

## Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?

### Skażenia radioaktywne z japońskich elektrowni atomowych: czy możemy coś zrobić?

Jest druga połowa marca 2011 i sytuacja związana ze skażeniami radioaktywnymi pochodzącymi z uszkodzonych elektrowni atomowych w Japonii wydaje się być gorsza niż wynikałoby to z obrazu kreślonego przez rząd tego kraju oraz media głównego nurtu. Trudno jest przewidzieć dalszy rozwój sytuacji, ale i trudno jest założyć, że jesteśmy bezpieczni.

Kilka dni temu japońskie władze mówiły społeczeństwu, że napromieniowanie, jakie ludzie w rejonach zagrożonych (cokolwiek to znaczy) otrzymują, jest równe temu, jakiemu jest się poddanym podczas prześwietlenia płuc:

[http://www.naturalnews.com/z031747\\_nuclear\\_fallout\\_disinformation.html](http://www.naturalnews.com/z031747_nuclear_fallout_disinformation.html)

Nie powiedzieli tylko ludziom, czy w okresie jednego dnia, godziny, a może minuty? Obecnie (19 marca 2011) mówią, że promieniowanie to można porównać do tego, jakie otrzymuje się podczas "CT scan" - chodzi o tomografię komputerową... Problem w tym, że ekspozycja na tomografię komputerową związana jest z setki razy większym napromieniowaniem od tego, jakie otrzymujemy podczas prześwietlenia płuc... ale tego już społeczeństwu nie mówią, jak również nie mówią, w ciągu jakiego czasu miałyby być ta dawka pochłaniana - doba, a może godzina?

Dobłą egzemplifikacją faktu, że trudno mieć zaufanie do tego, co mówi rząd japoński jest artykuł opublikowany przez Daily Mail:

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-1367208/Japan-tsunami-earthquake-Mayor-claims-people-abandoned.html#ixzz1Guz7xDit>

Można tu przeczytać o wypowiedziach burmistrza japońskiego miasta Minamisono, leżącego w odległości ok. 20 km od uszkodzonej elektrowni atomowej Fukushina. Wspomniany burmistrz, p. Sakarai, początkowo był całkowicie ignorowany w swoich próbach otrzymania rządowych instrukcji, a gdy zareagowano, otrzymał zapewnienie, że nie ma powodów do obaw. Wkrótce jednak stało się dla niego jasne, że władze celowo nie ujawniają zagrożeń związanych z opadami radioaktywnymi. Oto, co powiedział on reporterowi Daily Mail:

*Oczywiście jestem zły. Zignorowano i oszukano mnie, w rezultacie pozostawiając tu ludzi na śmierć. Ale to ja powiedziałem ludziom, że jest bezpiecznie i dlatego zdecydowałem, że będą ostatnią osobą która opuści to miasto. Jestem w swoim biurze i będę tu, aż wszyscy mieszkańcy opuszczą to miasto.*

Burmistrz wziął sprawy we własne ręce i wiadomo, że wieczorem 17 marca ewakuowała się już połowa mieszkańców Minamisono, ale nie wiadomo, na ile zostali oni napromieniowani.

Wyzywająco odważna wypowiedź a następnie działania burmistrza (w opozycji do rządu japońskiego) może znaleźć naśladowców i może dobrze, jeśli tak się stanie. Wydarzenie to wydaje się dobrze ilustrować fakt, że trudno jest ufać politykom

## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

w kwestii bezpieczeństwa i zdrowia (naszego oczywiście).

Wiadomość z 18 marca, Bloomberg: <http://www.bloomberg.com/news/2011-03-18/japan-unit-4-pool-s-heat-exceeded-three-times-normal-iaea-says.html>

Temperatura płynu chłodzącego reaktor nr 4 przekroczyła trzykrotnie wartość normalną, powodując wycieki (dalsze, jak rozumiemy) radioaktywne.

Na dzień dzisiejszy możliwy jest każdy rozwój sytuacji, w tym katastrofy nuklearnej i znacznego podwyższenie poziomu radioaktywności w różnych częściach świata. Podwyższenie radioaktywności w innych częściach świata jest rezultatem roznoszenia przez powietrzne prądy atmosferyczne pierwiastków promieniotwórczych, takich jak na przykład uran, radioaktywny jod 131, cez 137 i inne.

Ktokolwiek realnie ocenia sytuację, nie liczy na to, że rządy zrobią dla niego cokolwiek w tej sprawie. Ktokolwiek chciałby, aby cokolwiek było zrobione, musi liczyć na siebie i swoje indywidualne działanie. Rozmawiałem z ludźmi którzy dobrze wiedzą, jak było w roku 1986 - Czernobyl. Nikt nie ostrzegł. Nie wiem, czy można ufać polskim stacjom monitorowania skażeń.

