

# INTRODUCERE

Mulți oameni cred că putem găsi calculi biliari doar în vezica biliară. Aceasta este o presupunere făcută de obicei în mod fals. De fapt, cei mai mulți calculi biliari se formează în ficat și, ca urmare, câțiva apar și în vezica biliară. Poți verifica această opinie curățându-ți singur ficatul. Puțin contează dacă ești laic, medic, om de știință sau o persoană căreia i-a fost eliminată vezica biliară și, prin urmare, consideri că ești lipsit de pietre. Rezultatele curățării ficatului<sup>1</sup> vorbesc de la sine. Nicio mulțime de dovezi științifice sau explicații medicale nu pot să facă o astfel de purificare mai valoroasă decât este deja. O dată ce vezi sute de calculi biliari verzi, bej, maro sau negri, plutind în vasul de toaletă în timpul primei tale curățări a ficatului, vei ști în mod intuitiv că este vorba despre ceva deosebit de important în viața ta. Pentru a-ți satisface posibila curiozitate, poți decide să duci pietrele eliminate la un laborator pentru o analiză chimică sau să îți întrebi medicul ce părere are despre aceasta. Medicul tău îți poate susține inițiativa de a te auto-vindeca, îți poate spune că acest lucru este ridicol sau te poate avertiza împotriva acestui aspect. Totuși, ceea ce este cel mai important în această experiență este că ți-ai asumat responsabilitatea intenționat pentru sănătatea ta, probabil pentru prima dată în viață.

Se estimează că 20% din populația lumii va dezvolta calculi biliari în *vezica biliară* la un moment dat din viața lor; mulți dintre ei vor opta pentru îndepărtarea prin operație a acestui organ important. Această cifră statistică nu explică, totuși, numărul mare de oameni care vor dezvolta calculi biliari (sau deja îi au) la *ficat*. În perioada celor 35 de ani de medicină naturistă, văzând mii de oameni suferind de toate tipurile de boli cronice, pot să atest faptul că fiecare dintre ei, fără excepție, a avut cantități considerabile de calculi biliari la ficat. În mod surprinzător, doar destul de puțini au raportat că au avut în trecut calculi biliari în vezica biliară. Calculii

---

<sup>1</sup> Atunci când mă refer la *detoxifierea ficatului*, este inclusă și detoxifierea vezicii biliare.

biliari la ficat sunt, după cum vei înțelege din citirea acestei cărți, principalul impediment pentru a obține și a menține sănătatea bună, tinerețea și vitalitatea. Calculii biliari la ficat sunt, într-adevăr, unul dintre motivele majore pentru care oamenii se îmbolnăvesc și au dificultăți în a se recupera după boală.

Incapacitatea de a recunoaște și de a accepta incidența formării calculilor biliari la ficat ca un fenomen extrem de obișnuit poate foarte bine să fie cea mai nefericită scăpare care s-a făcut vreodată în domeniul medicinei, atât ortodoxe, cât și holistice.

Bazându-ne atât de tare pe testele de sânge în scopuri diagnostice, așa cum face medicina convențională, poate fi, de fapt, un mare dezavantaj referitor la estimarea sănătății ficatului. Cei mai mulți oameni care au neplăceri fizice de un fel sau altul pot arăta ca și cum ar avea nivelurile normale de enzime hepatice, deși suferă de congestie la ficat. Congestia la ficat se află printre problemele de sănătate principale, medicina convențională încă face rar referire la ea și nici doctorii nu au o metodă sigură pentru a detecta și diagnostica o astfel de boală. Nivelurile enzimelor hepatice în sânge devin ridicate doar atunci când există o distrugere avansată a celulelor hepatice, așa cum este cazul, de exemplu, în hepatită sau inflamația ficatului. Celulele hepatice conțin cantități mari de enzime. Odată ce un anumit număr de celule hepatice sunt sparte, aceste enzime vor începe să apară în sânge. Atunci când sunt detectate printr-un test de sânge, acest număr crescut de enzime hepatice indică funcționări anormale ale ficatului. Într-o astfel de situație, totuși, afectarea deja a avut loc. De obicei, este nevoie de mulți ani de congestie hepatică cronică înainte ca afectarea ficatului să devină evidentă.

