

SPIS TREŚCI

Wstęp	11
1. Pytania o drożdżycę (kandydozę)	17
Do czego może doprowadzić nadmierne namnażanie się <i>Candida albicans</i>	17
Objawy przedmiotowe	19
Objawy ze strony mózgu	19
Argument medyczny	20
Czym jest grzyb?	20
Przyczyny grzybicy	21
Rola drożdżycy w występowaniu kłopotów zdrowotnych	24
2. Najczęstsze problemy związane z grzybicą	25
Kandydoza (drożdżycza) jamy ustnej	25
Ciężkie zakażenie	26
Zapobieganie	26
Nawracające zakażenia	27
Leczenie	27
Zapalenie przełyku	28
Grzybicze zakażenia skóry	28
Nawroty zakażenia	29
Grzybica paznokci	30
Zakażenie łożyska paznokcia	30
Zakażenie okołopaznokciowe	31
Grzybica stóp	31
3. Kandydoza u kobiet	33
Drożdżycza pochwy	33
Grzybicze zapalenie pęcherza moczowego	34
Leki na zapalenie pęcherza moczowego	35
Naturalne środki stosowane w zapaleniu pęcherza moczowego	36
Śródmiąższowe zapalenie pęcherza moczowego	37

Kandydoza i faza przedmiesiączkowa	37
Kandydoza i menopauza	38
Czynniki predysponujące	38
Farmakoterapia	39
Inne infekcje pochwy	39
<i>Gardnerella</i>	39
<i>Trichomonas vaginalis</i> (rzęsistek pochwowy)	40
Matki, dzieci i kandydoza wg Heather Welford	40
Infekcje drożdżakowe i karmienie	41
Odpieluszkowe zapalenie skóry	41
Objawy	42
Leczenie	43
4. Kandydoza u mężczyzn	45
Kontaktowe zapalenie skóry	45
Inne przyczyny	46
Infekcja penisa (zapalenie żołądź prącia)	46
5. Kandydoza przewlekła lub układowa	48
Co to jest układowa lub przewlekła kandydoza?	48
Duży problem	48
Wybrane objawy przewlekłej kandydozy	49
Objawy ze strony mózgu	50
Kandydoza układowa – przypadki chorobowe	51
6. Alergie i nietolerancja pokarmowa	58
Nietolerancja pokarmowa	58
Przyczyny	60
Nadprodukcja kwasu solnego (nadkwasota)	61
Pomoc medyczna w przypadku nadkwasoty	62
Zbyt małe stężenie kwasu solnego	63
Sposoby postępowania	64
Brak enzymów	65
Nietolerancja pokarmowa u dzieci	65
Produkty sojowe	67
Zespół jelita drażliwego a kandydoza i nietolerancja pokarmowa. Przypadek badany przez Michaela Franklina	70
Nietolerancja pokarmowa – powiązanie z kandydozą	73
Szukanie pomocy	73
Testy alergiczne	73
Kwas masłowy w nietolerancji pokarmowej	74

Czy lekarz będzie w stanie pomóc?	75
Badanie tętna	75
Jak sobie pomóc	76
Jak ustalić, które pokarmy wpływają niekorzystnie na organizm? ..	76
Alka-Clear Powder	77
Nie przegrzewaj się	77
Stop rutynie	78
Nadwaga, kandydoza i nietolerancja pokarmowa	78
Niedowaga i kandydoza	79
Woda	80
Nietolerancja substancji chemicznych	80
Środki chemiczne w domu i w ogrodzie	80
Podróże	81
Pasożyty	82
Mrożone kapsułki z olejem rycynowym stosowane w chorobie paso- żytniczej	82
7. <i>Colon toxicum</i>	83
Co to jest <i>colon toxicum</i> ?	83
W jaki sposób toksyczne złoży wpływają na organizm?	84
Układ limfatyczny	84
Co zmniejsza sprawność układu odpornościowego?	85
Zdrowy układ limfatyczny	85
Oczyszczanie jelita grubego	86
Woda	87
Środki łagodnie przeczyszczające	88
Płukanie okrężnicy	88
Jak długo trwa oczyszczanie jelita grubego?	89
Lecnicze suplementy diety	89
Magnez	89
L-glutamina	89
Glukozamina (N-acetyloglucosamine, NAG)	90
Czy witaminy pomagają?	91
Aloes zwyczajny	92
Aloes zwyczajny i zespół jelita drażliwego	92
Aloes a zaparcie lub biegunka	93
Czy aloes likwiduje uczucie dyskomfortu w jamie brzusznej?	93
Aloes zwyczajny a nietolerancja pokarmowa	94
Wzdęcia	94

