



Kedves Mindenki!

Úgy másfél éve történt, hogy a következő mondat visszhangzott a fejemben:

A TULSI TEA KÉPES SEGÍTENI AZ AUTISTA GYERMEKEKNEK.

Nem tudtam megmagyarázni, de igen erős meggyőződésként hatott.

Így aztán sok alkalommal mondtam autisztikus gyermekek édesanyjának vagy édesapjának, hogy esetleg érdemes megpróbálni.

Néhány kivételtől eltekintve a legtöbben csak elraktározták az információt, nemrég azonban egy autista kisfiú édesanyja egy angol nyelvű honlapon olyan publikációkat talált, amelyek hatására Tulsi teát vásárolt, s fiával együtt elkezdtek mindketten inni.

És mi történt egy hét alatt???

Az édesanya beszámolóját itt olvashatják:

„12 éves autista kisfiammal 1 hete kezdtük el inni az Original Tulsi teát. Magamon azt vettem észre, hogy hónapok óta tartó ólmos fáradságom megszűnt, sokkal több az energiám, jobban alszom, jobb a közérzetem.

Ami ennél is fontosabb, a kisfiamnál megszűntek a napközben jelentkező kiborulások, hangulati kilengések, sokkal kiegyensúlyozottabb és este is könnyebben elalszik, ami nálunk évek óta komoly probléma.

Utánanézttem interneten és azt találtam, hogy többek között a mellékvesére fejt ki jótékony hatást és csökkenti a stresszhormonként ismert kortizol szintjét:

<http://www.naturopathydigest.com/archives/2006/oct/skowron.php>

(az Adrenal fejezet alatt)

<http://www.emaxhealth.com/1357/holy-basil-may-decrease-stress-hormone-cortisol>

Egy másik cikkben arról írnak, hogy a pánikrohamokra, így az autisták rohamaira is nagyon jó hatással van a Holy Basil vagyis a Tulsi, amely nyilván azzal függ össze, hogy képes normalizálni a neurotranszmitter-szinteket az agyban.

<http://www.livestrong.com/article/474784-holy-basil-used-for-panic-attacks/>

Szóval szerintem érdemes kipróbálni, nem drága és az egész család hasznát veheti!

H. Ágnes”

Hálásan köszönöm Ágnesnek, hogy mindezeket megosztotta velünk.

A három link alatt olvasható szövegek magyar fordítását itt olvashatják.

Az autizmus és az endokrin válaszreakció

Az autizmust régóta orvosi rejtélynek tartják. A hagyományos orvoslás arra törekedett, hogy eme rendellenesség tüneteit kezelje. Vajon tudja-e a természetgyógyászat kezelni az okot?

A cikket Jared M. Skowron, ND, írta. (A szerzőről a cikk végén olvashat.)

Az autizmus jelenleg egy világszerte terjedő járvány, melyben körülbelül minden száz gyermekből egy fertőzött. A legsikeresebb kezelések a természetgyógyászati kezelések, melyek az ok kezelésére fókuszálnak, és a test minden részét figyelembe veszik. Ebben a három részes autizmusról szóló sorozatban beszélni fogunk a betegség kóreltánáról, valamint az endokrin-, az ideg- és az emésztési rendszer kapcsolatáról és kezeléséről.

A betegség gyökerénél kezdve, láthatjuk, hogyan épülnek bele a test minden részébe az autizmus ágai és leveli. Kezdve a nehézfémek vagy más vegyi anyagok toxikus lerakódásával: a test úgy reagál, hogy el akarja távolítani a kórokozókat. Minél mélyebben van a szövetekben a mérge, annál erősebb lesz a fiatal test reakciója. Gyulladás, oltásokra adott módosult immunválasz, megváltozott endokrin reakció, az idegrendszer megemelkedett tevékenységi potenciálja, a szimpatikus idegrendszer feszültségének növekedése, bélgyulladás mind homeodinamikus válaszok a szövetekben mélyen eltemetett toxinok eltávolítására.

A természetgyógyász orvos szerepe az, hogy méregtelenítse a testet, eltávolítsa a betegség okozóját, és hogy kiegyensúlyozza a homeosztatisz válaszreakciót, azért, hogy az egész család életének minőségét jobbra tegye.