Testele clinice standard nu dezvăluie aproape niciodată apariția calculilor biliari la ficat. De fapt, majoritatea medicilor nici nu știu că aceștia cresc în acel loc. Doar câteva dintre universitățile cu cea mai avansată cercetare, precum John Hopkins University, descriu și ilustrează aceste pietre la ficat în literatura lor sau pe paginile lor de internet. Aceștia se referă la ele ca la „calculi biliari intrahepatici”.

Prin înțelegerea modului în care calculii biliari contribuie la apariția și evoluția a aproape oricărui tip de boală și prin efectuarea unor pași simpli pentru a-i îndepărta, vei fi responsabil de refacerea permanentă a propriei tale sănătăți și vitalități. Implicațiile aplicării curățării propriului ficat – sau, dacă ești practician, pentru pacienții tăi – sunt extrem de pline de satisfacții. A avea un ficat curat echivalează cu a avea o nouă șansă în viață.

Ficatul are un control direct asupra creșterii și funcționării fiecărei celule din corp. Orice tip de disfuncționalitate, deficiență sau formă de creștere anormală a celulelor este datorată în mare parte activității slabe a ficatului. Chiar și atunci când și-a pierdut până la 60% din eficiența proprie, extraordinara structură a ficatului și ingeniozitatea încă pot să îi permită acestuia să funcționeze „corespunzător”, ceea ce este indicat de valorile normale ale sângelui. Oricât de înșelător ar fi acest aspect pentru pacient și doctorul său, originea majorității bolilor poate fi ușor detectată la ficat. Primul capitol al acestei cărți este dedicat acestei legături de o importanță vitală.

Toate bolile sau simptomele problemelor de sănătate sunt cauzate de un anume fel de blocaj. De exemplu, un capilar de sânge care este blocat nu mai poate furniza oxigen și substanțe nutritive unui grup de celule de a căror aprovizionare este responsabil. Pentru a supraviețui, aceste celule vor avea nevoie să aplice măsuri specifice de supraviețuire. Desigur, multe dintre celulele marcate nu vor supraviețui „foametei” și vor muri pur și simplu. Totuși, alte celule mai rezistente se vor adapta acestei situații nefavorabile de-a lungul procesului de mutație celulară și vor învăța să folosească produsele reziduale metabolice blocate, precum acidul lactic, pentru a-și acoperi nevoile de energie. Aceste celule pot fi comparate cu un om în deșert care, din lipsă de apă, se bazează pe consumul propriei urine pentru a trăi puțin mai mult decât ar face-o în caz contrar.

Mutația celulară care conduce la cancer este doar ultima încercare a corpului pentru a ajuta prevenirea dispariției acestuia printr-o supraîncărcare de toxine și o prăbușire a structurii organului. Deși e o practică obișnuită, este exagerat să numim boală răspunsul normal al corpului la acumularea de reziduuri toxice și

material celular descompus. Din nefericire, ignorarea adevăratei caracteristici a corpului i-a făcut pe mulți să creadă că acest mecanism de supraviețuire este o „boală autoimună”. Cuvântul „autoimun” sugerează că organismul uman se atacă singur și că, practic, încearcă să se sinucidă. Nimic nu poate fi mai departe de adevăr. Printre alte motive, tumorile canceroase rezultă din congestia majoră în țesuturile conjunctive, pereții vaselor de sânge și canalele limfatice, toate acestea împiedicând celulele sănătoase să primească suficient oxigen și alte substanțe hrănitoare vitale.<sup>2</sup>

Altele, blocaje mai evidente îți pot perturba starea de bine la fel de mult. Un intestin mare constipat oprește corpul să elimine reziduurile materiale conținute în fecale. Reținerea materiei fecale în părțile inferioare tractului intestinal duce la un mediu toxic în colon și, dacă situația nu este rezolvată, în întregul corp. De asemenea, te face să te simți deprimat.

