



Teszteld az egészséged!

Milyen állapotban van a szervezeted? Mely betegségek fenyegetnek? Mindent megadsz a testednek, amire szüksége van? Mennyire hat rád károsan a stressz? A legmodernebb alternatív szűrővizsgálatok és diagnosztikai eljárások választ adnak ezekre a fontos kérdésekre.

■ Rózsa Ágnes írása

Néhány szupermodern gépezet és mindössze pár perc kell ahhoz, hogy a diagnosztikai újdonságok segítségével teljes képet kapjunk a szervezetünkről. Van, amelyik elektromos jelekkel, mások a szív munkájának feltérképezésével dolgoznak, vagy épp a testnedvekből mérnek fontos értékeket, ám ami közös bennük: már akkor képesek jelezni, amikor a panasz még nem okoz tüneteket. Elárulják, ha egy szervezeted rosszul működik, ha valahol a testedben elakadt az energiaáramlás. Már akkor figyelmeztetnek, amikor még

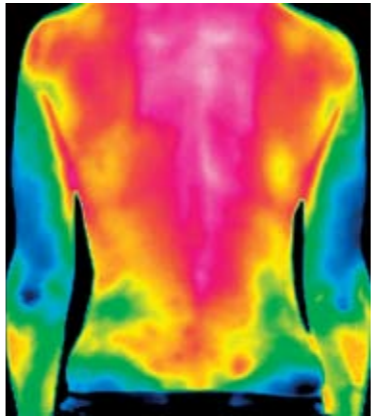
nem késő változtatni. „Sokan olyankor jönnek hozzánk, amikor a hagyományos orvoslás keretei között már mindent megpróbáltak, ám nem derült ki, mi okozza a panaszokat – mondja dr. Balaicza Erika belgyógyász, biológiai tumorterapeuta, a Biovital-Melissa Egészségközpont orvosa. – Pedig az ideális az lenne, ha – mint ahogyan az autónkat is rendszeresen visszük szervizbe – időről időre mindenki leellenőrizné a szervezete állapotát és megtenné a szükséges korrekciókat. A betegségek nem akkor alakulnak ki, amikor már

fájdalmat érzünk, a kóros folyamatok akár évekkorábban is elkezdődhetnek. Például sok-sok hónappal azelőtt, hogy felfedeznének egy daganatot a szervezetben, a vérben már daganatos sejtek milliói keringenek. Egyetlen teszt persze sosem ad tökéletes eredményt, hiszen mindegyiknek van vakfoltja, mindegyik másban jobb. De néhány vizsgálatot kombinálva már komplex képet kaphatunk. A tesztek arra is kiválóan alkalmasak, hogy leellenőrizzük, mennyire válik be a javasolt gyógymód.”

Színpompás hőterkép

TERMOGRÁFIA

Egy speciális kamerával készítenek felvételt a testről, amely képes felfogni és színeké alakítva megjeleníteni a szervezet által termelt hőt. Ott, ahol valamilyen gyulladás, kóros elváltozás, keringési vagy működési zavar áll fenn, megváltozik a hőmérséklet az optimáléhoz viszonyítva, ami a képen eltérő színeként jelenik meg. (Az ideális hőmérsékletű területeken zöld, a gyulladt területeken sárga és piros, míg a rossz keringésű részekben kék szín látható.) A vizsgálat látványos, egyszerű, semmilyen fájdalommal vagy kellemetlenséggel nem jár.



Mikor ajánlott? Izmok, ízületek, hasi szervek állapotának ellenőrzésére, krónikus fejfájás esetén, fej- és nyaktáji góccok gyanújakor. Előszűrésre is ideális mammoográfia, tükrözés vagy röntgen előtt..

