

## A „candida szindróma” és az Ekodiár-Ekomix

### Tünetek és okok

#### Hogyan alakulhatnak ki a hiánytünetek?

#### Mik lesznek a következmények?

#### A funkcionális hiánybetegség („mai nevén” candidiasis) gyógyulásának lehetséges és szükséges lépései

#### Hol a helye az Ekodiár család termékeinek ezekben a folyamatokban?

### Tünetek és okok

A manapság a Candidának (*Candida albicans*) tulajdonított és egyre gyakoribbá váló szerteágazó tünetegyüttes egy összetett funkcionális (működésbeli) zavara és jelzése szervezetünknek. Mik lehetnek a kiváltó okok? Alapvetően sok tényező hiányából indul ki az egész probléma. Mik hiányozhatnak? Először is a megfelelő és elegendő felépítő és energiát adó TÁPANYAGOK ÉS MÁS NÉLKÜLÖZHETETLEN VEGYÜLETEK, amiknek megléte a sejtek jó működésének előfeltétele, megfelelő mennyiségű VÍZ a biológiai folyamatokhoz, IDŐ a táplálékokat, információkat feldolgozni, megemészteni, testileg és lelkileg, FIZIKAI AKTIVITÁS és OXIGÉN, ami szintén a folyamatok, energiák áramlásához nélkülözhetetlen.

### Hogyan alakulhatnak ki a hiánytünetek?

Az ipari élelmiszergyártás, a nagyüzemi mezőgazdasági tevékenység, a rossz konyhatechnikák és a kereskedelemben érvényesülő üzleti érdekek következtében alapvetően tápanyaghiányos és mérgeanyagokkal teli ételek kerülnek a boltokba és az asztalunkra. Rossz táplálkozási szokásainknak megfelelően csak mennyiségi evést folytatunk, minőségi, „sejtszintű” **táplálkozás** helyett.

A mérgeanyagok: tartósító szerek, állományjavítók, ízfokozók, gombaölők stb. károsítják az enzimek működését, a sejtalkotórészeket, terhelik a méregtelenítő folyamatokat, agresszív anyagként (szabadgyökök) irritációkat, nyálkahártya sérüléseket, a felszívó rendszer – bélbolyhok - károsodását, tartós gyulladásokat okoznak: **csökkentik az immunrendszer aktivitását**. Ugyanilyen hatása van a mindennapi stressznek is, amikor is stresszhormonok, oxidatív szabadgyökök keletkeznek és fejtik ki kedvezőtlen károsító hatásukat.

Az állati eredetű termékekből származó módosító hatású anyagok: hormonok és antibiotikumok (a kezelt állatok húsaiból), stresszhormonok (amelyek termelődését az állattartás körülményei és az állatok elpusztítási módja vált ki) a normális emberi hormonműködést befolyásolják. Ha többlet hormon jut a szervezetbe a saját működés visszaszorul, a hormontermelő sejtek száma is lecsökkenhet.



### Mik lesznek a következmények?

Az emésztőrendszer károsodik a folyamatos irritációtól, a bélnyálkahártya sérül, rosszul működik, nincs jó emésztés, nincs jó felszívódás, tápanyagok (szénhidrátok és fehérjék), vitaminok, ásványi anyagok, nyomelemek hiánya alakul ki. Nincs jó folyadékháztartás, nincs jó méregtelenítés, a folyamatok elakadnak, káros anyagok felhalmozódnak (gátak, „dugók” keletkeznek), akadályozzák és módosítják az értékes anyagok felszívódását (a vitaminkészítmények hatás nélkül kiürülnek, vagy lerakódnak), más mérgező, allergizáló anyagok a véráramba juthatnak, és védekező mechanizmusokat indítanak be **az immunrendszer aktivitása jelentősen csökken**, gyengül az ellenállás a külvilág hatásaival szemben, különféle fertőzések alakulnak ki. Az elégtelen tápanyagellátás következtében a szintézises folyamatok (fehérjeszintézis) csökkennek, emiatt enzimek, hormonok, ingerületátvivő anyagok, az immunműködésben résztvevő anyagok hiánya alakul ki, ami tovább rontja a védekezés hatékonyságát és egy sor, közérzetet rontó összetett tünetet is okoz. Orvosi kezelések, gyulladáscsökkentők, antibiotikumok alkalmazása csak rövid ideig tartó eredményt hoz, következménye viszont, hogy tovább gyengül az ellenálló képesség, megváltozik a normál bélflóra (nőknél a hüvelyflóra) összetétele.