Infecția rinichilor și blocarea renală pot apare ca răspuns la acumularea pietrelor calcificate sau depuneri de grăsimi renale, obstruționând astfel fluxul de urină în rinichi sau în vezica urinară. Acumularea unor astfel de depozite minerale în sistemul urinar poate duce la retenția de lichide, creșterea în greutatea și zeci de alte simptome de boală.

Dacă reziduurile acide, toxice, se acumulează în piept și plămâni, corpul răspunde cu secreții mucoase pentru a prinde substanțele nocive. Ca urmare, pasajele de aer din plămâni devin congestionate și, efectiv, rămâi fără respirație. Dacă organismul tău este extrem de toxic și congestionat, poți chiar să te alegi cu o infecție pulmonară.

Infecțiile pulmonare apar pentru a ajuta la distrugerea și îndepărtarea oricăror celule pulmonare afectate și slăbite care altfel ar începe să se descompună sau au fost deja descompuse (formarea de puroi). Congestia pulmonară împiedică înlăturarea naturală a celulelor afectate sau slăbite. Dacă congestia nu este clarificată prin

<sup>2</sup> Pentru o înțelegere completă a ceea ce reprezintă cancerul și ce îl cauzază, vezi cartea autorului *Cancer is Not a Disease – It's a Survival Mechanism*.

mijloace naturale, sau dacă sporește și mai mult prin obiceiuri alimentare proaste, puroiul va fi prins în țesutul pulmonar. Firește, bacteriile distructive vor popula din ce în ce mai mult scena pentru a asista corpul în efortul său disperat de a clarifica zona congestionată care cuprinde celule în descompunere și alte produse reziduale. Doctorii numesc acest mecanism de vindecare „infecție stafilococică” sau pneumonie.

Auzul slab și infecțiile urechii pot rezulta dacă mucusul lipicios umplut cu toxine și/sau bacterii moarte sau vii intră în canalele care duc de la gât spre urechile tale (trompele lui Eustache).

De asemenea, îngroșarea sângelui cauzată de alimentele și băuturile cu grad ridicat de aciditate pot restricționa curgerea lui prin capilare și artere și astfel să conducă la numeroase afecțiuni, variind de la o simplă iritație a pielii până la artrită sau hipertensiune arterială, chiar atac de cord sau accident vascular cerebral.

Prin decongestionarea canalelor ficatului și ale vezicii biliare, cele 60 până la 100 de miliarde de celule ale corpului vor putea să „respire” mai mult oxigen, să primească o cantitate mare de substanțe nutritive, să elimine în mod eficient produsele reziduale metabolice și să mențină legături de comunicare perfectă cu sistemul nervos, sistemul endocrin și cu toate celelalte părți ale corpului.

Aproape fiecare pacient suferind de o boală cronică are o cantitate excesivă de calculi biliari la ficat. Un medic poate cu ușurință confirma aceasta prin recomandarea pacientului bolnav să efectueze o detoxifiere a ficatului. Este evident că, dacă nu este găsită o boală anume a ficatului, acest organ vital este rareori considerat „vinovat” pentru alte boli.

Cei mai mulți calculi biliari de la ficat sunt alcătuiți din aceleași componente „inofensive” care sunt găsite în lichidul biliar, colesterolul fiind ingredientul principal. Un număr de pietre se formează din acizi grași și alt material organic care au ajuns în canalele biliare. Din cauză că aceste pietre sunt formate din grămezi coagulate ale bilei sau ale materiei organice, ele devin practic

„invizibile” razelor X, tehnologiilor cu ultrasunete și *tomografiei computerizate* (TC).