### **Zagrożenie promieniowaniem radioaktywnym**

Nie ulega kwestii, że promieniowanie radioaktywne jest groźne dla zdrowia i życia. Fakt ten jest powszechnie znany i nie do zaprzeczenia. Promieniowanie X powodują m. in. mutowanie komórek i w następstwie raka.

Posiadając miernik Geigera, można samodzielnie monitorować poziom promieniowania. W Austrii i Niemczech ceny takich detektorów już od kilku dni są bardzo wysokie. Można też wejść w kontakt z kimś posiadającym taki miernik, poprosić o ostrzeżenie. Można szukać informacji w necie - spoza głównego nurtu informacyjnego, może to ostrzec nas o nadejściu przejściowej np. kilkudniowej fali podwyższonego promieniowania, co może umożliwić nam uniknięcie wystawienia się na dużą dawkę promieniowania - trzeba pozostawać w domu, nie wietrzyć, a nawet pozaklejać na ten czas różne otwory.

A teraz trochę na temat tego, co można zrobić w kwestii choćby częściowego zabezpieczenia się przed skutkami skażeń.

### **Suplementacja jodem**

Najpierw trochę spraw, które uważam za fakty. To, co powiem, będzie sprzeczne z "mądrościami" podawanymi w książkach medycznych

## Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?

i "papką" informacyjną podawaną społeczeństwu. Jeśli to Cię szokuje, nie czytaj dalej. Jeśli przeczytasz, użyj filtru własnego rozumu. Pamiętaj, że ja też poszukuję w otaczającej nas dżungli "informacyjnej". Nie jestem medykiem i to o czym piszę, **nie jest** informacją medyczną. Jest to mój punkt widzenia i odnosi się do tego, w co wierzę i co ja bym zrobił / robię w danej sytuacji. Jeśli Ty cokolwiek zrobisz, robisz to na własną odpowiedzialność.

Nie oczekuj, że prawda leży na wierzchu. To, czego możemy się dziś dowiedzieć o jodzie istnieje dzięki niejako "podziemnej" działalności grupy odważnych badaczy, którzy "odkopali" i rozwinęli wiedzę zagrzebaną na dziesiątki lat. Wiedza ta nie jest chętnie, a nawet wcale, przyjmowana przez kompleks medycyny konwencjonalnej, choć na przełomie XIX i XX wieku w. jod był uważany przez lekarzy za panaceum. Stosowali go oni do zwalczania wielu chorób.

Obecnie jod jest w niełasce establishmentu medycznego. Zainteresowanym pozostaje więc edukować się samodzielnie. Poniżej będę mówił o jodzie nieorganicznym - pierwiastku niepromieniotwórczym. Jod jest jednym z nielicznych metali, jakie nasz organizm przyswaja w postaci metalicznej.

Choć ciągle jeszcze wielu z nas niby wie, że jod jest cenny, to jednak obecnie - jeśli spróbowałibyśmy poszukać w internecie informacji o jodzie, paradoksalnie - otrzymamy łatwo informacje o tym, jak... go unikać. Już w późnych latach czterdziestych ubiegłego wieku rozpoczęto akcję odstraszenia od jodu, skutkującą dzisiejszymi brakami tego pierwiastka w naszej diecie i organizmach. To cała historia, o której więcej w nowym e-booku który przygotowuję.

Dziś coraz bardziej kreowana jest jodofobia. Wmawia się nam, że należy ograniczać jego spożycie. Podawana jest nam dawka dziennego spożycia jodu na poziomie 150 mikrogramów (US RDA - dzienna zalecana dawka). Jest to dawka dalece zaniżona, jej przestrzeganie prowadzi do stanu poważnych niedoborów jodu. Ustalenie i propagowanie takiej dawki w aureoli autorytetu nauki jest skandalem. Ktoś, kto chciałby się tej "normy" trzymać, wpędzi się w poważne kłopoty. Japończycy spożywają go średnio 13,8 mg<sup>1</sup> - jest to dziesiątki razy więcej. Średnio, bo w niektórych rejonach spożywają go nawet dwieście mg (i mają się bardzo dobrze), a to już przekracza tę "zalecaną" dawkę setki razy. **Jod jest pierwiastkiem śladowym, który może być spożywany bezpiecznie w ilości 100 000 razy większej niż podaje to US RDA<sup>2</sup>.** Laureat nagrody Nobla, odkrywca wit. C, dr Albert Szent Gyorgi, nazywał jodek potasu lekiem uniwersalnym i brał go zapobiegawczo w ilości 0,77 g dziennie<sup>3</sup>. Wszystko więc wskazuje na to, że mamy tu do czynienia z tym samym, z czym mamy do czynienia w przypadku witaminy C - a przecież ktoś, kto chciałby przestrzegać tej "normy" spożycia wit. C będzie żył nieświadomie w stanie ledwie maskowanego szkorbutu, skutkującym brakiem odporności, podatnością na choroby - w tym serca, łatwym wypadaniem zębów. W mojej opinii wspomniana "norma" RDA wpisuje się w politykę odstraszenia ludzi dokładnie od tego, co jest im konieczne dla zachowania zdrowia. Ciekawe, czemu nie ostrzegają nas, lub co najmniej, nie ustalili

1 Rodin Remedies: Secrets from the Sea, (c) 2007 by Mary Jo Fahey str. 22, 23

2 Iodine Deficiency, (c) 2005 by Robert Sarvar

3 Iodine Remedies: Secrets from the Sea, (c) 2007 by Mary Jo Fahey str. 17

## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

norm dla przyjmowania aspartamu czy też glutamianu sodu - które są truciznami, i czemu nie ostrzegają przeciw GMO.

