



Reportér Mike Adams byl zřejmě posledním novinářem, který s Dr. Batmanghelidjem, autorem knihy *Water for Health, For Healing, For Life* (Voda pro zdraví, léčbu, život) udělal exkluzivní rozhovor. Dr. Batmanghelidj již nežije. Byl také zakladatelem National Association for Honesty in Medicine (Národní asociace pro čestnost v medicíně) a autorem knihy *Your Body's Many Cries For Water* (Mnohá volání vašeho těla po vodě). Otiskujeme zkrácenou část rozhovoru.

O VODĚ JINAK, NEŽ JSME ZVYKLÍ

**Exkluzivní rozhovor s Dr. Batmanghelidjem,
autorem knihy Voda pro zdraví, léčbu, život**

Mike: Vítejte, doktore. Jak jste se poprvé dozvěděl o těchto léčivých vlastnostech vody?

Dr. B: Měl jsem tu čest a privilegium, že jsem byl vybrán jako jeden z rezidentních lékařů, a měl jsem tu mimořádnou čest být jedním z posledních studentů Sira Alexandra Fleminga, objevitele penicilinu. Zmiňuji jeho jméno, abyste věděli, že jsem byl pohroužen do studia medicíny a výzkumu. A o několik let později jsem musel podat muži, který trpěl bolestmi břicha způsobenými jeho nemocí, dvě sklenice vody, protože



jsem v tu chvíli neměl žádné jiné léky, které bych mu mohl dát. Trpěl nesnesitelnou bolestí, a voda mu poskytla zázračnou úlevu. Ulevila mu – do tří minut se jeho bolest zmenšila, a do osmi minut zmizela úplně. Zatímco před osmi minutami byl v křečích a nemohl ani chodit, úplně se z tohoto stavu vzpamatoval. Začal se usmívat od ucha k uchu a velmi šťastný se mě zeptal, co má dělat, když se bolest vrátí? Řekl jsem, „No, pijte více vody.“ Pak jsem se rozhodl naordinovat mu, aby každé tři hodiny vypil dvě sklenice vody. On to udělal, a to byl po zbytek doby, kdy byl se mnou, konec jeho bolesti vředů. To mě probudilo, protože na lékařské fakultě jsem nikdy neslyšel, že by voda mohla léčit bolest, takový druh bolesti. A tak jsem měl příležitost vyzkoušet vodu jako lék v následujících více než

3.000 podobných případů. A pokaždé se ukázalo, že je voda účinným lékem. Z tohoto pokusu jsem pochopil, že tito lidé měli žízeň, a že žízeň se může v organismu projevit bolestmi břicha, až do takové míry, kdy může být člověk při vědomí jen napůl, jak jsem zažil. A voda je pokaždé povzbudila. Takže když jsem přišel v roce 1982 do Ameriky, šel jsem na University of Pennsylvania, kam jsem byl pozván, abych pokračoval ve svém výzkumu a studoval vlastnosti vody zmírňující bolest. **Ptal jsem se sám sebe, proč trvá farmaceutický průmysl na používání antihistaminik pro tento druh léků proti bolesti? Tak jsem začal zkoumat úlohu histaminu v organismu a tam byla odpověď – histamin je nervový mediátor odpovědný za regulaci vody a řízení sucha v těle.** Když se to projevuje bolestí, ve skutečnosti to naznačuje dehydrataci. Takže tělo dává dehydrataci najevo bolestí. V závislosti na tom, kde se dehydratace usadila, cítíte bolest. Velmi jednoduché. Představil jsem tuto koncepci jako přednášející host na mezinárodní konferenci o rakovině a vysvětlil jsem, že lidské tělo dává najevo dehydrataci tím, že produkuje bolest, a bolest je známkou nedostatku vody v těle a nedostatek vody ve skutečnosti stojí za většinou zdravotních problémů v naší společnosti. Protože, když se

podíváte na to, co dělá farmaceutický průmysl, vidíte, že vyrábějí tolik různých antihistaminik jako léky. Antidepresiva jsou antihistaminika, léky proti bolesti jsou antihistaminika, ostatní léky jsou přímo i nepřímo antihistaminika. Takže tehdy byla moje práce zveřejněna. Vědecký sekretariát 3. konference mezivědního výboru o zánětu mě v roce 1989 pozval, abych přednesl tuto prezentaci o histaminu na konferenci v Monte Carlu. A to jsem udělal, takže všichni pochopili, že histamin je regulátor vody v těle.

Mike: Chci zatleskat tomu, čemu říkám Vaše vědecká zvědavost. Myslím, že toto je ten druh zvědavosti, který se z tolika západních medicín vytratil, kde opravdový vědec pozoruje přírodu a interakci mezi lidmi a přírodou, a je stále zvědavý a otevřený všem možnostem, a pak po důsledných testech zformuluje závěry. Myslím, že moderní věda vypracovala mnoho chybných závěrů, protože opravdu nezůstala svobodomyšlná...