Situația este diferită în ceea ce privește vezica biliară, unde până la 20% din toate pietrele pot fi făcute în întregime din minerale, predominant săruri de calciu și pigmenți biliari. În timp ce testele de diagnostic pot detecta cu ușurință aceste pietre tari, și probabil, mari din vezica biliară, ele tind să rateze pietrele mai moi, necalcificate de la ficat. Doar atunci când cantități excesive de pietre bazate pe colesterol (85%–95% colesterol), sau alte grămezi de grăsime, blochează canalele biliare ale ficatului se poate ca un test cu ultrasunete să dezvăluie ceea ce este numit în general ca „ficat gras”. Într-un astfel de caz, imaginile cu ultrasunete arată un ficat care este aproape complet alb (în loc de negru). Un ficat gras poate aduna până la 70.000 de pietre până cedează sufocării și încetează să mai funcționeze.

Dacă ați avea ficat gras și ați merge la medic, v-ar spune că aveți țesut gras în exces la ficat. Este puțin probabil, totuși, ca medicul să vă spună că aveți *calculi biliari intrahepatici* (pietre care obstruccionază canalele biliare ale ficatului). Așa cum am menționat anterior, majoritatea pietrelor mai mici de la ficat nu e detectabilă prin scanări cu ultrasunete sau TC. Cu toate acestea, analiza atentă a imaginilor de diagnostic de către specialiști ar arăta dacă unele dintre canalele biliare mai mici din ficat au fost dilatate din cauza obstrucției. O dilatare a canalelor biliare cauzată de pietre mai mari și mai dense sau de grupuri de pietre poate fi detectată mai repede prin *imagistica prin rezonanță magnetică* (IRM). Totuși, dacă nu există o indicație a unei probleme hepatice majore, medicii rareori examinează astfel de pietre intrahepatice. Din păcate, deși ficatul este unul dintre cele mai importante organe din organism, afecțiunile sale sunt, de asemenea, subdiagnosticate mult prea des.

Chiar dacă fazele incipiente ale unui ficat gras sau formarea calculilor biliari în canalele biliare au fost ușor de recunoscut și diagnosticat, facilitățile medicale de astăzi nu oferă nici un tratament pentru a despovăra acest organ vital de greutatea pe care trebuie să o care.

Cei mai mulți oameni din țările dezvoltate au acumulat sute și, în multe cazuri, mii de bile întărite și depozite de grăsime în ficat. Aceste pietre blochează în continuu canalele biliare ale ficatului, care suprasolicitează acest organ vital și restul corpului.

Ținând cont de efectul advers pe care aceste pietre îl au asupra funcționării ficatului ca un întreg, compoziția lor este chiar irelevantă. Fie că medicul tău sau tu îi considerați calculi biliari convenționali pe bază de minerale, depozite de grăsime sau cheaguri de bilă întărită, rezultatul final este că aceștia împiedică cantitățile necesare de bilă să ajungă la intestine.

Întrebarea importantă este cum poate un lucru simplu precum fluxul biliar obstrucționat să cauzeze astfel de boli complexe precum insuficiență cardiacă congestivă, diabet și cancer.

Bila hepatică este un lichid amar, alcalin, de culoare galbenă, maro sau verde. Are mai multe funcții. Fiecare dintre acestea influențează puternic sănătatea fiecărui organ și sistem din corp. În afară de sprijinul pentru digestia grăsimilor, a calciului și a alimentelor proteice, bila este necesară pentru a menține nivelurile normale de grăsime în sânge, pentru a elimina toxinele din ficat, pentru a ajuta la menținerea unui echilibru adecvat între acid și alcalin în tractul intestinal și pentru a opri colonul să reproducă microbi dăunători.

Pentru a menține un sistem digestiv sănătos și puternic și a hrăni celulele corpului cu cantitatea corectă de nutrimente, ficatul trebuie să producă 1–1,5 litri de bilă pe zi. Orice altceva mai puțin decât atât este sigur că va cauza probleme cu digestia alimentelor, eliminarea reziduurilor și continua detoxifiere a sângelui din corp. Mulți oameni produc aproximativ o ceașcă plină de bilă, sau mai puțin, pe zi. Așa cum vom prezenta în această carte, aproape toate problemele de sănătate sunt o consecință directă sau indirectă a disponibilității bilei reduse.

