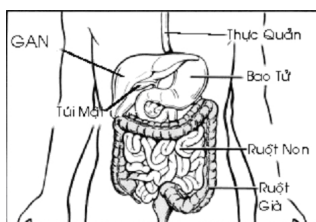


T TH N TRONG RU T GI A

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D.(Nguyễn Th y d ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

M i quí v và quí b n th áp d ng cách s n sóc ru t già theo BS Gene JM Dillague... có th chúng ta s s ng thêm vài ba ch c năm đ an h ng tu i già ch ng?



* C m nang v s c kh e trong đ ng Ru t Già. Hãy cùng nhau tìm hi u...

* T i sao chúng ta đang ch t s m h n so v i kh năng chúng ta có th s ng?

* T i sao Ru t Già khi n chúng ta có nhi u v n đ v s c kh e?

* T i sao có s gia tăng v tr ng h p Ung Th Ru t Già?

▣ **Đôi dòng v tác gi :**

Bác Sĩ Y Khoa Gene JM Dillague là m t Bác Sĩ Y Khoa Gia Đình. Lòng nhi t thành c a ông đ i v i Y Khoa Phòng Ng a đã b c phát t khi bà m c a ông qua đ i vì b nh ung th ru t già. K t bi n c y ông đã d c tâm đeo đ i con đ ng Y Khoa Phòng Ng a và c ng hi n cu c đ i s nghi p vào công cu c phát huy ph ng th c phòng b nh và b o v s c kho . Ông cũng đã t t nghi p h u đ i h c v 'Homotoxicology' nh m tìm hi u vai trò c a đ c ch t đ i v i các căn

TỔ THÂN TRONG RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D.(Nguyễn Thị y dßch)
Thứ Tư: 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

bßnh cßa con ngßi. Ông cũng là tác giß cßa mßt sß sách phß thông vß "Chßt đßc tß bên trong: Sß thßt chßt ngßi vß nhßng gß trong cß thß bßn" và "Tß thßn trong Rußt Già".

"TỔ THÂN TRONG ĐßNG RUỘT GIÀ." Hippocrates

Sßc khoß cßa chúng ta quý giá vô cùng. Đó là kho tàng vĩ đßi mà nhißu ngßi vßn chßa nhìn thßy đß trân quý. Nhißu ngßi sßn sàng bß tißn đßu tß vào nhißu thß trên đßi hßn là dùng tißn tài đß bßo vß sßc khße cßa chính mình. Mßt đßi u nßc cßi là hß quên rßng tài vßt ngoßi thân có thß bß mßt hßt và có thß tßo đßng lßi đßc... nhßng khi sßc khße không còn nßa thì đßi sßng cßa hß cũng kß nhß chßm đßt.

Ngày nay, hßu hßt các vß khßnh tßn mßi xßy ra bßt ngußn tß nhßng khoßn tißn chi phí vß y tß. Lßi thông đßp này rßt rõ: Khi mßt sßc khoß, không nhßng bßn mßt đßi cái đßi sßng cßa bßn mà bßn sß mßt cß cái sinh đßng cßa cußc sßng.

Cho nên chúng ta cßn phßi đßu tß vào kho tàng sßc khße đß bßo đßm có đßc cß mßt đßi sßng lâu dài và thßnh vßng.

Chúng ta hãy bßt đßu bßng cách tìm hißu vài đßi u liên quan đßn đßi u kißn cßa sßc khße chúng ta ngày nay.

MßT Sß ĐßU Tß XßNG ĐÁNG

Bßn có tin rßng cß thß cßa chúng ta có thß tßn tßi với sß tußi đßi là MßT TRĂM HAI MßI NĂM nßu chúng ta có đßu tß vào sßc khße mßnh cßa nó. Có thß nói là cß thß con ngßi đßc cßu tßo đß sinh tßn và chßu đßng.

Tuy nhiên nhßng thßng kê vß sßc khße mßi đây cho thßy rßng tußi thß trung bình cßa con ngßi chß khoßng gißa 70 và 77 tußi. Nhßng nguyên nhân chính cßa tß vong bßt ngußn tß BßNH TIM MßCH và UNG THß.

