

Poradnie
współpracujące z NS**Wojciech Walczak** kom. 600 285 026,

42 673-49-58 - terapie manualne (patrz publikacja w NS 11 str. 79)

Barbara Wójcik - terapia dr Bacha**Ewa Matracka** - masażystka, refleksolog**Krzysztof Pajkowski** - rehabilitant-masażysta**dr Małgorzata Milczarek** - akupunktura,

sudżok, terapia czaszkowo-krzyżowa

Barbara Kuligowska - dietetyk**MERIDIAN** proponuje • pomoc w chorobach kręgosłupa, kości i stawów, w nerwicach, astmie oddechowej, zaburzeniach krążenia

• terapie manualne (masaże, akupunktura, su dżok) • terapie esencjami dr. Bacha

• świecowanie i konchowanie uszu • aromaterapie

• homeopatię • diagnozowanie stanu zdrowia

metodą rydora. Dla swoich klientów organizuje

wyjazdy terapeutyczno-wypoczynkowe do Tunezji.

Paweł Połonecki
polski bioenergoterapeuta Nr 1

przyjmuje w:

• KANADZIE (Toronto)

• NIEMCZEC (Berlin)

• POLSCE (Warszawa)

www.pawelpolonecki.com**GABINET FIZYKOTERAPII
I MASAŻU LECZNICZEGO****Andrzej i Alicji Jaskulskich**Warszawa, ul. Mokotowska 26 lok. 5
tel. 22 625 61 38, kom. 502 310 238

mail: info@fizykoterapia.waw.pl

www.fizykoterapia.waw.pl**Instytut Medycyny Naturalnej****Bionet**w Iławie, ul. Sienkiewicza 9
na Mazurach**www.biomedycyna.pl**

tel. 501 552 776

- specjalizujemy się w leczeniu chorób alergicznych
- wykonujemy testy i odczulania dla dorosłych i dzieci w każdym wieku
- stosujemy naturalne leki homeopatyczne, izopatyczne, ziołowe oraz naturalne suplementy
- leczenie wzmacniające odporność
- wykonujemy bezinwazyjne badania ukrwienia serca metodą NURSE ECG
- leczenie miażdżycy i chorób niedokrwiennych serca i naczyń mózgowych metodą chelatacji dożylną
- organizujemy całoroczne turnusy lecznicze

Niezwykła moc

Siarka prawie każdemu kojarzy się z legendą o Smoku Wawelskim, piekielnym ogniem i dymem lub z wonią zgniłych jaj, a więc nieprzyjemnym zapachem siarkowodoru. I nie w tym dziwnego, gdyż znajduje się ona zarówno we wspomnianym gazie, jak i w oparach lawy z wulkanicznych wybuchów, a także z pewnością przyczyniła się do „klęski” naszego narodowego Smoka.

Jednakże te negatywne skojarzenia to tylko jedna strona medalu. Do niedawna siarka była całkowicie zapomniana. I choć dziś przeżywa prawdziwy renesans, jej właściwości nadal nie są powszechnie znane i doceniane. A jest ją za co chwalić, gdyż „cudownych” zalet ma mnóstwo.

Ale najpierw trochę teorii. Siarka – oznaczona na tablicy Mendelegiewa symbolem S – jest niemetalicznym pierwiastkiem barwy żółtej, znanym od czasów prehistorycznych. Jej nazwa pochodzi z sanskrytu: *sira* – znaczy jasnożółty. Mówi się o niej już w Biblii oraz dziełach starożytności. Jako jeden z makroelementów niezbędnych do życia **zajmuje piąte miejsce w hierarchii makroskładników mineralnych potrzebnych organizmowi ludzkiemu do życia**. W przyrodzie występuje w dużych ilościach. Zawartość w skorupie ziemskiej to ok. 0,026 procenta wagowego.

Od wieków budziła jednocześnie strach i podziw. Często nazywano ją *magiczną matką płomienia*. Dla alchemików była odpowiednikiem żywiołu ognia i symbolizowała energię rzeczy. Właśnie z siarki wielu mistrzów czarnoksięstwa próbowało otrzymać **złoto**, a ze względu na obserwowane właściwości lecznicze nawet **eliksir młodości**.

Zarówno w przypadku roślin, jak i zwierząt, **siarka wchodzi w skład każdej żywej komórki jako bardzo ważny element struktury białkowej**. W organizmie człowieka stanowi ona aż 0,25 % wagi. **Pierwiastek ten znajduje się w licznych związkach pełniących wiele kluczowych funkcji w ludzkim ustroju i jest niezbędny w tworzeniu połączeń organicznych**. Zawierają go podstawowe aminokwasy: metionina, cystyna, cysteina, tauryna oraz hormony: insulina i glutation. Siarkę znajdziemy też w kwasie liponowym, biotynie (witamina H), tiaminie (witamina B1) oraz koenzymie A i heparynie – substancji obniżającej ciśnienie krwi.