Pajzsmirigy

Amint erősödik a test toxinokra adott stressz reakciója, úgy ehhez igazodik az endokrin, azaz belső elválasztású mirigyek termelése is. Az autista gyermekeknél csökken a melatonin termelődése, és a cirkadián ritmusuk is megváltozik. A szerotonin, a melatonin előanyaga, szintén kevés, így járulva hozzá ehhez a rendellenes szabályozáshoz. Amíg a melatonin termelődése rendellenes, addig az ezt követő hormonok sorozata is ugyanúgy nincs szinkronban.

A hipotalamusz és a hipofízis működési zavarai következnek. A hipofízis TSH (pajzsmirigyet stimuláló hormon) szintje nagyon nehezen reagál a hipotalamusz TRH (thyrotropin termelő hormon) stimulálására. Ásványi anyag hiánnyal együtt – 45%-kal alacsonyabb a jódszint az autista gyermekekben, 38%-kal alacsonyabb a króm szintje az autisztikus spektrumzavaros, tehát ASD-s, pica-val (étkezési rendellenességgel) küzdő gyermekeknél, és több mint 66%-kal alacsonyabb a kálium szintje az ASD-s gyermekeknél, akiknek gyenge az izomtónusuk. Az ember könnyedén átláthatja, hogy a pajzsmirigy reakciója ellentmondásos. A pajzsmirigyhormon vérben lévő abnormális és nem következetes szintje befolyással van az idegrendszeri fejlődésre, a beszédre, a nyelvre és egyéb szociális gyakorlatra.

Megfordítva nem érvényes: a pajzsmirigy alulműködés nem okoz autizmust. A spektrumzavaros autista gyerekek, akiknek hat hónapon keresztül pajzsmirigyhormont adtak, kifejlesztették a pajzsmirigy alulműködést magukban, és a tünetek nem változtak. Az ország olyan területein, ahol nagy mennyiségben fordul elő a perklorát, mely a pajzsmirigyhormon ismert összetevője, megemelkedett mennyiségű pajzsmirigy alulműködés fordul elő; a perklorát gátolja a normál pajzsmirigyhormon termelődést. Az autista gyermekek százalékos előfordulásában nincs kiugró növekedés ezeken a területeken, ahol a perklorát mennyisége nagyobb a vízkészletben.

A pajzsmirigy egyensúlyhiány kialakulásának folyamata egyirányú. Az ASD-s gyermekeknek

kiegyensúlyozatlan a melatonin szintjük, a H-P tengelyük, és így a pajzsmirigy hormonjuk is. A kezelés monitorozásaként a pajzsmirigy tesztelését kéne végezni, és a terápia szerves részét kell hogy jelentse a bizonyos ásványi anyagok igen nagy hiányának pótlása, hogy megadjuk a testnek azokat az eszközöket, amikkel meg tudja gyógyítani magát. Az ásványi anyagok vizsgálatakor mindig nézzük a lítium szintjét is, mind a gyermekét, mind pedig az édesanyáét (30, illetve 56%-kal alacsonyabb). Klinikailag úgy találom, hogy az agresszívebb gyermekeknek jelentősebb a lítium hiányuk. A jód, szelén, cink, réz, kálium és magnézium szintje szintén alapvetően fontos, így azokat is pótolni kell, ha hiányoznak.

Mellékvese

A pajzsmirigy egyensúlyhiánya mellett párhuzamosan súlyos mellékvese rendellenesség is fennáll. Az ACTH (mellékvesekéreg által termelt hormon) termelése sokkal magasabb az autista gyermekek esetében. A kortizol termelődés, míg mennyiségét tekintve kevesebb, de nagyon lüktető, s a nap folyamán bekövetkező környezeti stressz hatására fokozott kiválasztás történik.

Az ASD-s gyermekeknél a kiegyensúlyozatlan melatonin és ACTH termelés miatt a kortizol ritmus rendkívüli módon nincs szinkronban. Minél súlyosabb az autizmus, annál abnormálisabbak a napi ritmusok. A kortizol szükséglet azonban olyan nagy, hogy a kortizol visszatartása ellenáll a dexamethanose-suppression tesztnek. Míg igen nagy kortizol rendellenesség áll fenn, a DHEA-S és a tesztoszteron hasonlóan tűnik az autista és a nem autista gyermekekben.