Oamenii cu boli cronice au descori câteva mii de calculi biliari care congestionează canalele biliare ale ficatului. Unele pietre pot chiar să se dezvolte în vezica biliară. Prin eliminarea acestor pietre de la aceste organe printr-o serie de detoxifieri ale ficatului și prin menținerea unui regim alimentar și a unui stil de



viață echilibrat, ficatul și vezica biliară pot să își recapete eficiența inițială și majoritatea simptomelor de disconfort sau boală din corp pot începe să dispară treptat. Vei putea descoperi că orice alergii persistente se vor diminua sau vor dispărea. Durerea de spate se va disipa, în timp ce energia și starea de bine se vor îmbunătăți.

Curățarea canalelor biliare ale ficatului de calculi biliari este una dintre cele mai importante și puternice proceduri pe care le poți pune în practică pentru a-ți îmbunătăți și recâștiga sănătatea.

În această carte, vei învăța cum să elimini fără durere până la câteva sute de calculi biliari dintr-o dată. Mărirea pietrelor variază de la cea a unui vârful de ac până la o alună mică și, în câteva cazuri rare, la o minge de golf. Detoxifierea propriu-zisă a ficatului are loc într-o perioadă de mai puțin de paisprezece ore și poate fi făcută în mod convenabil într-un sfârșit de săptămână acasă.

În Capitolul 1 se explică în detaliu de ce prezența calculilor biliari în canalele biliare, atât în interiorul, cât și în exteriorul ficatului, poate fi considerată cel mai mare risc al sănătății și cauza a aproape fiecărei boli majore sau minore.

În Capitolul 2 vei putea să identifici semnele, caracteristicile și simptomele care indică prezența pietrelor la ficat sau vezica biliară. Alte capitole tratează cauzele posibile ale calculilor biliari și ce poți să faci pentru a preveni apariția unor noi.

În Capitolul 4 vei învăța procedura propriu-zisă pentru a scăpa de calculii biliari din ficatul tău și din vezica biliară. Aceasta constă practic într-o perioadă de pregătire de șase zile în care pietrele sunt înmuiate și procedura propriu-zisă de detoxifiere ce implică consumarea unui amestec de suc de măslină și citrice.

Capitolul 6, „Care sunt așteptările în urma detoxifierii ficatului și a vezicii biliare?” include unele dintre posibilele beneficii de sănătate ale acestui profund program de autoajutor. În plus, vei afla ce spun alții despre propriile lor experiențe privind detoxifierea ficatului.

Secțiunea întrebărilor frecvente, Capitolul 8, tratează multe dubii pe care le-ai putea avea referitor la detoxifiere. Pentru a

profita de maximum de beneficii din această procedură, vă recomand foarte mult să citiți întreaga carte înainte de a începe detoxifierea propriu-zisă a ficatului.

Cum funcționează detoxifierea ficatului și a vezicii biliare, ați putea întreba? Este foarte simplu, de aceea o explic chiar aici în câteva cuvinte.

Efectele detoxifierii sunt datorate ingerării unui amestec uleios care determină o eliberare puternică și rapidă a bilei din ficat și vezica biliară. Jetul care țâșnește din bilă scoate cu el toxine, pietre cu colesterol din ficat și, dacă există, calculi biliari calcificați din vezica biliară. Procedura include, de asemenea, consumul câtorva doze de săruri amare (sulfat de magneziu) care destind canalele biliare și le țin deschise în timpul procesului de eliberare, asigurând trecerea ușoară a pietrelor prin tractul intestinal.

Vă doresc mult succes în călătoria către obținerea unei stări de sănătate permanente, fericire și vitalitate!