Jeśli tarczyca nie ma wystarczająco dużo jodu dla produkcji niezbędnych hormonów, mamy duże i liczne problemy (choć oczywiście nie wszystkie na raz). U kobiet oprócz wspomnianych cyst na jajnikach także fibrocystoza piersi, nieregularne (lub brak) miesiączki, bezpłodność. Lista dolegliwości (znów: nie wszystkie naraz) na jakie cierpimy z braku jodu jest długa. Możemy tu zaliczyć: uczucie zmęczenia, trudności w myśleniu - obniżona inteligencja, słaby refleks, zatrzymywanie płynów w organizmie ("opuchnięte kostki"), sucha skóra, niskie ciśnienie krwi, depresja, skurcze mięśni, bóle głowy, słaba pamięć, nadwaga, kruche paznokcie, itd.

Niewielu ludzi wie, że jod jest metalem, który powstaje w wyniku transmutacji dokonywanej przez kelpy (czysta alchemia...). Z uwagi na nasze pochodzenie (z morza) jest nam on niezbędny do życia. Warunkuje wiele procesów życiowych. Detoksykuje. Regeneruje skórę i inne organy. Zapobiega łysieniu. Leczy przeziębienia. Jest antidotum na zatrucia pokarmowe. Leczy hemoroidy i arteriosklerozę i dziesiątki infekcji. Pomaga pozbyć się metali ciężkich. Jego brak w organizmie powoduje bardzo wiele dolegliwości. Na przykład obniżenie inteligencji do kretynizmu włącznie. Na przykład artretyzm, kłopoty z trzustką aż do "wyhodowania" wola włącznie. Kobiety ze sporymi niedoborami jodu, jeśli nawet zajdą w ciążę, rodzą dzieci o znacznie obniżonej inteligencji.

Braki jodu powodują też, że u większości populacji "wyłączony" jest ważny podsystem układu immunologicznego, który w normalnych warunkach dawał by nam dużą odporność. Otóż jod jest silnie bakteriobójczy. W normalnych warunkach tarczyca jest, a raczej powinna być - nasycona jodem. Krew jest przetaczana przez trzustkę w ok. 17 minut. W "normalnych warunkach" (choć: co tu jest normą?) w trakcie tego procesu krew jest czyszczona, mikroby unieszkodliwiane. Niestety, 95% do 99% populacji cierpi na duże niedobory jodu. Krew nie jest czyszczona. Mikroby nie są unieszkodliwiane.

Ciekawą rzeczą jest, powtórzę, że organem rozpaczliwie potrzebującym jodu do funkcjonowania jest taki organ ludzkiego ciała, jak jajniki. Niedobór jodu szybko skutkuje np. cystami na jajnikach, a jego uzupełnienie (dużymi dawkami, dr Brownstain) dość szybko skutkuje ich wyleczeniem i... niepotrzebne są żadne operacje. Istnieje długa lista korzyści z suplementacji organizmu jodem, ale ich wymienianie nie jest celem tego artykułu. Szkoda, że tego typu informacje nie są szeroko dostępne.

Jeden z pionierów badań nad działaniem jodu w organizmie ludzkim, dr Guy, napisał, iż 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<sup>4</sup>.

---

4 [www.health-science-spirit.com/iodine.html](http://www.health-science-spirit.com/iodine.html)

## Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?

Dochodzimy teraz do ważnego etapu. Otóż ponieważ niektóre organa rozpaczliwie potrzebując jodu, wręcz "zasysają" go z otoczenia, większość z nas ma ogromne niedobory jodu. Co dzieje się w przypadku skażenia radioaktywnego jodem 131? Wreszcie jest dostatek jodu... Organizm nie "wie" że jod 131 przynosi śmierć. Potrzebuje rozpaczliwie jodu. Jod radioaktywny zostanie więc wręcz "zassany" przez nasze ciało. Staniemy się ... radioaktywni. A co się dzieje, jeśli nie cierpimy na braki jodu? Jesteśmy nieporównywalnie bezpieczniejsi. Organizm mający wystarczającą ilość jodu będzie przyswajając ten radioaktywny jod w minimalnym stopniu. Nasze ciało będzie dla radioaktywnego jodu jakby częściowo "przezroczyste". Tak więc uzupełnienie jodu w organizmie w dużym stopniu zabezpiecza przed jodową frakcją skażenia radioaktywnego. Ważne: uzupełnienie poziomu jodu powinno mieć miejsce **przed skażeniami**. Jeśli więc bierzesz pod uwagę możliwość zaistnienia skażenia, a nie chcesz, by w twojej obecności hałasowały liczniki Geigera, pomyśl o tym zanim będzie za późno.

