

Mi a baj az anyósokkal, apósokkal?

Vajon mi okozza a kapcsolati nehézséget idős emberekkel, mi a megoldás, hogyan előzhető meg?

Mindannyian tudjuk, különbözik a természetünk. Van aki kellemes társaság, van aki kevésbé. De előbb-utóbb előfordul, hogy az eredetileg jó természetű anyóssal is gondok adódnak. Pedig ezt ő maga se akarja. A kérdés az, akkor meg miért?

Azt, hogy egy embernek milyen természete van jelentősen befolyásolja rögzült érzelmi szintje. Már több, mint 10 évvel ezelőtt kísérletekkel bizonyították, hogy az érzelmei különböző vegyületeket képeznek a szervezetben. A jó érzések jó hatású, fiatalítókat, az idegesség, a negatív stressz, a harag, a gyűlölködés viszont különböző mértékben mérgezőket. Nem

véletlen egyeseknél a korai öregezés, csúnyulás. Ezzel bizonyítottá vált, hogy az az érzelmeink milyen hatással vannak az életerőre. Az meg egészen biztos, hogy minden anyian átélünk különböző mértékben kellemetlen helyzeteket is.

Azt, hogy valaki milyen hatással van környezetére jelentősen befolyásolja az életereje, mely együtt jár az érzelmi szintek változásával. Ennek a változásnak olyan okai vannak, amelyek sokak szerint az élet velejárója.

Mindannyian ismerünk olyat, aki egy idő után megpróbál uralkodni családján, környezetén. Aztán nagyon dühös lesz, morog folyton, ha nem sikerül. Egy idő után elkezdi pletykálkodni, másokkal kitolni, pedig régen sose tett ilyet. Aztán elkezdi félni: mi lesz vele, mi lesz a családdal? Majd elkezdi bánkódni. Siratja fiatalságát, elvesztett szeretteit, egyre betegebb. Sajnálatot, együttérzést, támogatást vár.

Kevesen vannak, akik maguk felismerik, mi ennek az oka: Úgy érzik, feleslegesek, rájuk már nincs szükség. Céltalanná válnak úgy, hogy nem önként mondtak le céljaikról és nem találtak újat maguknak. A folyamat elindítója legtöbbször a nyugdíjba vonulás.

Ez az a pillanat, amikor bebizonyíthatod, hogy szereted az anyósodat, vagy ha nem volt igazán jó természetű, szeretnéd szeretni. Ha engem kérdezel, ilyenkor érdemes elvinned őt

egy közös kirándulásra, nyaralásra. Beszéljess vele. Hallgasd meg, mik azok a dolgok, amivel szívesen foglalkozott volna, de sose volt rá módja, ideje. Hallgasd meg, mik azok, amiket sajnál, hogy nem tudott elérni, megvalósítani.

Ne felejtse el azt sem, bizony előfordulhat, hogy céljai között nem szerepel háztartásod rendben tartása, gyermekeid rendszeres pátyolgatása. Ő ugyanúgy a saját életét szeretné élni, mint te a magadét.

Azzal viszont rengeteget tehetsz érte - egyben magadért - és jó kapcsolatokat, ha segítesz neki kiválogatni, meg nem valósult álmai közül melyik az, aminek már semmi értelme és melyik az, amit végre elérhet. Mert ugye semmi értelme nincs egy nyugdíjas számára egy háromkerekű biciklinek, de jól jöhet egy városi roller, amivel egyre többen közlekednek - hogy csak az egyszerűbbeket említsem.

Már rég megtörtént az a bizonyos életforduló szakasz és fogalmad nem volt róla, mit tehetnél? Jó hírem van számodra! Ez a beszélgetés soha nem késő. Kisebb - nagyobb célokat mindig tud találni magának az ember. Mert a célt ő fogja megtalálni. Te abban segítesz, hogy meghallgatod, kérdezel ha elakad.

Miért mondom, hogy ezzel magadért is tehetsz? Így idejekorán megtanulod, hogyan engedd el a feleslegessé vált célokat és találd meg azokat, amik csak rád vártak eddig is. Mert az álmok és a célok viszik előre a világot is, az embert is, bármilyen aprók legyenek. A természetük meg olyan: csak a tied lehetnek. Te dönts, melyiküket engeded el és melyiküket valószínűsíted meg.