Mesél a vér

ENDERLEIN-FÉLE VÉRCSEPPANALÍZIS

A páciens számára is roppant látványos vizsgálat során a vércseppet speciális szétterítős mikroszkóp alatt vizsgálják. Egy monitoron lehet végigkövetni a szak-



értő magyarázatát, és figyelemmel kísérni, hogyan viselkednek, milyen állapotban vannak a vért alkotó elemek. Lenyűgöző látni a sok vörös vértestet, a lassan mozgó fehér vércseppet, a vérünkben élő baktériumokat vagy épp a salakanyagokat, és összehasonlítani ezeket a falon függő ideális képpel. Rendkívül tanulságos, informatív és ösztönző kurzust kapunk körülbelül fél órában. A friss után a megszáradt vércseppet is vizsgálják, ebben koncentrikus körökként rendeződnek az egyes szerveket jellemző információk. Kívül a bőrrel, míg belül a zsigeri szervekről láthatunk árulkodó jeleket.

Mikor ajánlott? Ha magas a kockázata a szív- és érrendszeri valamint a daganatos betegségeknek, gyakori fertőzés esetén, gombásodás, emésztési zavarok esetén, krónikus betegségek szervezetre gyakorolt hatásának figyelemmel kísérése, az antioxidáns-szint felmérésére.

Akupunktúra és elektromosság

VOLL-TEST

A vizsgálat során a kezek és a lábak akupunktúrás pontjaiba egy ceruzaszerű eszköz segítségével gyenge áramot bocsátanak, és megméri a szövetek vezetőképességét. (A nyomás kicsit kellemetlen, főleg, ha az embernek száraz a bőre.) A pontok a rajtuk keresztül haladó energiapályák (meridiánok) és a hozzájuk tartozó szervek állapotáról, alul- vagy túlműködéséről adnak információt. Ez a

legrégebbi komplex meridián diagnosztikai módszer, gyógyszeresztetésre is remekül használható.



Mikor ajánlott? Ha valakinél az orvosok ismeretlen eredetű funkciózavart diagnosztizálnak, vagy régóta nem találják a fennálló panaszok okát.

Úrtechnika a diagnosztikában

PROGNOS-TEST

Valójában ez a módszer a Voll-diagnosztika „nagytestvére”, annak rendkívül látványossá bővített formája – tudjuk meg Kramer Ágnesztől, a Rózsa-domb Medical Center vezetőjétől. Az alapelv hasonló: szintén az akupunktúrás pontok vezetőképességéből vonja le a következtetéseket, ám az elemzés jóval látványosabb, a vizsgálat pedig kellemesebb. A rendkívül érzékeny mérőtollal elég épp csak a bőrhez érinteni. A négy végtagon lévő pontok feltérképezése után pedig jöhet az ábrákkal, grafikonokkal, animációkkal színesített értékelés. Az elképesztő információhalmazt a laikus számára is könnyen érthetően tállja a rendszer, amelyet eredetileg arra fejlesztettek ki, hogy az úrhajósok szervezetében jelentkező változásokat nyo-

mon tudják követni. A módszerrel végezhető meridiándaagnosztika (egyres problémás meridiánok vizsgálata) és integrált diagnózis is, azaz a szerve-



zet egészségének feltérképezése. A készülék arra is alkalmas, hogy különféle gyógyító szereket teszteljének vele, ezzel pedig tökéletesen személyre szabott és maximálisan hatékony terápia állítható

össze. (A különböző anyagok frekvenciáit fülhallgatón játsszák le, és méri a páciens által adott válaszreakciókat.)

Mikor ajánlott? Ha valaki komplex állapotfelmérést szeretne, ha az eddig javasolt gyógymódok nem váltak be, továbbá ismeretlen eredetű krónikus panaszok esetén. A program arra is képes, hogy a páciens szervezete számára ideális és nem javasolt ételeket elkülönítse, ezzel a jobb közérzet mellett a sikeres fogyáshoz is hozzájáruljon.

Árulkodó testnedvek

BETA-TEST

Kalandosan indul a vizsgálat: előtte semmi evés-ivás, tilos a fogmosás is, és krémezni, sminkelni sem szabad. Hozni kell viszont a reggeli vizeletet, teli kell köpködni egy kis csészét, és még vért is vesznek. A kezdeti nehézségekért a kapott információhalmaz azonban messze kárpótol, az eredmények remek képet rajzolnak a szervezetünk állapotáról. A testnedvekkel



végzett méréseket az orvos számítógépes program segítségével értékeli ki, kitér a szervezet tápanyag-szintjére, a salakanyagok mennyiségére, az emésztőrendszer teljesítményére és arra is, energetikailag milyen állapotban van a szervezetünk.