### Jak uzupełnić jod w organizmie?



Ilustracja 1: Jod metaliczny



Ilustracja 2: Jodek potasu

Stosowanie soli jodowanej w celu szybkiej suplementacji nie jest dobrym pomysłem. Po pierwsze, większość jodu szybko wyparuje (dosłownie) z otwartego opakowania. Parowanie jodu jest naprawdę szybki, nad morzem właśnie dlatego czujemy jod w powietrzu. Jeśli masz buteleczkę jodu, po otwarciu wręcz możesz poczuć, jak szczypią oczy. Po drugie, ile soli można spożyć w krótkim okresie czasu? Po trzecie wreszcie, zaledwie 10% tego jeszcze nie wyparowanego jodu domieszanego do soli może być przyswojone przez organizm (sól upośledza ten proces)<sup>5</sup>. Moim zdaniem prawda jest taka, że sól jodowana jest zasłoną dymną - można oficjalnie mówić, że nie istnieje problem braków jodu w organizmach ludzi ze względu na jodowanie soli.

Z kolei stosowanie w celu suplementacji jodiny sprzedawanej w aptekach nie jest dobrym pomysłem, o czym później.

W przypadku braku czasu nie można

5 Salt, Your Way To Health, David Bronstain

## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

też bawić się w zakup i stosowanie alg, kelpów i innych produktów morskich aby uzupełnić poziom jodu. Na szczęście jod jest przyswajalny przez ciało w postaci metalicznej.

Jak więc jod spożyć? Świetnie rozpuszcza się on w alkoholu, no ale prowadzimy samochody :). Lizanie nie byłoby bezpieczne :), trzeba więc rozpuścić go w wodzie. Jest jednak problem - jod, jeśli wsypujemy go do wody, nie chce się rozpuszczać. Jest jednak sztuczka, polegająca na użyciu jodku potasu. Polega na tym, że do wody wsypujemy obok jodu (ilustracja 1), także jodek potasu (ilustracja 2). Mieszymy **plastikową** łyżeczką i czekamy. Najlepiej zostawić roztwór na noc. Rankiem roztwór jest gotowy. Przechowywać: **bardzo szczelnie** zakręcone. Zarówno jod, jak i jodek potasu można kupić na Allegro, bo na eBayu obecnie już chyba byłoby trudno, świat anglojęzyczny "obudził się" wcześniej.

Jeśli zastosujemy właściwe proporcje (o czym poniżej), to otrzymany produkt jest niczym innym jak słynnym płynem Lugola, wynalezionym 1829 r. przez francuskiego lekarza o tym właśnie nazwisku, z pomocą którego to płynu leczono kiedyś skutecznie ogromną ilość chorób. Jego własności się nie zmieniły, możemy nadal pozbywać się chorób z jego pomocą jeśli... zechcemy.

Czy można wybrać inną drogę wejścia w posiadanie buteleczki płynu Lugola? Tak, trzeba poprosić lekarza o przepisanie recepty, zrobią nam go wówczas w aptece. Czy znajdziecie lekarza który przepisze taką receptę nie próbując was odwozić, podważać, straszyć straszliwymi konsekwencjami? Nie wiem, chyba nie uczą dostatecznie dużo o znaczeniu jodu dla życia i zdrowia człowieka na akademiach medycznych. Ponadto, lekarz może nie znać proporcji, trzeba je mu więc podać.

### **Jakie proporcje zastosować dla otrzymania 5 %płynu Lugola?**

\* jod: 5 g

\* jodek potasu (KJ): 2 g do 10 g (im mniej jodku potasu tym trudniej jod rozpuszcza się w wodzie, rozsądne wydaje się tu użyć 7,5 g)

\* woda demineralizowana /destylowana - 100 ml

Otrzymujemy tzw. 5% płyn Lugola, niedostępny w aptekach bez recepty. Płyn Lugola dostępny w aptekach bez recepty (a może wkrótce już nie?) jest znacznie słabszy i trudno ręczyć czy nie "ulepszony" jakąś chemią. Można ze sporym uproszczeniem przyjąć, że tzw. pionowa (sposób trzymania pipety) kropla 5% płynu Lugola zawiera 6,25 mg jodu (w sytuacji gdy roztwór sporządzimy dając 40% jodu i 60% jodku potasu - dla powyższych proporcji należałoby zastosować więc 5 g jodu i 7,5 g jodku potasu, i chcąc być bardzo dokładnym - ok. 90 ml wody).