Mivel járhat ennek elmulasztása? Bizony azzal, hogy bánatos lesz / marad. Áldozatnak érzi magát. Te meg együttérsz, hiszen úgy tanultad: ezt kell tenned. Így egész biztosan rögzítéd benne az érzést, amely végül a sírba kergeti. Addigra minden esélyed megvan arra, felesleges energiapazarlásod miatt megkeseredett emberré válj, akibe csak hálni jár az életerő...

Forrás: NetAnyu

A parfümök akár spermakárosodást is okozhatnak

Riasztó, de Amerikában a parfümgyártóknak nem kell feltüntetniük a termékükben található összetevőket a csomagoláson. Így nem is annyira meglepő, hogy a vizsgálatok szerint az Armani és a Chanel is számos, káros mellékhatásokkal járó vegyi anyagot használ/használt.

Egy, a termékek csomagolására vonatkozó, 1973-as amerikai törvénynek köszönhetően a parfümökön nem kell feltüntetni az összetevőket. Ez ugyanis a szakmai titok megőrzése érdekében kivonja az illatszereket a kötelezettség alól - írja a Mother Nature Network.

Az Environmental Working Group tavaly hozta nyilvánosságra azt a kutatási eredményt, amely szerint sok népszerű illatban potenciálisan káros vegyi anyag található. És ami még durvább: ezeknek a kemikáliáknak a nagy része semmilyen formában nincs feltüntetve a csomagoláson.

A Chanel és az Armani sem kivétel. Az Analytical Sciences független kaliforniai laboratórium 17 olyan népszerű illatot tesztelt, mint például a Coco Chanel és az Armani Acqua Di Gio, és 40 féle vegyi anyagot talált bennük.

Közülük 38 nem volt feltüntetve a dobozon, ráadásul többet is hormonzavarral és allergiás reakciókkal hoznak összefüggésbe. Ilyen például a diethyl phthalate, amihez spermakárosodás és egyéb riasztó mellékhatások társulnak.

1999-ben a számos allergiás reakció miatt rendelték el vizsgálatot a Calvin Klein Eternity nevű parfümjében, amelyről kiderült, hogy a benne található 41 kemikáliából több mérgező. Azóta a szakmai biztonságot és egészségért felelős nemzetközi intézet megállapította, hogy az illatipar túlnyomórészt szintetikus vegyi anyagokat használ - tehát a levendulaillat, amit érzel, nagy eséllyel nem is levendulától származik -, amelyek közül 900 ismert toxin.

Hogy ilyen helyzetben mit tehet egy parfümíró? Szerencsére akadnak olyan gyártók, amelyek a szintetikus összetevőkkel szemben természetes alapanyagokra esküsznek. Ilyen például az Aftelier Perfumes, az Anya's Garden Perfumes és a Joanne Bassett. Kimerítőbb listáért érdemes megnézni a Natural Perfumers Céh honlapját.

forrás: divany.hu

Mitől is szenvedünk?

Számos, egyre nagyobb számban fellépő betegség vagy akár csak tünet is olyasminek a számlájára írható, amire kevesen gondolnánk. Ez a jelenség az **ösztrógen dominancia!**

Az életkor előrehaladtával a hormonok mennyisége csökken. Ha a 35-70 év közötti kort vesszük figyelembe, akkor azt látjuk, hogy a progeszteron 75%-kal, míg az ösztrogén csupán 35%-kal csökken. Fajlagosan több ösztrogén van a progeszteronhoz viszonyítva. Ez a jelenség komoly egyensúlyzavarhoz vezet, ösztrogén dominancia lép fel, amely a következő hatásokat váltja ki a szervezetünkben:

* Az ösztrogén lelassítja a pajzsmirigy funkciókat, ezáltal a szervezet a tápenergiát zsírrá alakítja. A progeszteron viszont a zsírt energiává alakítja, tehát progeszteron nélkül igen nehéz lefogyni.

* Az ösztrogén visszatartja a sót és a folyadékot, a progeszteron természetes vízajtó.

* Az ösztrogén depressziót és fejfájást okozhat, mert az agyban mikro-ödémákat okoz. A progeszteron a vízajtás miatt éppen a depresszió ellen hat.

* Az ösztrogén növeli a vér sűrűségét, a progeszteron normalizálja.

* Az ösztrogén csökkenti az oxigént a szövetekben, ami a szövetek elsavasodásához vezet. A progeszteron viszont helyreállítja az oxigén szintet.