A bélflóra összetételére emellett a táplálék minősége is erős befolyással van. Sok fehérje, és húsfétel a bélflórát a coli baktériumok javára tolja el, a gombákkal egyensúlyt tartó tejsavbaktériumok száma ilyenkor jelentősen csökkenhet.

Az immunrendszer gyengülését okozzák még a káros szenvedélyek, dohányzás, alkoholfogyasztás, a magas szénhidráttartalmú élelmiszerek túlzott fogyasztása.

A legyengült szervezetben a kedvező egyensúlyi állapotok felborulnak, a testi és lelki egészség kibillen, ami a negatív folyamatok erősödését eredményezi (betegségtudat, depresszió).

A gyengén működő immunrendszer hiányosságait kihasználva a szervezetet kolonizáló (normál) gombáflóra tagjai a nyálkahártyákon (vastagbél, hüvely) nagyobb élettérhez juthatnak, az eddigi folyamatok **KÖVETKEZMÉNYEKÉNT** és nem a tünetek okozóiként. Így a gyógyulásban a hangsúlyt nem elsősorban a gombák elpusztítására, hanem az egyensúlyi állapotok visszaállítására és az immunrendszer erősítésére kell helyezni.

## A funkcionális hiánybetegség („mai nevén” candidiasis) gyógyulásának lehetséges és szükséges lépései

1. Mentális elhatározás! (Sorsunk és egészségünk legfőbb őrei mi vagyunk.)
2. Korrekt diagnózis felállítása, ami kizár minden súlyos szervi megbetegedést és egyéb betegséget, és információt ad a gombák esetleges (túlzott) jelenlétéről.
3. A szervezet megszabadítása a felesleges mérgeanyagoktól.
4. Ha vannak elszaporodott gombák, azok számának csökkentése, hogy az immunrendszer ne terhelődjön, és ne alakulhassanak ki további fertőzések.
4. A bélműködés helyreállítása szervezetünknek és a bélflóra tagjai számára is megfelelő táplálkozással, étrend összeállításával. Ha szükséges a bélflóra helyreállítása, elsősorban természetes eredetű forrásokból: aludttej, joghurt, savanyú káposzta.
5. Teljes értékű egyensúlyi táplálkozás megvalósítása.
6. Egyensúlyi energiaáramlások visszaállítása (sport, reflexológia, kineziológia, jóga stb.)
7. Lelki egyensúly és egészség visszaállítása (pihenés, relaxáció, meditáció).

### Hol a helye az **Ekodiár** család termékeinek ezekben a folyamatokban?

Laboratóriumi vizsgálatokkal igazoltuk az **Ekomix** illóolaj kompozíció erőteljes – más illóolajok hatását lényegesen felülmúló gomba ellenes aktivitását.

CFU/ml	idő (min)		
	0	10	30
Ekomix	0	0	0
Grapefruitmagkivonat	81600	60400	128400
Levendula	95800	200000	134000
Teafa	108400	81600	14800
Geránium	78000	64400	19800
Rozmaring	88000	157600	74000
Narancs	31400	15500	400
kontroll	52000	87200	122000

E mellett a tapasztalatok azt mutatják, hogy az Ekomix kedvezően befolyásolja az emésztési folyamatokat, javítja a bélműködést, a bélflóra egyensúlyának biztosításában is szerepet játszik és ezeken a folyamatokon keresztül a szervezet egészére jótékony harmonizáló hatással bír.

**Dr. Zala Judit** osztályvezető

Országos Epidemiológiai Központ Mikológiai Osztály