tarczowego – a to dlatego, że badania nie są w 100% dokładne.

Niektórzy lekarze zaczęli zauważać, że testy nie mówią całej prawdy. Tak wielu ich pacjentów borykało się z klasycznymi objawami nadczynności tarczycy – choć badania nie wykazały obecności choroby – aż w końcu sami doszli do logicznego wniosku, że narzędzia diagnostyczne, którymi się posługujemy, nie są wystarczająco precyzyjne. I właśnie ci ludzie dostrzegają, że problem chorób tarczycy nabrał rozmiarów epidemii.

Niestety, nawet najbardziej aktualne informacje o schorzeniach gruczołu tarczowego są w gruncie rzeczy niepełne, a niekiedy wręcz fałszywe. Książki podejmujące ten temat są nieaktualne w momencie publikacji, ponieważ nie ujmują sedna choroby. Eksperti zapraszani do programów telewizyjnych i radiowych żyją teoriami, które nijak się mają do rzeczywistości.

Chciałbym, żeby wszyscy mieli równy dostęp do prawdy. Niestety



tak nie jest – i warto o tym pamiętać, by nie tracić cennego czasu na przekopywanie się przez informacje oparte na przestarzałym podejściu do chorób przewlekłych. Jeśli gdzieś wyczytasz, że w zapaleniu tarczycy Hashimoto albo w chorobie Gravesa- Basedowa organizm atakuje sam siebie – a taka teoria jest obecnie najbardziej popularna – to wiedz, że autor tekstu tkwi w przeszłości. Analizowanie teorii dotyczących tarczycy przypomina wycieczkę po antykwariatach. Zapoznawanie się z przestarzałymi teoriami ma swoje plusy, ponieważ dowiadujemy się, jak ludzie kiedyś postrzegali rzeczywistość, ale te starocia w niczym ci dzisiaj nie pomogą.

Informacje, do których docieramy, powinny nieść pomoc, a nie zwodzić nas na manowce. Zatem dlaczego to robią, pytasz? Z dwóch powodów: (1) autorzy wychodzą z założenia, że w chorobie autoagresywnej układ odpornościowy bierze na celownik nasz organizm – a to nieprawda, co już za chwilę udowodnię. Po (2), im mocniej koncentrujemy się na tarczycy, tym mniejsza szansa, że spojrzymy na problem z szerszej perspektywy.

A ta jest naprawdę szeroka.

Teorie, o których czytamy, zafiksowały się na pozornym celu – takiej drewnianej kaczce, którą myśliwy wypuszcza na jezioro, by przyciągnęła stado. Ten wabik – błędne założenie,

że tarczyca odpowiada za niezliczone choroby – odwraca uwagę od faktów. Jeśli odsuniemy od oczu lornetkę i znajdziemy sobie wyżej położony punkt obserwacyjny, dostrzeżemy schronienie, do którego udają się ptaki. Tak samo jest z chorobami tarczycy – jeśli zrozumiesz, gdzie czai się prawdziwe zagrożenie, pomożesz sobie i bliskim.

Czy tarczyca znalazła się na celowniku? Tak. Czy ma wpływ na nasze zdrowie? Ogromny. Czy miliony ludzi chorują przez problemy tarczycy? Nie.

Tej informacji nie znajdziesz w periodykach medycznych, w internecie i bieżącej literaturze tematu: zaburzenia pracy gruczołu tarczowego nie prowadzą do rozwoju chorób. ***To tylko kolejny objaw faktycznego problemu.***

Schorzenia tarczycy nie ograniczają się do stanu tego niewielkiego, umiejscowionego w karku gruczołu. I nie tłumaczą nieskończonej palety objawów; tarczyca nie stanowi ostatecznego wytłumaczenia wszystkich zaburzeń. Prawdziwym źródłem naszych kłopotów jest coś, co przenika cały organizm, atakuje go i wywołuje wszystkie te symptomy, które przypisujemy schorzeniom gruczołu tarczowego: mówię o *wirusie tarczycy*.