Kinezyjologia	94
8. Zespół przewlekłego zmęczenia (myalgic encephalomyelitis – ZPZ/ME)	
i borelioza	95
ME i kandydoza	96
Związek z boreliozą	96
ME i niezbędne kwasy tłuszczowe	97
Jak długo trzeba stosować VegEPA, aby zauważyć poprawę zdrowia?	98
Co jeszcze można zrobić?	98
Wyznacz sobie tempo	99
Fibromialgia	99
Czy VegEPA pomaga każdemu, kto cierpi na ME?	99
Czy powinno się przyjmować inne preparaty?	101
Czy należy udać się do lekarza?	101
Niedobór niezbędnych kwasów tłuszczowych w populacji	101
Problemy związane z postawieniem diagnozy	103
Niedoczynność tarczycy	103
Fibromialgia	104
Dla osób uważanych za przewrażliwione	104
Leczenie ME – metoda dr. Raymonda Perrina	104
9. Odpowiedzi na ważne pytania	105
Leki przeciwgrzybicze	105
Leki na receptę, które sprzyjają wzrostowi drożdżaków	107
Środki uspokajające i zespół jelita drażliwego, przewlekła kandydoza	108
Czosnek – naturalny lek przeciwgrzybiczy	109
Świeży czosnek	110
Doświadczenia z czosnkiem	111
Inne preparaty przeciwgrzybicze, które nie są lekami	113
Kwas kaprylowy	113
Wyciąg z pestek grejpfruta	113
Nowe roślinne preparaty przeciwgrzybicze, przeciwbakteryjne i przeciw-wirusowe	114
Zioła	115
Nauka o probiotykach	115
ThreeLac	116
Homeopatia a grzybica wg Elizabeth Edmundson	116
Zasady	117

Jak działa homeopatia?	118
Jak homeopatia może pomóc w przypadku kandydozy?	119
Olejki eteryczne	121
Olejek z drzewa herbacianego w leczeniu kandydozy i innych dolegliwości	122
10. Dieta	124
Dieta odpowiednia dla ciebie	124
Dieta jako lekarstwo, a nie kara	125
Dieta 1	126
Dieta 2	127
Dlaczego niektóre produkty spożywcze są zabronione?	129
Cukier	129
Węglowodany rafinowane (cukier i skrobia)	130
Napoje dietetyczne	131
Produkty mleczne	131
Jaja	131
Węglowodany złożone i nierafinowane	132
Wpływ zmiany diety na organizm	132
Dieta dla osób cierpiących na zapalenie jelita	133
Na słono	133
Na słodko	134
Dodatki	134
Dużo pij	134
Nie czekaj na nadejście pory na posiłek	134
Wartość świeżych, surowych warzyw i owoców	135
Suplementy diety	135
Suplementy polecane przez Penny Davenport	136
Witaminy	136
Minerały	137
Probiotyki	137
Enzymy trawienne	137
Substancje przeciwpasożytnicze	138
Zioła	138
Niezbędne kwasy tłuszczowe (NKT)	139
Nerwica na punkcie diet	140
11. Dbłość o zdrowie	141
Gimnastyka	141
Zatrzymywanie wody w organizmie	142

811	Włączenie aktywności fizycznej do codziennego życia	142
812	Najważniejszy jest ruch	143
851	Aerobik	143
	Terapie wodne	144
813	Kąpiele w morzu	144
821	Hydroterapia	145
851	Pływanie	146
854	Masowanie skóry szczotką – szczotkowanie	146
861	Światło, słońce, powietrze	147
721	Terapie uzupełniające	148
851	Kinezylogia	148
871	Leczenie zespołu przewlekłego zmęczenia – terapia Phila Parkera	149
881	Zagrożenia związane z elektrycznością	149
121	Pole elektromagnetyczne	151
161	Terapeutyczny dotyk	152
882	Czy można poczuć własne pole elektryczne?	152
21	Odrutowanie organizmu wodą (<i>aqua detox</i>)	155
541	Urządzenie do odrutowania organizmu wodą	155
211	Gdzie można poddać się takim zabiegom?	156
71	Zachowaj rozsądek przy jedzeniu	157
441	„Dziecko wewnętrzne” i dusza	158
411	Emocje	158
88	Jak pokochać siebie?	159