* Az ösztrogén növeli a méh- és a mellrák rizikóját. A progeszteron pedig bizonyítottan csökkenti.

* Az ösztrogén, ha nincs elegendő progeszteron jelen, azzal a hatással van a mellékpajzsmirigyre, hogy nem termel kalcitonint, ami ahhoz kell, hogy a csontépítő sejtek elegendő kalciumot kapjanak. Fellép a csonttritkulás.

* Az ösztrogén csökkenti a vérerek tónusát, ami magas vérnyomást eredményez. A progeszteron helyreállítja azt.

Dr. Lee norvég származású amerikai orvos volt, nemzetközileg ismert és elismert családorvos, endokrinológus (a Harvard Egyetemen és a Minnesotai Orvosi Egyetemen végzett).

Az ő nevéhez fűződik a természetes progeszteron 30 éves kutatása, ő volt az első és egyetlen, aki fel mert vállalni a vitát és harcot, mind az orvostársadalommal, mind a gyógyszergyártókkal, annak érdekében, hogy a nőket ne szintetikus és veszélyes ösztrogén alapú hormonkészítményekkel kezeljék tovább, amikor véletlenül sem ösztrogénre és főleg nem szintetikus ösztrogénre van szükségük.

Több évtizedes kutatása végeredményeként megszületett az ösztrogén dominancia definíciója, mellyel egyidőben, elkezdte pácienseit természetes progeszteronnal kezelni, hatalmas sikerrel.

Dr. Lee-nek rengeteg olyan "véletlen" férfi páciense volt, akik úgy kerültek kapcsolatba a progeszteronnal, hogy a feleségeiket kenték be progeszteron krémmel. Egy pár ilyen "segítőkéz" hónap után, a férfiak azt figyelték meg magukon, hogy a megnagyobbodott prosztatájuk erőteljes zsugorodásnak indult, a vizeletürítései is kezdtek megoldódni, nem beszélve arról, hogy fokozatosan visszatért a libidójuk.

Igen sok prosztata rákos férfi beteg arról számolt be, hogy progeszteron szint helyreállítás alatt az orvosai által rendszeresen mért ún. PSA szintjük (Prosztata Specifikus Antigen) jelentősen csökkent, illetve a daganat nem fejlődött tovább, sőt!

Léteznek bizonyos szintetikus 5-alpha redukáz gátló szintetikus gyógyszerek, melyeket prosztata megnagyobbodás, prosztata rák és hajhullás esetén alkalmaznak.

Hatékonyak ugyan, de igen sok mellékhatással járnak, mint pl. az impotencia, abnormális ejakuláció vagy erekciós problémák.

Ma már tudjuk, hogy a progeszteron a természetes 5-alpha redukáz gátló a férfi szervezetben. Természetes, azaz maga a szervezet is ezzel oldja meg a problémát!

Tehát egy alacsony dózisu természetes (gyógynövényes) progeszteron pótlással a férfiak meg tudjuk védeni magukat a prosztata ráktól.

Tisztában vagyok azzal, hogy az emberek miután elolvassák ezt a szöveget, fel fog bennük merülni az a kérdés, hogy ha a progeszteronnak ennyi jótékony hatása van, miért nem hallottak róla korábban? Kérem tartsák szem előtt, hogy üzleties világban élünk. A gyógyszervállalatok hatalmas piacot jelentenek. Ezek a vállalatok nem tudják szabadalmaztatni a természetes készítményeket, emiatt nem is érdeklődnek a természetes hormonok iránt. Erre vezethető vissza az is, hogy az orvosok nem ismerik a természetes progeszteront, illetve a többi természetes hormont, amelyeket helyettesíteni tudnak. Ez teszi lehetővé azt, hogy a Premarin a világon a legnagyobb mennyiségben értékesített gyógyszer, annak ellenére, hogy rákkeltő hatású és rombolja a vérereket.

Kerüljük el az ösztrogén minden formáját, hiába bio azonos, akkor is ösztrogén. Sajnos, jelenleg több mint 90 fajta ösztrogén utánszert van jelen környezetünkben. Ott vannak a táplálékban, a vízben, a levegőben, a bőrápoló kozmetikumokban, különösen a napvédő krémekben (ezekben van a legtöbb mérge).

Használjuk fitoprogenesztéron hatású növények forrásait: palástfű, cikcáfark (virágos hajtások), barátságserje (gyümölcs, virágos hajtás), kőmogyó gyöngyöcske.

forrás: Labor Express