Dwadzieścia takich kropli to jeden mililitr. Znajomość tych wielkości pozwoli Ci na dokonywanie potrzebnych przeliczeń. Świetne do odmierzania pojedynczych (czy też kilku) mililitrów są maleńkie strzykaweczki (są zaopatrzone w podziałkę) dla osób cierpiących na cukrzycę (cena takiej strzykaweczki w sklepie medycznym to

## Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?

kilkanaście gr).

### Uczulenie na jod

Występuje bardzo rzadko, prawdopodobnie raz na dziesiątki tysięcy ludzi. **Nie wolno brać jodu w razie uczulenia.** Ja testowałem czy jestem uczulony, smarując dwa - trzy cm<sup>2</sup> ciała na przedramieniu. Po pierwszym dniu, jeśli nie ma swędzenia i opuchlizny, posmarowałem ponownie, większą powierzchnię. Jeśli po następnej dobie brak byłoby objawów uznałbym, że nie jestem uczulony, i wypiłbym kroplę płynu Lugola w szklance wody obserwując reakcje (w razie złego samopoczucia, wziąłbym wapno). W przypadku dobrego samopoczucia, następnego dnia wypiłbym 3 - 4 krople. Brak reakcji negatywnych uznałbym za brak uczulenia.

### Dawkowanie w normalnych warunkach

Informacje na temat dawkowania, na jakie najprawdopodobniej natraficie, to dezinformacje i ostrzeżenia próbujące odstraszyć ludzi od jodu, siane przez media i lekarzy i niestety podchwytywane przez coraz nowych, nieorientowanych ludzi. Ta jodofobia ma swoje "podstawy" i "dowody" w "pracach" dwójki "badaczy" Wolffa i Charkoffa, którzy "zaobserwowali" rzekome kłopoty z tarczycą u szczurów poddawanych działaniu jodu<sup>6</sup>. Ich "obserwacje" były, pewnie zupełnym przypadkiem, bardzo na rękę farmaceutyczno-medycznemu kartelowi dając "naukowe" "podstawy" dla zmiany programów na uczelniach medycznych i w dalszej kolejności do promowania wielokrotnie zaniżonych dawek jodu. Co więcej, świat medyczny zaczął uważać, że należy unikać jodu nieradioaktywnego, metalicznego jak trądu... zaś można (sic!) używać tego radioaktywnego. Szczegóły znajdziesz tu<sup>7</sup>! Jak widać, myślenie sprawia wielu "specjalistom" kłopot. Jest sporo badań podważających błędne, nienaukowe "ustalenia" Wolffa. Na przykład badanie Ghenta z 1993 roku<sup>8</sup>.

Świetną pozycją dowodzącą, jak bezpieczny jest jod metaliczny, nieradioaktywny, jest książeczka<sup>9</sup> dr Brownsteina. Książeczka nie jest obszerna, to raczej booklet, ale jej przeczytanie może otworzyć niejedne oczy. Jeśli wierzysz bzdurom, że metaliczny jod jest szkodliwy, przeczytaj ten booklet, a może Ci to pomóc zmienić swoje poglądy na ten temat.

Żyjemy w rzeczywistości, w której większość często się myli, bo nasze poglądy są stale tak kształtowane, by podejmowane przez nas decyzje służyły niekoniecznie nam samym. Dlatego tylko od nas zależy, czy zechcemy wykazać się pewną odwagą intelektualną posiadania własnych poglądów, i czy włożymy trochę pracy

6 *THE ORIGINAL INTERNIST* Summer 2005, The Historical Background of the Iodine Project by Guy E. Abraham, MD, str 57

7 tamże

8 Ghent WR, Eskin BA, Low DA, et al. "Iodine replacement in fibrocystic disease of the breast." *Can J Surg*, 1993; 36:453-460.

9 Brownstein D. *Iodine: Why You Need It, Why You Can't Live Without It*. Medical Alternative Press, West Bloomfield, MI, 2004.

## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

w samodzielne poszukiwanie informacji zamiast polegać na podawanej nam "papce" informacyjnej.

Przy okazji - jaka procedura przyjęta jest przez lekarzy gdy pacjent zgłosi się z kłopotami tarczycy? Kłopoty te wynikają najczęściej z dużych braków jodu metalicznego, ale, standardowo medycyna nie przyjmuje tego do wiadomości. Tarczyca nie radzi sobie z produkcją niezbędnych hormonów... Co często robi pan doktor? Na przykład - podaje jod... radioaktywny. A potem trzeba wyciąć część lub całość tarczycy, bo po co komu w końcu tarczyca, gdy jeszcze pożyje na sztucznych hormonach? Jeśli biedny biedny pacjent przeżyje, do końca swojego skróconego życia brać musi zastępczo sztuczne hormony, co utrzymuje go przy życiu. Suplementacja jodem metalicznym - byłaby stanowczo za prosta, jeszcze by pacjent sam powrócił do zdrowia, co za strata.

Wracając do suplementacji - spotykam bardzo różne sugestie.