TỔ THỜI N TRONG RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D. (Nguyên Th&y d&ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

Đi&u hi&n nhiên là c& th& c&a chúng ta đã ph&i ch&u đ&ng quá nhi&u. S& l&m đ&ng và ph& m&c không chăm sóc c& th& v&i th&i gian đã đ&a đ&n s& phát tri&n c&a nh&ng căn b&nh gi&t ng&i. Nh&ng gì chúng ta đang làm đ&i v&i c& th& chúng ta đã làm gi&m tu&i th& c&a chúng ta hàng th&p niên.

"Chúng ta không CH&T... mà th&c ra chúng ta T& GI&T chúng ta thì đúng h&n."

T&I SAO CHÚNG TA L&I CH&T S&M?

Câu tr& l&i cho v&n đ& này có ph&n ph&c t&p.

Nh&ng kinh nghi&m và nh&ng tìm hi&u c&a tôi đã đ&a đ&n ch& tôi tin r&ng s& gi&i thích nh& sau có ph&n thích đ&ng: Nguyên nhân c&a các b&nh t&t có th& b&t ngu&n t& s& tích t& c&n bã bên trong c& th&.

Hãy th& t&ng t&ng c& th& c&a b&n là m&t cái h& cá ki&ng trong nhà!

Gi&ng nh& m&t cái h& cá ki&ng trong nhà, 70% c& th& chúng ta là dung d&ch n&&c. Các t& bào c&a chúng ta gi&ng nh& các con cá vàng đang b&i tung tăng trong khung c&nh h& cá đ&y n&&c.

Cái lý do mà cá b& ch&t trong h& không ph&i ch& là vì chúng ta không cho cá ăn... mà chính là vì chúng ta đã không gi& cho n&&c đ&&c s&ch s&.

Ch&t đ&c ho&c c&n bã đã đ&&c xâm nh&p vào c& th& và tích t& trong c& th&. Chúng đ& đ&a các t& bào m&t cách tr&c ti&p hay gián ti&p. Chúng có th& đi vào các t& bào và can thi&p vào ch&c năng c&a các t& bào ho&c làm bi&n đ&ng DNA trong t& bào đ& đ&a đ&n k&t qu& là các t& bào tr&n nên b&t bình th&ng không còn sinh ho&t đ&ng ch&c năng c&a chúng ho&c t&o ra nh&ng k&t qu& b&t bình th&ng.

TÌM HIỂU VỀ RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D. (Nguyên Th&y d&ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

Theo m&t s& công cu&c kh&o c&u th& nghi&m thì ch&t đ&c đ&c coi là có liên h& m&t thi&t v&i nhi&u căn b&nh k& c& s& hình thành c&a nh&ng phi&n trong đ&ng m&ch đ&n đ&n s& c&u t&o c&a các b&u.

Cho nên khi nào chúng ta có s& tích t& đ&c ch&t trong c& th& là chúng ta gia tăng nguy c& c&a s& phát tri&n nh&ng căn b&nh nguy đ&n tính m&ng.

CHÚNG TA TÍCH LŨY Đ&C CH&T RA SAO?

Ch&t c&n bã đ&c h&i không phù h&p v&i c& th& chúng ta, cho nên c& th& chúng ta có khuynh h&ng th&i b& đ&c ch&t c&n bã đã ch&t ch&a trong c& th&. M&t trong nh&ng b& ph&n tiêu tr& c&n bã đ&c h&i chính là RUỘT GIÀ.

Ru&t Già chính là "cái thùng rác" c&a c& th& và có nhi&m v& tháo đ& rác r&n c&n bã t& c& th& hàng ngày.

Nh&ng khám phá m&i đây cho th&y ru&t già c&a chúng ta b&t đ&u th&t b&i trong vi&c tiêu tr& c&n bã c&a c& th& m&t cách đúng m&c. Cách th&c ăn u&ng, l&i s&ng và s& đ&ng thu&c men đã đ&a đ&n ch& tích lũy ch&t c&n bã ho&c phân trong ru&t già. S& th&t b&i trong vi&c tiêu tr& c&n bã m&t cách đúng m&c đã đ&a đ&n s& t&n đ&ng ch&t c&n bã trong c& th&.

Phân đ&ng th&i r&a ra trong ru&t già

Phân b& t&n đ&ng đ&ng tan rã ho&c th&i r&a trong ru&t già t&o ra ch&t đ&c có h&i cho s& s&ng cùng ch&t h&i khí đ& r&i th&m th&u vào m&ch máu và tích t& l&i trong các mô (t& bào cùng lo&i) và các b& ph&n trong c& th&.