Gdzie szukać tego niezwykłego minerału? Do pokarmów bogatych w związki siarki należą przede wszystkim produkty białkowe: mięso, ryby, nabiał oraz takie rośliny, jak: chrzan, kapusta, kalafior, rzeżucha, brokuły, groch, fasola, czosnek, cebula, owies.

Oczywiście siarkę najlepiej dostarczyć organizmowi w postaci pożywienia. Jednak

obecna żywność jest w znacznym stopniu przetworzona i pozbawiona wartościowych składników odżywczych, co zakłóca wchłanianie potrzebnych związków mineralnych. Ponadto w przypadku ludzi starszych pojawia się zwiększone zapotrzebowanie na ten pierwiastek i szczególnie często mamy do czynienia z jego niedoborem. To zaś wywołuje różnorodne, niekiedy bardzo ciężkie zaburzenia.

Jeśli w organizmie brakuje siarki, włosy twardnieją i wypadają, skóra traci jedność i błędnie, a paznokcie zaczynają się łamać. Siarka jest składnikiem keratyny – białka skóry włosów i paznokci oraz kolagenu warunkującego ich prawidłowy stan, wygląd i elastyczność. Objawem jej niedoboru mogą też być łuszczyca, trądzik, przetłuszczająca się skóra i włosy oraz łupież i egzemy. To jedyny minerał, który potrafi walczyć z zakażeniami bakteryjnymi i grzybiczymi skóry. Właśnie dlatego już w średniowieczu dymem ze spalanej siarki okadzano ludzi, którzy mieli kłopoty ze skórą.

W skutek deficytu tego pierwiastka silnie odczuwamy też dolegliwości stawowe, gdyż siarka jest niezbędna do prawidłowego rozwoju chrząstek stawowych, ułatwia ich regenerację i sprawne funkcjonowanie. Ponadto posiada **silne właściwości przeciwzapalne**. Okazuje się więc **korzystna przy łagodzeniu dolegliwości narządów ruchu, stanów pourazowych i pooperacyjnych, jak również stanów zapalnych innych narządów**. Odpowiedni poziom tego minerału powoduje zwiększone wydalanie kwasu moczowego, co daje ulgę w przypadku **dny moczowej** (podagry).

Brak siarki wpływa również na stan emocjonalne człowieka. Opuszcza nas wówczas dobry nastrój, my zaś odczuwamy niepokój i zmęczenie, gdyż wraz z fosforem i manganem wpływa ona na **prawidłową pracę układu nerwowego i mózgu**. Wywiera też korzystny wpływ na kości przy osteoporozie oraz wspomaga walkę z cukrzycą, bowiem poprzez aktywację insuliny przyczynia się do lepszego spalania cukru. Pod jej wpływem następuje **obniżenie lub wyrównanie poziomu cholesterolu**, jak również zwiększona produkcja **immunoglobulin** – przeciwciał biorących udział we wszystkich procesach odpornościowych mobilizujących organizm do walki z chorobami. Chroni też oczy przed **zaćmą**.

Ponadto minerał ten wspomaga wątrobę w wykonywaniu przez nią funkcji odtruwania, stymulując zwiększanie wydzielania kwasów żółciowych oraz wiąże nikotynę i metale ciężkie w nierozpuszczalne związki, które następnie są wydalone z organizmu.



Więcej informacji na temat preparatu **SUFRIN**, jego historii, bioprzyswajalności zawartej w nim siarki, jak również roli siarki w organizmie człowieka na stronie internetowej www.sufrin.pl



Przy niedoborach siarki potrzebne organizmowi minerały, głównie magnez, krzem, sód, mangan, wapń, żelazo, chlor, jod i potas, są **trudno przyswajalne**, a ciało traci większość istotnych pierwiastków. Metabolizm, głównie tłuszczów, białek i cukru zostaje osłabiony. Wpływa ona również na potencję. Właściwy poziom siarkowodoru we krwi przeciwdziała zaburzeniom erekcji oraz reguluje pracę układu krążenia.

Siarka wspomaga także **zwalczanie grzybic ogólnoustrojowych i jelitowych spowodowanych przerostem grzybów Candida**. Działa grzybobójczo, posiada silne właściwości bakteriobójcze oraz pasożytoobójcze, dzięki czemu przeciwdziała bakteriom chorobotwórczym i pasożytom, które często towarzyszą grzybicom. Ponadto wspiera wątrobę w procesie usuwania toksyn wydzielanych przez nadmiernie rozrastające się w organizmie grzyby.