Na przykład: kropla płynu - zaś dwie dla wagi ciała ponad 70 kg 5% płynu Lugola, rozpuszczone w szklance wody z łyżeczką octu jabłkowego<sup>10</sup>.

Ja biorę sobie, gdy tylko sobie przypomnę, kilkanaście kropli w wodzie z miodem i łyżeczką octu jabłkowego. Mam kolegę (Rysiek) - bierze od dwu lat między 100 - 150 mg dziennie i zeznaje że ma się świetnie :).

Poniżej dalsze uwagi na temat ochrony przed radiacją.

### **Ochrona od radiacji**

Poniższe dane pochodzą od amerykańskiego Rządowego Centrum Kontroli Chorób i pośrednio od FDA, instytucji która nie jest tą, którą najbardziej szanuję, jednak dla porządku zacytuję ich sugestie.

W przypadkach zagrożeń radioaktywnych, zalecają oni używać jodek potasu, tabletki lub płyn.

Według nich, dorośli, w tym kobiety karmiące, powinni wziąć 130 mg dawkę jodku potasu. Osoby do 18 r.ż. - powinny wziąć dawkę 65 mg, chyba że ważą powyżej 70 kg - wówczas 130 mg. Niemowlęta i dzieci do 3 r. ż. - 32 mg. Do 1 miesiąca życia - 16 mg.

Na forach zainteresowanych jodem przewija się informacja o tym, jak - alarmowo - "zablokować receptory" i, w następstwie, zminimalizować przyswajanie radioaktywnego jodu. Zaleca się mianowicie przyjmowanie przez trzy kolejne dni po ok. 150 mg jodu. Ja osobiście w sytuacji alarmowej brałbym większe dawki, ale nikogo nie namawiam.

---

<sup>10</sup> Falk Medicine, dr DeForest Clinton Jarvis



## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

Ważne - brać jod **przed** nadejściem radioaktywności. Potem - jest już w zasadzie (za) późno, przynajmniej w kontekście uniknięcia jodu radioaktywnego.

### **Co jest lepsze dla organizmu - jodek potasu, czy jod?**

Można spotkać informacje, że to zależy od organu. Żołądek woli jod. Piersi kobiece "lubią" obie formy. Mózg i tarczyca wołają jod.

Nie dysponując jodem a tylko jodkiem potasu, wskazane jest brać jednocześnie selen, co sprzyja wydzielaniu się jodu metalicznego w organizmie.

Zasygnalizowałem praktyczny sposób szybkiej suplementacji organizmu jodem. Zasygnalizowałem także rolę jodu dla zdrowia i jego niezbędną w diecie, co wskazuje na sensowność tej suplementacji w każdym przypadku.

Nasylenie organizmu jodem nie tylko w dużym stopniu zabezpiecza przed radioaktywnym jodem. Ułatwia ono także detoksykowanie się organizmu z metali ciężkich, w tym radioaktywnych, co jest dodatkowym wskazaniem do brania jodu. Jod ma bowiem zdolność do detoksykacji metali ciężkich, przy czym działa wybiórczo, "nie ruszając" tego, czego organizm potrzebuje.

### **Dwuwęglan sodowy (DS) w aspekcie oczyszczania organizmu po skażeniu promieniotwórczym**

Często dzieje się tak, że nazwa blokuje i ukrywa prawdziwe znaczenia i wartość rzeczy. Przykładem jest dwuwęglan sodowy (DS) nazywany... sodą oczyszczaną / sodą do pieczenia, co doskonale, w przypadku większości ludzi, odstrasza ich od szeregu korzyści, jakie mogliby odnieść nie sugerując się zwodniczą nazwą, odnoszącą się do jednego wybranego zastosowania, podczas gdy jest ich wiele.

Mało kto wie na przykład, że dwuwęglan sodu jest to substancja wydzielana przez trzustkę dla np. utrzymywania optymalnego pH dla enzymów trzustki.

Dwuwęglan sodu jest substancją naturalną, która nie oddziałuje na ciało w żaden szkodliwy sposób. Ta łatwo osiągalna substancja znajduje ogromną ilość zastosowań, w tym do celów sprzyjających zdrowiu. Przecieki na ten temat zaczynają się pokazywać nawet w mediach głównego nurtu. "Codzienna dawka sody do pieczenia mogłaby uczynić dializę zbędną w przypadku pacjentów chorych na nerki" - artykuł w internecie, medium głównego nurtu :)<sup>11</sup>.

Soda oczyszczana (DS) ma silne właściwości odkwaszające. Otrzymuje ona dużo świetnych świadectw od ludzi którzy użyli jej do celów odzyskania zdrowia

<sup>11</sup> <http://www.dailymail.co.uk/health/article-1200287/Daily-dose-baking-soda-stop-kidney-patients-needing-dialysis.html>

## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

w sytuacjach takich dolegliwości, jak cukrzyca, rak, kłopoty neurologiczne, problemy skórne, kamienia nerkowe, kłopoty ze skórą.