Ch&t nh&n t& vách ru&t ti&t ra do ph&n &ng

TỔ THẬN TRONG RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D. (Nguyên Th&y d&ch)
Thứ Tư,, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

Ruột già phần lớn là những ống có phân đang trôi ra bên trong ruột bằng cách tiết ra chất nhờn. Tuy nhiên, khi chất nhờn càng dày đặc thì chúng lại càng chất ch&a thêm phân bã khiến v&n đ& tr& nên tr&m tr&ng h&n.

"Phiến màng nh&y": Một tầng lớp nhờn do phân bã phân và chất nhờn. Chất đặc h&i th&m vào vách ruột và đ&n đ&n các mô (t& bào cùng l&i)

V&i th&i gian, s& tầng lớp nhờn ch&a chất nhờn tiết ra t& vách ruột và chất phân c&n bã đang trôi ra s& t&o thành tầng lớp nhờn chất lên nhau và c&ng l&i thành tầng lớp nhờn bám chất n&i vách ruột già. Những màng này đã đ& c Bác Sĩ Y Khoa Richard Andersen đ&t tên là "MUCOID PLAQUE" ("phiến màng nh&y")

Cho đ&n nay thì chất phân c&n bã b& t&n đ&ng nhi&u h&n và do đó s& l&ng chất đ&c h&i đi vào c& th& có phần gia tăng. Nói tóm l&i thì phần t& đóng góp quan trọng trong việc tích lũy chất đ&c h&i cho c& th& chính là RUỘT GIÀ. Đây là n&i xu&t phát c&a s& t& chu&c đ&c cho c& th&.

“PHIẾN MÀNG NH&Y” LÀ GÌ?

Sau đây là trích đ&n t& công trình nghiên c&u c&a Bác Sĩ Richard Andersen, N.D., N.M.D.

"Cái ruột trong c& th& chúng ta có thể tích trữ c& hàng chục năm những vật thể đã đ& c tiêu hóa một phần hoặc đang r&a nát (k& c& thu&c men và các hóa chất có đ&c tính). Sau những cuộc gi&i phẫu t& thi, k&t qu& cho th&y m&t vài b& ruột người đã cân nặng đ&n 18 kí lô (40 pounds) và đã tr&ng phình lên v&i đ&ng kính kho&ng 30 phân (12 inches) những bên trong ch& có m&t con đ&ng nh& b&ng cái vít chì mà thôi đ& cho phân v&n chuy&n.

18 kí lô (40 pounds) &y chính là k&t qu& c&a những tầng lớp nhờn ch&a chất nhờn tiết ra t& ruột đ& c tr&n l&n v&i phân c&n bã k&t tinh l&i và ch&ng lên nhau, chúng có hình đ&ng gi&ng nh& cao xu c&a v& xe đ&c c&ng v&i màu xanh đen hoặc m&t mi&ng da thú cũ k& đ& c ph&i khô. Tôi g&i đây là ‘MUCOID PLAQUE’ (‘phiến màng nh&y’). Phiến màng nh&y này, khi đ& c g& ra trong m&t l&n

TỜ THỜ N TRONG RUỜ T GIỜ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D.(Nguyễn Thờ y đờ ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

rờ a ruờ t, thờ ng nhìn giờ ng nhờ dây thờ ng cuờ n vào nhau, màu trờ ng đen, chờ ng lờ p lên nhau, cuờ n gờ p lờ i, xờ p nờ p, có hình đờ ng và cờ u trúc cờ a vách ruờ t.

‘Phiờ n màng nhờ y’ có thờ thay đờ i khác nhau nhiờ u tùy theo tình trờ ng sinh hóa cờ a bờ ruờ t trong mờ i cá nhân. Nó có thờ cờ ng, dờn và mờ ng; nó cũng có thờ rờ n chờ c và dày, dai, đờ t và giờ ng nhờ cao su; cũng có thờ mờ m, dày; hoờ c mờ m, trong suờ t và mờ ng; màu sờ c có thờ tờ nâu nhờ t, đen, loờ c xanh đen cho đờ n vàng hay xám, và đôi khi tiờ t ra mùi rờ t khó ngờ i.

Mờ t khách hàng cờ a tôi, suờ t trong thờ i gian tiờ n trình rờ a ruờ t mờ t thỏ ng, đờ thờ i ra mờ t phiờ n màng nhờ y dài gờ n 5 mét (15 feet); mờ t khách hàng khác đờ thờ i ra tờ ng cờ ng 5 kí lô (11 pounds) phiờ n màng nhờ y trong suờ t thờ i gian rờ a ruờ t.