Mikor ajánlott? A sav-bázis háztartás feltérképezésére, daganatos betegség gyanúja, illetve daganatra való hajlam esetén, a biológiai és kronológiai életkor* összehasonlítására.

Fontos a hagyományos medicina is!

„A tényeken alapuló orvoslás előnye az alternatív módszerekkel szemben, hogy az eljárások eredményessége széleskörűen bizonyított. Téves az a felfogás, miszerint a hagyományos tesztek csak előrehaladott állapotukban képesek kimutatni a betegségeket. Ha a rizikótényezőket és betegségmegelőző állapotokat is vizsgáljuk a szűrővizsgálatok során, nagyon hatékonyan előzhetjük meg a betegségek kialakulását – állítja dr. Junger Éva belgyógyász-kardiológus, a Medicover Egészségközpont orvosigazgatója. – Az alternatív módszerek sok érdekes (ám nem mindig bizonyított) információt adnak a szervezetünkről, mellyel figyelmeztethetnek a megelőzés fontosságára, de mellettük nem szabad elhanyagolni az orvosilag ajánlott hagyományos szűréseket.”

A szakértő segítségével sorra vettük, milyen rendszerességgel érdemes a vizsgálatokon részt venni.

* Hazánkban a szív- és érrendszeri megbetegedések számítanak a leggyakoribb haláloknak, a rizikót a magas vérnyomás, a

magas vérzsír-szint, a dohányzás és a cukorbetegség jelentősen megnöveli. Érdemes lenne évente az ezekkel kapcsolatos értékeket ellenőriztetni, eltérés esetén pedig kezelni a problémákat.

* A második leggyakoribb halál a daganat, nők körében az emlő- és a méhnyakrák. Évente javasolt a nőgyógyászati vizsgálat, rákszűrés (citológia), melyet havonta a menstruáció kezdete után tíz napon belül végzett emlő önvizsgálattal kell kiegészíteni. Negyven év felett évente mammográfiás vizsgálat is javasolt.

* Aki nagyvárosban él, annak évente érdemes mellkasröntgent végeztetnie tüdőrák szűrésére.

* EKG vizsgálatra, szemészeti ellenőrzésre évente, fogászatra félévente lenne javasolt ellátogatni.

* Negyven éves kor felett nőknél és férfiaknál is jelentősen megnő a bélrendszeri rákok kialakulásának veszélye, rendszeres székletvér-teszttel* lehet biztosítani, hogy időben észleljék, ha baj van.

* A speciális igényeket ma már komplett szűrőcsomag-vizsgálatok elégítik ki, más kombináció ajánlott nőknek, élsportolók-nak vagy menedzsereknek.

Hallgass a szívedre!

TESLAGRAPH

Az autonóm idegrendszer* működését térképezi fel a módszer, a pulzus és a szívfrekvencia-változás alapján. A vegetatív (szimpatikus és paraszimpatikus) idegrendszer, a hormonális és az immunrendszer állapotából következtet arra, milyen mértékben rendelkezik tartalékokkal a szervezet. (A szívfrekvencia változékonysága, vagyis hogy mennyi idő telik el az egyes szívdobbanások között, nagyon sokat elárul arról, hogyan képes a szív alkalmazkodni a külső és belső környezet megváltozott terhelésére.) Kimutatja, mennyire hat ránk a stressz, tartós-e a hatása (szimpatikus túlsúly áll-e fenn), illetve hogy mennyire képes a szervezetünk visszaállítani a nyugalmi állapotot a stresszhelyzet elmúltával (hogyan működik a paraszimpatikus idegrendszer). Néhány elektródát csiptetnek a testre, az eredmény grafikonok formájában látható.