DS ma, m. in., właściwości ochronne i neutralizujące. Właściwości osłonowe DS mogą być użyte, by pomóc sobie w razie zagrożenia promieniowaniem radioaktywnym, używając jej np. do alkalizowania moczu, co zabezpiecza nerki po wystawieniu się na ekspozycję uranem radioaktywnym. Nerki są zazwyczaj pierwszym organem wykazującym uszkodzenia po ekspozycji na uran. Stare podręczniki wojskowe sugerują więc infuzję / dawki doustne DS, co czyni uran mniej toksycznym, wzmagając pozbywanie się związków węgla uranu<sup>12</sup>. Dwuwęglan sodu można przyjmować drogą doustną.

DS robi to samo z wszelkimi innymi ciężkimi metalami i toksycznymi związkami chemicznymi. USA niestety używały zubożonego uranu podczas wojny w Zatoce, może to już być wykrywane w ciałach ludzi w różnych miejscach na świecie. Wydawałoby się więc, że rządy powinny ludziom mówić jak się zabezpieczyć. Jak jest, każdy wie.

Działanie DS jest tak skuteczne, że używany był on do odkażania gleby skażonej uranem (Amerykańskie Laboratorium Los Alamos, nowy Meksyk - usunięto 92 % uranu z gleby)<sup>13</sup>.

Biorąc pod uwagę skuteczność, dostępność i niską cenę DS oraz dziesiątki zastosowań, o czym gdiże indziej - jego stosowanie jest po prostu koniecznością, i to nie tylko w razie zagrożeń nuklearnych. Soda oczyszczana powinna znajdować się w każdym domu i gabinecie lekarskim.

### **Jak przyjmować sodę oczyszczaną i... rzecz o chlorku magnezu**

**A.**

Można wsypać pół kg lub więcej DS (nawet dwu - trzykrotnie) w gorącej wodzie w wannie do kąpieli. Należy przebywać w wannie min. 40 min. Można dodać do tej kąpieli jeszcze innego specyfiku - chlorku magnezu, na przykład kilogram. Chlorek magnezu, rzecz prosta - po prostu sól zawierająca magnez zamiast sodu - sodu mamy często nadmiar a braki magnezu.

Możesz, alternatywnie, zastosować zamiast dodawania chlorku magnezu do kąpieli - smarowanie nim ciała, nawet codziennie, uwaga na błony śluzowe. Ta prosta technika transdermalna jest też świetnym sposobem na bardzo wydajną i bezpieczną suplementację magnezem, znacznie lepszym niż łykanie tabletek magnezowych. Spotykałem informacje, iż kilkumiesięczna suplementacja tym sposobem jest równoważna kilkuletniemu systematycznemu suplementowaniu się dobrymi tabletkami magnezowymi.

Nie przejmuj się proporcjami, po prostu wsyp sobie pół buteleczki tych białych płatków i dolej wody do np. 2/3 buteleczki, rozpuść, gotowe. Ja stosuję chlorek

<sup>12</sup> <http://projectavalon.net/forum4/showthread.php?16654-Reducing-Radiation-Damages-with-Bicarbonate>

<sup>13</sup> <http://projectavalon.net/forum4/showthread.php?16654-Reducing-Radiation-Damages-with-Bicarbonate>

## Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?

magnezu sprzedawany na Allegro jako odladacz w cenie kilku złotych za kilogram :). Jeśli jest to dla Ciebie za tanio, zawsze możesz kupić chlorek magnezu występujący pod nazwą handlową *Delbet*, obecnie najczęściej buteleczka zawierająca 33,3g chlorku magnezu kosztuje 50 zł (to nie jest pomyłka, sam sobie policz ile zapłacisz za kilogram). Wśród korzyści ze stosowania chlorku magnezu wymienia się na przykład pozbywanie się alergii, choroby Parkinsona, opóźnianie starzenia się i bardzo wiele innych. Większość populacji cierpi na duże niedobory magnezu, co jest przyczyną wielu dolegliwości.

Więcej na ten temat w przygotowywanym przez mnie e-booku.

### B.

Doustnie: 1/2 łyżeczki DS na pół szklanki wody - maksymalnie siedem razy dziennie<sup>14</sup> - (pół łyżeczki dla osób powyżej 60 r. ż.) Pół łyżeczki sody oczyszczonej to 616 mg, kto ma wagę aptekarską lub jubilerską, może sobie odważyć. Dobrze jest dodać plasterki cytryny.

Staraj się nie brać maksymalnej dawki przez więcej niż dwa tygodnie. Chyba że... "płoną lasy".