Klinikailag, a túlérzékenység és az álmatlanság, az ASD két közismert tünete nagyban kapcsolódik a mellékveséhez és az idegrendszerhez. A napi kortizol teszt segítheti a kezelést, és használható arra, hogy kimutassa a mellékvese gyógyulását. Nagyon hatékony lehet, ha álmatlanságra melatoninint használunk, különösképpen akkor, ha szerotonin és cink hiány is fennáll. Állandó külső forrásból származó melatonin adagolás a H-P tengelynek is jótékony hatással van a napi kortizol ritmus harmonizálására. A Szent Bazsalikom (Ocinum Sanctae) olyan gyógynövény, melyet nagy sikerrel használok a kortizol túlzott potenciáljának, erejének kiegyensúlyozására.

Individualizáció

Minden autista gyermek egyedi. A jövőben az ASD-s gyermekek részletesebb diagnózisát láthatjuk majd, attól függően, hogy milyen individuális fiziológiai reakciót ad a toxinokra.

Természetgyógyászként a mi vizsgálataink és individualizált gyógymódjaink, kezeléseink messze meghaladják az autizmus hagyományos kezeléseit. A vizsgálatnak a következőket kell tartalmaznia:

- nehézfém vizsgálat,
- ásványi anyagok kimutatása,
- vitaminok kimutatása,
- étel allergiák, IgG,
- endokrin teszt,
- bél mikrobiológia / kandida.

Ezek az eredmények irányítják majd a kezelést. Az alábbi öt dologgal azonban mindenképpen kell foglalkozni:

- méregtelenítés,
- endokrin rendszer harmonizálása,
- bél megújítás,
- idegrendszer nyugtatása,
- vitaminok és ásványi anyagok felöltése, pótlása.

Az autizmus teljességgel kezelhető, és el fognak ámulni, hogy a gyermekeket mennyire „fel lehet ébreszteni”, mennyire tudatosodnak és tudják kezelni gondolkodásukat. Mikor segítünk egy gyermeknek, az számos hatással van annak családjára, és jövőt is kínál nekik – amely jövőt ezen segítség nélkül soha nem lenne lehetősége elérni. Ennek az autizmusról szóló írásnak a második része feltárja majd az autisták fiatal idegrendszerének alkalmazkodását.

Hivatkozások:

1. J Autism Dev Disord. 1995 Dec;25(6):641-654.
2. Dev Med Child Neurol. 1991 Apr;33(4):313-319.
3. Biol Trace Elem Res. 2006 Jun;110(3):193-209.
4. J Autism Child Schizophr. 1978 Dec;8(4):383-387.
5. J Toxicol Environ Health A. 2004 Apr 23-May 28;67(8-10):835-844.
6. Birth Defects Res A Clin Mol Teratol. 2003 Oct;67(10):886-892.
7. J Autism Dev Disord. 2003 Aug;33(4):443-448.
8. J Autism Dev Disord. 1992 Sep;22(3):433-447.
9. Jpn J Psychiatry Neurol. 1987 Jun;41(2):227-235.
10. J Autism Dev Disord. 1992 Sep;22(3):433-447.
11. J Autism Dev Disord. 1995 Jun;25(3):295-304.



Dr. Skowron with a patient.

Dr. Jared M. Skowron orvos-természetgyógyász, magánpraxisa a Connecticut beli Hamdenben van az Egyesült Államokban. Szakterülete a gyermekgyógyászat, és sikeresen kezelt autista gyerekeket. A National College of Natural Medicine-ben (NCNM) [természetgyógyászatot és klasszikus kínai orvoslást oktató intézmény] szerezte képesítését. Mint az anyagcsere betegségekre specializálódott vezető orvos kidolgozott egy, az autizmus leküzdését célzó, vitamin/ásványi anyag/aminosav kiegészítő terápiát, amelynek klinikai vizsgálatai jelenleg is folynak. a az autizmus, a jelenleg folyamatban lévő klinikai vizsgálat. Dr. Skowron gyermekgyógyászatot tanít az University of Bridgeporton.

A TULSI csökkentheti a kortizol nevű stressz hormont

Írta: Dr. Tyler Woods, 2010. július 23.

Növényi Gyógyszerek

Egy sor, a Tulst vizsgáló tudományos tanulmány úgy találta, hogy a Tulsi csökkenti a kortizol nevű stressz hormont. A tanulmányok kimutatták, hogy a kortizol alacsonyabb szintje a fejlettebb szellemi tisztasággal és memóriával van kapcsolatban, és hosszú távon csökkentheti a korral járó szellemi rendellenességek kockázatát.