Viờ c xờ đờ tờ ng ra khờ i cờ thờ mờ t tờ ng sờ phiờ n màng nhờ y có chiờ u dài tờ 10 mét đờ n 15 mét (35 đờ n 45 feet) là mờ t đờ u không có gì là bờ t thờ ng cờ , đờ u này thờ ng xờ y ra đờ tuờ n lờ cuờ i cùng.

Trong suờ t hờ n 14 năm qua, kinh nghiờ m y khoa thờ c hành cờ a chúng tôi trong viờ c theo dõi hàng ngàn chờ ng trình rờ a ruờ t già cho thờ y là hờ u hờ t mờ i ngờ i đờ thờ i ra vô sờ chờ t lờ lờng này.

Tôi đờ t ra tờ ng ‘MUCOID PLAQUE’ (‘phiờ n màng nhờ y’), có nghĩa là mờ t màng chờ t nhờ n đờ diờ n tờ sờ tích lũy không tờ t cho sờ c khờ e cờ a nhờ ng chờ t lờ y nhờ y trên vách ruờ t. Ngành y khoa qui đờ c cho rờ ng chờ t lờ y nhờ y này chờ là mờ t tờ ng chờ t nhờ t hay ‘glycoproteins’ (cờ u tờ o bờ i 20 amino acids và 50% carbohydrates) đờ c tiờ t ra mờ t cách tờ nhiên bờ i đờ ng ruờ t đờ thích đờ ng vờ i nhu cờ u bờ o vờ chờ ng lờ i acid và đờ c chờ t...”

Phờ ng theo báo USA Today sờ ra ngày 11 tháng giêng năm 1999:

“Hờ u hờ t mờ i ngờ i ăn thờ c phờ m dinh đờ ng theo tiêu chuờ n Hoa Kờ ‘lờ y nhờ y và dín nhờ keo hờ ’ có khoờ ng tờ 5 đờ n 10 pounds chờ t phân cờ n bã chờ t chờ a trong ruờ t già. Theo sờ giờ o nghiờ m tờ thi, John Wayne đờ có khoờ ng 40 pounds chờ t này vào lúc chờ t. Elvis cũng đờ có khoờ ng 60 pounds phờ ng theo hờ sờ ”.

CHUYỂN GIỚI XỬ RA KHI CHÚNG TA CÓ ‘PHIÊN MÀNG NHỎ Y’ TRONG CƠ THỂ ?

Phiên màng nhỏ y này tạo thành vết cấn khi nhìn cho phân cấn bã đang thối rã a bäng mäc thêm trong cơ thể. Nếu chúng ta có một THÙNG RÁC ĐÃ ĐäY TRÀN nhỏ ngäi tiếp tục quäng vết thêm rác vào trong đó, đä räi rác thäng dä sä tràn ra các mô tế bào xung quanh và thäm vào hệ thäng trong cơ thể. Bác Sĩ Bernard Jensen gọi đây là ‘lúc khi đäu cäa Sä CHUäC ĐäC Tä ĐäNG’ hoặc sä tä đäu đäc...

Một thân xác đäy cän bã bän thäu có khuynh häng sinh ra nhỏ ngä vän đä, chäng hän nhä:

1. Vän đä ngoài da (män, viêm, ngứa)
2. Nhäc đäu đäng hay thäng xuyên
3. Cäm mäo thäng xuyên, vän đä viêm xoang mũi, ho
4. Häi thä däc, täc ngứa
5. Vän đä bäng däi (säng, bón, acid cao, không tiêu)
6. Đau nhäc ä bäp thät và khäp xäng
7. Trì trä, thiäu năng läc

TỔ THẬN TRONG RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D.(Nguyên Th&y d&ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

8. Lên cân

9. B&u và ti&u nang

10. Vấn đề kích thích t&

L& dĩ nhiên h&u qu& lâu dài là căn nguyên c&a các ch&ng b&nh đ&ng ru&t, ch&ng h&n nh& b&nh túi nh& vách ru&t già, b&u, nhi&m trùng & túi vách ru&t già... và UNG TH& RU&T GIÀ! Cho nên, đ&i u t&i quan tr&ng cho b&n là b&n c&n gi& cái thùng rác c&a b&n cho s&ch s& và đ& rác cho đ&u đ&n.