"Rekomenduję, by zawsze brać DS w tej czy innej formie, bo żywność, woda a nawet powietrze nas zakwasza. Nawet zęby myję sodą oczyszczoną. Używam jej jako dezodorantu,...." pisze dr Mark Sircus. Dalej stwierdza, że kiedykolwiek ma jakiś problem zdrowotny, używa także sody oczyszczonej, "bo trudno tu o pomyłkę". Dodaje jednak, że należy monitorować swoje reakcje<sup>15</sup>

## Woda utleniona

Woda utleniona, co jest powszechnie raczej zupełnie nieznaną, (i trudno się dziwić, bo jest bardzo tania, więc ktoś byłby zainteresowany reklamowaniem tego produktu) działa, jak twierdzą niektórzy, a ja się z tym zgadzam, jako czynnik chelatujący, to znaczy pomaga pozbyć się metali ciężkich. Ci z Was, którzy czytali mój e-book [Aktywny Tlen w Praktyce](#) wiedzą, jak otrzymać taką wodę (ta z apteki jest skażona chemicznie (zawiera stabilizatory) i jako taka raczej nie nadaje się do zastosowań wewnętrznych, należy więc zaopatrzyć się w perhydrol do celów żywnościowych (nieodmieszany, bez chemicznych stabilizatorów) - *food grade*, i rozcieńczyć go dodając np. 15 części wody demineralizowanej na jedną część 30% perhydrolu - nie należy się za to zabierać przed zapoznaniem się ze środkami bezpieczeństwa, perhydrol jest środkiem silnie żrącym a spożycie go w formie nie rozcieńczonej grozi śmiercią).

Woda utleniona, najlepiej 2%, wlana do małego "atomizera" pozwalającego na sprejowanie, może być poprzez sprejowanie w usta podczas wdychu łatwo

---

14 <http://www.imva.info/news/oral-dosages-of-bicarbonate.html>

15 tamże

## *Skażenia radioaktywne i jod - co możemy zrobić?*

wprowadzona do krwiobiegu<sup>16</sup>, co umożliwi nam skorzystanie z licznych pozytywnych zmian jakie wprowadzi w organizmie (odzyskiwanie odporności, pozbywanie się drożdżaków, w tym Candida, detoksykacja, są świadectwa o pozbyciu się raka i wielu innych dolegliwości). Inny sposób suplementacji to np. nacieranie całego ciała wodą utlenioną 2 lub 3 %. Ja robię to w ramach eksperymentu już trzeci rok: dwa razy w tygodniu. Przez pierwsze 8 - 10 miesięcy obserwowałem typowe reakcje oczyszczania, a potem przyszła dużo większa odporność.

Jak aplikować - więcej szczegółów - należy sprejować sobie ten roztwór w otwarte usta, intensywnie wciągając powietrze. Niezbyt przyjemne uczucie, możesz zapragnąć zmniejszyć jej stężenie, i też dobrze. W razie potrzeby, właśnie tak jak teraz, robiłbym sobie takie zabiegi np. trzy razy dziennie stosując po kilkanaście głębokich wdechów. Płuca są bardzo ukrwione, woda utleniona niemal natychmiast przenika do krwiobiegu, wydzielając tam pod wpływem katalazy atomy tlenu O<sub>1</sub>, o co nam właśnie chodziło. Sposób ten wydaje się być niewiele mniej skuteczny, niż dożylna infuzja wodą utlenioną o stężeniu 0,0375%.

W kontekście jednak możliwych skażeń, nam chodzi tu przede wszystkim o intensyfikację pozbywania się radioaktywnych śmieci z organizmu.

---

Jest 27 marca 2011 i osoby samodzielnie poszukujące informacji wiedzą, że sytuacja nie wygląda dobrze. Elektrownia Fukushima ma 10 razy więcej paliwa jądrowego niż Czernobyl i ciągle sieje<sup>17</sup>. Woda i żywność w Japonii jest skażona, nie zazdroszczę tym biednym ludziom ;( w Japonii, to samo zaczyna się dziać z oceanem. Rządowi i mediom nie można ufać. Trudno przewidzieć, co będzie dalej.

Wkrótce okazać się może, że *żyjemy w ciekawych czasach*. Być może im prędzej się "obudzimy" i zaczniemy działać by zapobiec skutkom w skali choćby mikro, tym mniej, być może, będziemy sobie mieli wkrótce do zarzucenia.

---

08 04 2011

Dostałem wiadomości od osób, które po przeczytaniu powyższego materiału rozpoznały u siebie niedoczynność tarczycy, zdecydowały się na samodzielną suplementację płynem Lugola, a rezultaty wzbudzają ich optymizm.

Wygląda więc na to, że niezależnie od zabezpieczaniem się przed jodem radioaktywnym, stosowanie suplementacji jodem może okazać się dla wielu osób (przypomnę, że większość Polaków cierpi na braki jodu) decyzją, która przywróci im sporo energii i zdrowia.

---

16 [www.vibronika.eu/aktywnytlenwpraktyce](http://www.vibronika.eu/aktywnytlenwpraktyce)

17 [http://www.naturalnews.com/z031836\\_radioactive\\_fallout\\_Fukushima.html](http://www.naturalnews.com/z031836_radioactive_fallout_Fukushima.html)