A kortizol kapcsolatát a stresszel és a betegséggel Emma Adam erősítette meg, aki a Northwestern Egyetemen nevelési és szociálpolitikai segédprofesszor.

Így nyilatkozik:

„Mikor a kortizol aktiválódik, akkor a pihenést és a javítási funkciókat félreveszi a szervezet, hogy az azonnali krízissel tudjon foglalkozni. Ha valaki mindig aktivizálja a stressz rendszerét, és nem ad érzelmeinek és testének szünetet, akkor ez az állandóan vagy krónikusan megemelt (stressz) hormon szint kimerültséget és elhasználódást okoz, mely sokféle stressz okozta betegséghez vezet.”

Az Indiai Gyógyszertani újságban (Indian Journal of Pharmacology) közzétett tanulmány szerint a Tulsi erőteljes stressz oldó anyag, és nagyon biztonságos. Ezt, és még egy sor másik orvosi tanulmányt, melyeket idáig folytattak a laboratóriumokban, állatokon folytatták, nem emberen.

A Tulsi (szent bazsalikom) (*Ocimum sanctum*) a menta család egy tagja, és rokonsággal van a kerti vagy közönséges bazsalikkal. Antioxidánsokban gazdag, bizonyítottan rendelkezik antibakteriális, gombaölő és gyulladás gátló tulajdonságokkal.

A Tulsi adaptogénként működik, megemeli a test mind fizikai, mind pedig emocionális stresszre adott természetes válaszát. Fontos megjegyeznünk, hogy az adaptogén növények nem változtatnak az ember hangulatán; abban segítenek, hogy a stressz ideje alatt is optimálisan működjön a test.

A napi stressz oda vezet, hogy az agyban lévő szerotonin szint fluktuál, a domapin szint növekszik, a Tulsi pedig láthatólag éppen abban tud segíteni, hogy a stresszel teli időszakban az agynak ezen vegyi anyagai normál szinten maradjanak és működjenek. A Tulsi azért tud segíteni a stresszen, mert megvan az a képessége, hogy a COX-2 csökkentésével normalizálja az agyban a neurotransmitter szinteket.

A gyógynövényekkel gyógyító Roy Upton azt állítja:

„A stressz meg tudja emelni a kortizol szintet, mely kiváltja a gyulladást okozó COX-2 enzimek termelődését. Aztán ezek az egymást követő hatások változást idéznek elő a vér cukorszintjében, és növelik a metabolikus gyulladást. A kutatások kimutatták, hogy az urzolsav és a triterpénsav, a szent bazsalikomból előállítva, hatékonyan növelik a testnek a stresszre adott válaszát.”

Szent Bazsalikom pánikroham ellen

Írta: Tracey Roizman, D.C., 2011. június 20.



A **Szent Bazsalikom**, *Ocimum Sanctum*, ami Tulsiként is ismeretes, egy kicsi, bokros, Indiában honos növény. A hagyományos növényekkel orvosló természetgyógyászok egy sor különféle, bizonyított, jótékony egészségügyi hatásért tartják nagyra. Rák elleni, cukorbetegség elleni, gombaölő és mikróbaellenes hatása van. Szorongás és pánikroham kezelésében is használatos. Konzultáljon orvosával, mielőtt szent bazsalikomot használna egy orvosi helyzet kezelésére.

Trauma utáni stressz rendellenesség

A Maryland Orvostudományi Központ Egyeteme szerint a szent bazsalikom trauma utáni stressz rendellenességgel társuló pánik betegség kezelésére is, valamint a stressz csökkentésére és a mellékvese egészségének javítására is használható. A trauma utáni stressz rendellenesség tünetei lehetnek rémálmok, ingerlékenység, érzékenység, kóros éberség vagy túlérzékenység, gyors szívritmus, gyors légzés, vagy megemelkedett vérnyomás a bizonyos élethelyzetekre adott válaszok reakciójaként. Használjon 400 mg kivonatot naponta, vagy készítsen teát szent bazsalikom gyökérből.