LÀM TH& NÀO Đ& TR&C NH&NG PHI&N MÀNG NH&Y RA KH&I C& TH&?

M&t trong nh&ng ph&ng pháp ph& thông đ& tr&c xu&t nh&ng phi&n màng nh&y đòi h&i nh&n đ&i b&y ngày và tr&i qua m&t chu&i th& t&c có tên là COLON ENEMAS. Enema là m&t th& t&c dùng &ng xuyên qua đ&ng h&u môn đ& b&m vào ru&t già dung đ&ch r&a ru&t ho&c ch&t n& c có tên là 'Bentonite'. Có n&i dùng dung đ&ch cà phê đun nóng trong khi có ch& &i dùng dung đ&ch n& c mu&i.

Nh&ng dung đ&ch đ& c s& d&ng s& xâm nh&p vào kh&p ru&t già đ& r&i sau đó chúng s& t& thoát ra kh& i c& th& ho&c đ& c rút ra b&ng máy r&a ru&t.

Có nhi&u ng& i không thích ph&ng cách k& trên. Ph&ng pháp GI&N D&, AN TOÀN và ÍT T&N KÉM là ch&ng tr&nh "SO EASY".

CH&NG TR&NH "SO EASY"

Đây chính là m&t CH&NG TR&NH TH&C PH&M DINH D&NG 3 NGÀY trong đó quý v& ch&

TỔ THỰC PHẨM TRONG RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D. (Nguyên Thủy däch)
Thứ Tư: 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

dùng hoàn toàn chất dinh dưỡng thiên nhiên lấy từ rau trái có chất xơ. Những bữa ăn có dạng bột pha trong nước (meal replacement shakes) giúp quý vị dễ dàng tiêu hóa, làm trung tâm tăng cường sinh lực cho hệ thống tiêu hóa.

Chức năng chính của thực phẩm này là gì?

1. Cung cấp chất xơ thiên nhiên từ thực phẩm giúp duy trì hệ thống tiêu hóa và giúp các phân tử dễ dàng tiêu hóa.
2. Giúp tái tạo các phân tử và vi khuẩn tốt cho hệ tiêu hóa.
3. Tăng cường "Phiên Bản Nhẹ" và các phân tử dễ dàng ra khỏi ruột già.
4. Giúp trung hòa chất acid trong dạ dày và giúp nuôi dưỡng các tế bào.
5. Phục hồi sức khỏe tổng quát và cải thiện chất lượng cuộc sống.

CÁC THÀNH PHẦN CHÍNH TRONG TRÌNH "SO EASY" gồm có:

Bio Wheatgrass: Wheatgrass nguyên chất và các phân tử

Bio Cell: Cà rốt, dưa hấu, chanh giấm, axit béo

Bio Diet: Chất xơ thực phẩm, guar gum, wheatgrass

TỔ THỜI N TRONG RUỘT GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D.(Nguyên Th&y d&ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27

Bio Balance: G&o l&c, ch&t s& l&y t& palm oil, h&ng v& trái cây thiên nhiên

M&i gói s&n ph&m là m&t h&n h&p c&a th&c ph&m thiên nhiên không dùng hóa ch&t và đ&c ch& bi&n b&i nh&ng khoa h&c gia th&ng th&ng c&a Á Châu. Nh&ng b&t th&c ăn b& đ&ng cung c&p cho ng&i s& đ&ng m&t s& dinh đ&ng v&n toàn cùng nh&ng sinh t&, khoáng ch&t, phân hoá t& v& ch&t s& c&n thi&t cho vi&c r&a s&ch, quân bình, và nuôi đ&ng h& th&ng tiêu hóa c&a quý v& trong vòng ba ngày.

THỜI KHÓA BI&U CHO BA NGÀY:

Bu&i sáng lúc th&c đ&y: Bio Wheatgrass

Đi&m tâm: Bio Diet + Bio Balance

Ăn thêm vào bu&i sáng: Bio Cell

B&a tr&a: Bio Diet + Bio Balance

Ăn thêm vào bu&i chi&u: Bio Cell

B&a t&i: Bio Diet + Bio Balance

Tr&c khi đi ng&: Bio Wheatgrass

TỔ THỜI N TRONG RUỒI T GIÀ

Tác Giả: Gene JM Dillague, M.D.(Nguyên Th&#y d&#ch)
Thứ Tư, 18 Tháng 1 Năm 2012 22:27