Osoby, które zaatakował ten wszechobecny wirus, chorują już teraz lub zachorują lada moment. Co gorsza, nie atakuje on wyłącznie gru-

czołu tarczowego. Do tarczycy dociera w trzecim stadium – a daje się nam we znaki od pierwszego, i nie ma tu znaczenia, czy zaobserwujemy jego działanie. Wywołuje wiele objawów i schorzeń kojarzonych z tarczycą – to dlatego wszystkie dowody zdają się wskazywać na jednego winowajcę. Misja wirusa nie kończy się, kiedy dotrze do gruczołu tarczowego. On mierzy wyżej – chce zaszkodzić układowi nerwowemu, wywołując przy okazji tajemnicze objawy i pogarszając ogólny stan zdrowia.

Ale czytając moją książkę, otrzymałeś narzędzie, które pozwoli ci powstrzymać jego postępy.

W kolejnych rozdziałach pierwszej części mojej książki, zatytułowanej „Objawienie”, wyjaśnimy sobie, jak działa ten wirus, w jaki sposób wywołuje objawy i co powinna zrobić osoba, która poddała się badaniu albo przyjmuje leki. W części drugiej, „Wielkie pomyłki”, przeanalizujemy popełnione przez współczesną naukę błędy, które utrudniają skuteczne leczenie. W części trzeciej, „Zmartwychwstanie”, znajdziesz zestaw narzędzi służących uzdrowieniu. Dowiesz się, co powinieneś zrobić, jeśli poddałeś się zabiegowi całkowitego lub częściowego usunięcia tarczycy, jak powstrzymać rozwój wirusa oraz jak przywrócić tarczycy – oraz całemu ciału – zdrowie i witalność. Moje rozwiązanie obejmuje specjal-

ną 90-dniową rehabilitację i przepisy na dania wspomagające leczenie tarczycy.

Wreszcie w części czwartej, „Tajemnice zdrowego snu”, skupimy się na problemach z nocnym odpoczynkiem – od wstawania w nocy, przez niewyspanie i trudności z zasypianiem. Kłopoty ze snem często klasyfikuje się jako jeden z objawów schorzeń tarczycy, ale bezsenność jest dużo większym problemem, niż mogłoby się wydawać. Współczesna medycyna nie odkryła jeszcze zagadki snu, trzeba jednak wiedzieć, że ma on kluczowe znaczenie dla pokonania wirusa tarczycy i profilaktyki zdrowia – i właśnie dlatego poświęcę mu osobny rozdział. Wszyscy bez wyjątku zasługujemy na wypoczynek i już niedługo dowiesz się, jak zapewnić sobie regenerujący sen.

## WITAMY NOWEGO EKSPERTA OD SPRAW TARCZYCY: CIEBIE

W książce, którą trzymasz w dłoniach, znajdziesz wszystkie odpowiedzi, których szukałeś. Siła wyższa powie ci, jaką drogę pokonałeś i jak możesz odzyskać dawne życie. Właśnie wyruszyłeś w drogę ku uzdrowieniu. Pierwszym wielkim krokiem będzie poznanie prawdy.

Zanim dotrzesz do ostatniej strony, staniesz się prawdziwym ekspertem

w dziedzinie leczenia zaburzeń gruczołu tarczowego, dysponując wiedzą wykraczającą poza wszelkie teorie krążące po świecie. Będziesz wiedzieć więcej niż najlepszy specjalista. Bo co właściwie oznacza ten termin? Osobę, która dobrze orientuje się w teoriach? Czy kogoś, kto dostrzega szerszy obraz sytuacji? Już niedługo zrozumiesz, co dzieje się z twoją tarczycą – oraz całym organizmem – i wykorzystasz tę wiedzę, by odzyskać pełnię zdrowia. *Ty sam* staniesz się ekspertem od spraw tarczycy.

Ale ta podróż nie skończy się w tym momencie. Obserwując tę przemianę, otaczający cię ludzie zaczną wypytywać o twoją tajemnicę. W sklepie spożywczym, w księgarni, w internecie albo przy spotkaniu z przyjaciółmi lub rodziną, będziesz miał okazję oświecić innych światłem prawdy i dołożyć swoją cegiełkę do ruchu uzdrowienia. Kto wie, jak wielu ludziom pomożesz.

Zaczynamy.