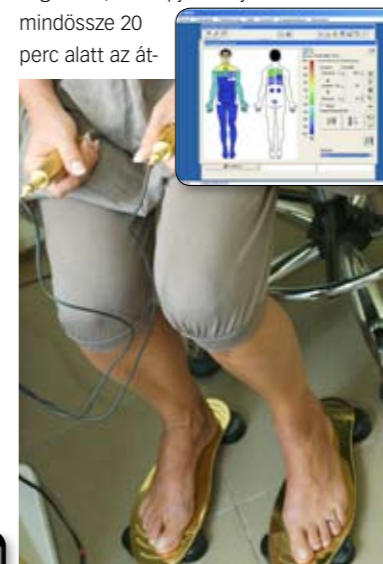


Mikor ajánlott? Általános állapotfelmérés első lépéseként, szívpanaszok esetén, tartós stressz fennállásakor, a burn-out szindróma* tünetei esetén.

Részben az egész

AMSAT

A fejen, a kezeken és a lábakon csatlakoztatnak elektródákat a testhez. A beteg vagy problémás szövetek vezetőképessége kimutathatóan eltér az egészségesétől, ez alapján állítja fel a készülék mindössze 20 perc alatt az át-



figó diagnózist a szervezet 67 szervéről és 12 szervrendszeréről. (Mindezt úgy, hogy miközben részletekbe menő eredményt ad, a test egészét, működésének összehangoltságát is vizsgálja.) Képes megjeleníteni a pszichikai állapotot is, és az eredményeket színes ábrákkal, diagramokkal teszi látványossá.

„A szerveink működése kétféle irányba térhet el az átlagostól, harmonikustól. Ha a rendezettség állapota felől a „kász” felé billen ki, akkor fenyegetik például a daganatos jellegű megbetegedések, míg ha egy bemerevedett állapothoz közelít, az Alzheimer-típusú kórok veszélyeztetik – figyelmeztet Kramer P. Stephan, a Rózsadomb Medical Center tulajdonosa. – A módszer alkalmas a szervek funkcióinak és szöveti elváltozásainak vizsgálatára is,

és a jövőbeni kockázatok előrejelzésére is képes.”

Mikor ajánlott? Olyan esetekben, amikor az ultrahang, az EKG vagy a laborvizsgálatok nem tudják kimutatni a panaszok valódi okát, gyulladásgóc gyanúja, a szervezet regenerációs képességének feltérképezésére. ♦

Kipróbáltam!

Az egymás után végzett vizsgálatok megerősítik, árnyalják, pontosabbá teszik a kapott eredményeket. Az érzékeltes példák és a szemléletes ábrák megértetik az emberrel, hogy nem lesz jó vége annak, ha kizsákmányolja a szervezetét, a szakértőktől kapott tanácsok pedig valóban kedvet csinálnak a változtatáshoz. Számomra a tesztek után kapott eredmény egy lendületes fenébe rúgással ért fel, hiszen kiderült: a kevésnél is kevesebbet izom (mélyen elszégyelltem magam szegény összetorlódott, mozgásukban megátolt vörös vértestjeim láttán), az antioxidáns-raktárim konganak az ürességtől, és a biológiai életkorom jóval a kronológiai felett van. Tény, hogy sok a stressz, de azért ez így mégsem mehet tovább! Krumpli-diéta, rendszeresebb sport, táplálék-kiegészítők és víz, víz, víz szerepelnek a tervben. Közben persze tudom, hogy szerencsés vagyok, amiért időben kaptam a figyelmeztetést, és a hanyagságomnak nem mondjuk az immunrendszerem látta kárát. Most még nincs nagy gond, csak egy kis odafigyelés kell, hogy újra szuperegészséges lehessenek.

és még...

• Biovital-Melissa Egészségközpont: www.biovital.hu, Bio-Spa Melissa Egészség-és Wellnessközpont

Kecskemét: www.biospa.hu • Rózsadomb Medical Center: www.r-medical.hu, Rózsadomb Center Üzletház Bp. II., Törökúti út 87-91. • Medicover Egészségközpont: www.medicover.hu, Bp. XIII., Váci út 22-24.; Bp. III., Montevideo u. 5.