A központi idegrendszer hatásai

Egy indiai biológiai tárgyú újságban, az „Indian Journal of Experimental Biology” (Kísérleti Biológia Indiai Szakfolyóirat) 2003. novemberi számában egy tanulmányban úgy mutatták be a szent bazsalikomot, mint aminek nyugtató hatása van a központi idegrendszerre, és amely így hasznos lehet a pánikbetegségekre is. A laboratóriumi állatokon végzett tanulmányban a szent bazsalikom kivonat megakadályozta a rángógörcsöket, és felülmúlta a standard görcsoldó gyógyszert, a phenytoin-t.

Fekélyek

A stressz okozta fekélyek, melyek keletkezhetnek krónikus pánikbetegségtől is, jól reagáltak a szent bazsalikommal történő kezelésre, egy a „Journal of Ethnopharmacology” c. újság 1999. áprilisi számában közzétett tanulmány szerint. A laboratóriumi állateszteken a szent bazsalikom csökkentette a gyomorsav kiválasztódást. A növény jótékony hatásait a kutatók annak esszenciális olajának antihisztamin és antioxidáns tulajdonságainak tulajdonítják, és arra a következtetésre jutottak, hogy a szent bazsalikomot természetes gyulladásgátló és gyomorfekélyre adandó

gyógyszerként lehetne használni.

Autizmus

Az autista gyermekekben a mellékvese erőfeszítése, a stressz félelmet, szorongást, vagy néha terrort okozhat - magyarázza a bejegyzett dietetikus Judy Concerse, M.P.H., R.D., L.D, könyvében, melynek címe: „Special-Needs Kids Eat Right: Strategies to Help Kids on the Autism Spectrum Focus, Learn and Thrive.” (Különleges-igényű gyermekek megfelelő étkezése: Stratégiák autista gyermekek segítésére, fókuszálásban, tanulásban és boldogulásban). Concerse szent bazsalikomot, édesgyökeret (Glycyrrhiza glabra), ashwagandha-t (Withania somnifera) és aranygyökeret (rhodiola rosea) javasol biztonságos kezdeti gyógyszernek. Próbáljuk ki őket egyenként, mielőtt kombináljuk őket, és mindig orvosi felügyelet mellett tegyük mindezt. Ezek segíthetnek megakadályozni vagy csökkenteni a pánik reakciókat az autista gyermekeknél.

Adaptogén

A gyógynövények birodalmában a szent bazsalikomot adaptogén növénynek tekintik, olyan növénynek, mely azzal a képességgel van megáldva, hogy növelje a test stresszel, traumával és szorongással, feszültséggel szemben való ellenálló képességét – mondja az Adaptogének (Adaptogens: Herbs for Strength, Stamina and Stress Relief; Adaptogének: Az erő, az állóképesség és a stressztől való szabadulás növényei) c könyv szerzője, David Winston. A szent bazsalikom úgy fejt ki nyugtató hatását, hogy megakadályozza a kortizol nevű stressz hormon mennyiségének növekedését. Ez a fontos gyógyhatású növény megakadályozza az oxidációt, támogatja az egészséges idegrendszeri működést, és védelmet nyújt a sugárzás okozta károsodások ellen.

Hivatkozások

- University of Maryland Medical Center: Post-Traumatic Stress Disorder
- "Indian Journal of Experimental Biology"; Anticonvulsant Potential of Holy Basil, Ocimum Sanctum Linn., and Its Cultures; R. Jaggi, et al.; November 2003
- "Journal of Ethnopharmacology"; valuation of the Gastric Antiulcer Activity of Fixed Oil of Ocimum Sanctum (Holy Basil); S. Singh, et al.; April 1999
- "Special-Needs Kids Eat Right: Strategies to Help Kids on the Autism Spectrum ... "; Judy Converse; 2009
- "Adaptogens: Herbs for Strength, Stamina, and Stress Relief"; David Winston; 2007
- "Indian Journal of Physiology and Pharmacology"; Therapeutic Uses of Ocimum Sanctum Linn; P. Pradesh, et al.; 2005
- Article reviewed by Molly Solanki Last updated on: Jun 20, 2011

Jó egészséget kívánok mindenkinek szeretettel,

Erika

A népi gyógymódok és a "házi patika" szereit, valamint a táplálék kiegészítőket, hatásosak lehetnek bizonyos egészségügyi problémákkal szemben, ez azonban nem jelenti azt, hogy az ezeken az oldalakon szereplő információk alapján betegségeket lehetne diagnosztizálni vagy kezelni. Bármilyen egészségügyi problémával, tünettel forduljunk szakemberhez!