Zaobserwowano również, że poziom grup SH złożonych z siarki obniża się przy uszkodzeniu toksycznym i wirusowym wątroby, w gorączce reumatycznej i reumatoidalnym zapaleniu stawów, w procesach nowotworowych po napromieniowaniu jonizującym oraz w przebiegu choroby wieńcowej i zawału mięśnia sercowego.

Co więc czynić, jeśli podejrzewamy lub stwierdzimy u siebie niedobory siarki? Na pewno trzeba do swojej diety włączyć zawierające ją produkty spożywcze. Tyle, że ze względu na współczesny tryb życia, może to być niewystarczające. W takim przypadku pozostaje uzupełnienie siarki poprzez znane od wieków, dobroczynne balneologiczne kąpiele w wodach siarczkowych (uzdrowiska

Busko-Zdrój, Solec-Zdrój, podkrakowskie Swoszowice) bądź **przyjmowanie suplementów diety zawierających biologicznie przyswajalne formy siarki organicznej nieutlenionej zwanej bio-siarką**.

Jednym z takich preparatów jest stworzony **400 lat temu**, w stu procentach naturalny **legendarny Olej z Haarlem**, obecnie wprowadzany na rynek polski pod handlową nazwą **SUFRIN**. Preparat ten stanowi **jedyny na rynku suplement diety będący źródłem łatwo przyswajalnej przez organizm siarki**. Legenda głosi, że jest on wytworem holenderskich alchemików, którzy, jak już wcześniej wspomniano, na życzenie króla poszukiwali **złota i „eliksiru młodości”**. Do siarki dodali olej piniowy i lniany, dzięki którym zyskała ona formę „otwartą” – **aktywną i bioprzyswajalną**. I choć alchemicy w dużej mierze działali w oparciu o intuicję i obserwację przyrody, współczesna wiedza medyczna potwierdziła ogromną rolę, jaką pierwiastek ten odgrywa w organizmie ludzi i zwierząt.

Zważywszy na przedstawione właściwości biochemiczne siarkę nie bez kozery można nazwać „**eliksirem młodości**”. Jeśli chodzi zaś o złoto, to co prawda w wyniku eksperymentów nie otrzymano tego szlachetnego kruszcu, ale preparat wylany na białą kartkę i oglądany pod światło ukazuje piękną złotą barwę.

Przez wieki „**cudowne**” działanie **Oleju z Haarlem** stało się powszechnie znane. Choć na ten temat nie zachowały się żadne wiarygodne dokumenty, z przekazów ustnych wiadomo, że preparat, o jakim mowa, był przed wojną sprzedawany również w Polsce.

Dziś, aby skorzystać z całego dobrodziejstwa siarki i uzupełnić niedobory tego pierwiastka w organizmie, suplement diety **SUFRIN** możemy kupić w każdej aptece, sklepie zielarskim, jak również w **Księgarni-Galerii „Nieznany Świat”**.

Anna Kawecka

Wylączny importer na terenie Polski:
PW Evimax, Radom, ul. Traugutta 62
tel. 48 360 20 67, www.sufrin.pl

Sprzedaż stacjonarna i wysyłkowa:
KSIĘGARNIA-GALERIA NIEZNANY ŚWIAT
ul. Kredytowa 2 w Warszawie
tel. 22 827 93 49, fax 22 827 0 827
e-mail: bok@nieznany.pl
sklep internetowy: www.nieznany.pl

DOBRODZIEJSTWO WÓD SIARCZKOWYCH W KAPSUŁKACH

SUFRIN®



NOWOŚĆ

Pierwszy całkowicie naturalny preparat z bioprzyswajalną siarką organiczną

Wspomaga:

- Sprawne funkcjonowanie stawów
- Kondycję psychofizyczną
- Stan włosów, skóry i paznokci
- Prawidłowe funkcjonowanie wątroby
- Przeciwdziałanie starzeniu się organizmu
- Zwalczanie grzybic ogólnoustrojowych i jelitowych spowodowanych przerostem grzybów candida

SUFRIN – na świecie znany jako legendarny **OLEJ z HAARLEM**, to suplement diety przeznaczony dla osób dorosłych, oparty na łatwo przyswajalnej przez organizm siarce organicznej wzbogaconej olejami piniowym i lnianym – antyutleniaczami zwalczającymi wolne rodniki. Naturalne składniki preparatu, a także receptura i sposób wytwarzania niezmienione od **400 lat** są gwarancją skutecznego, sprawdzonego i bezpiecznego działania. Ze względu na biologicznie aktywne składniki oraz korzystny wpływ siarki bioprzyswajalnej na organizm, preparat charakteryzuje się bardzo wszechstronnym i kompleksowym działaniem.

Uzupełnienie diety w bio-siarkę powoduje efekty podobne do kuracji balneologicznych wodami siarczkowymi.