Dr. B: Samozřejmě, že ano. ***A existence celého farmaceutického průmyslu je založena na předkládání nepravdivých vědeckých závěrů a na jejich propagaci.*** Vtloukají je do mysli důvěřivých lidí, kteří nejsou zvědaví, proč tomu tak je. Dalším klamným závěrem je otázka **cholesterolu**. Cholesterol je jedním z nejdůležitějších prvků pro přežití lidského těla. Když začne tělo produkovat více cholesterolu, má k tomu důvod. Tímto důvodem rozhodně není blokovat srdeční tepny. Hladinu cholesterolu v těle měříme z krve, kterou odebereme z žil. Nikde v dějinách lékařství neexistuje jediný záznam o případu, kdy cholesterol zablokoval žíly v těle. Takže problémem není lepivost cholesterolu, jak farmaceutický průmysl lidem vštěpuje – cholesterol je lepkavý, snižte jeho hladinu, jinak budete mít zablokované tepny, což je všechno nesmysl. Cholesterol ve skutečnosti zachraňuje lidské životy, protože funguje jako obvaz, vodotěsný obvaz, který si tělo samo vyprojektovalo. Když se krev stává koncentrovanou a kyselou, a proudí staženými tepnami nebo kapilárami při dehydrataci, pak dochází v arteriálním systému k odřeninám a trhlinám; samozřejmě nejprve v kapilárách srdce. Kdyby tam nebyl cholesterol, aby zakryl trhliny a oděrky, dostala by se krev pod membránu, sloupla ji a tato osoba by okamžitě zemřela. Cholesterol je vlastně prozatímní zachránce, který dává tělu čas, aby se ze svých problémů zotavilo. Nikdy jsme to nepochopili. Jsme impulzivní lékaři. ***Myslíme si, že když je něčeho moc, je třeba to snížit, a když je něčeho málo, je třeba to zvýšit. Neptáme se, proč je toho málo nebo moc.***

Mike: A farmaceutické firmy vědí, že ***léčení cholesterolu je obrovský průmysl...***

Dr. B: Je to desetimiliardový průmysl. Existuje zpráva, že tyto statiny, léky snižující hladinu cholesterolu, ve skutečnosti způsobují amnézii. Jinými slovy, mozek zcela ztratí představu o tom, co se děje. Tato zpráva byla zveřejněna vynikajícím lékařem. Byl lékařem u letectva a je výzkumníkem v NASA. Ví, o čem mluví. Sám měl tento problém.



Mike: Právě jsem se chtěl vyjádřit k počtu nežádoucích účinků, které byly zaznamenány při užívání statinů. Někteří lidé trpí extrémní bolestí svalů. Zdá se, že amnézie, kterou jste zmínil, je velmi častým nežádoucím účinkem. Avšak právě vyšla studie, viděl jsem to dnes ráno, která říká, že borůvky obsahují fytoživiny, které prokazatelně snižují hladinu takzvaného mastného cholesterolu LDL silněji než statiny.

Dr. B: Je to zajímavé, protože, když tělo zvýší hladinu produkce cholesterolu, dělá to v rámci nouzové situace. V normálním stavu má cholesterol v těle vytvořit buněčné membrány, mozkové buňky, izolace nervů a samozřejmě hormony a vitamin D. Takže to jsou základní součásti, které cholesterol v těle vytváří. Nikdy bychom neměli zasahovat do cholesterolu, aniž bychom věděli, proč začalo tělo zvyšovat jeho hladinu.

Mike: Mám pro Vás otázku o vodě – spousta lidí si myslí, že se hydratují, když konzumují nealkoholické nápoje, mléko nebo Gatorade, nebo všechny ty ostatní nápoje...

Dr. B: Gatorade je možná v pořádku, ale obsahuje cukr, což není nijak zvlášť dobré pro lidi, kteří by dokonce mohli dostat hypoglykemii, nebo by to mohlo způsobit sekreci inzulínu. Tato sekrece inzulínu vyvolá pocit většího hladu a vede k přejídání. Ale pití Gatorade je v pořádku, když jste uprostřed golfové hry a slouží vám jako dočasný sportovní nápoj. Okamžitě vám poskytne trochu minerálních látek, které jste pravděpodobně ztratili pocením. **Ale nic nenahrazuje vodu – vůbec nic.** **Žádný nápoj – žádná káva, žádný čaj, žádné alkoholické nápoje. Ani ovocné šťávy. Každý z nich má svůj vlastní program.** Vaše tělo je zvyklé na tekutinu, která žádný program nemá, protože tělo závisí na svobodě této tekutiny, vody, protože v těle jsou dva druhy vody. Je zde již používaná a zaměstnaná voda, která není vhodná pro nové funkce. Tělo potřebuje vodu novou, či volnou, k tomu, aby mohlo nové funkce vykonávat. Když dáte tělu nápoje obsahující cukr nebo kofein, tyto dvě látky mají v těle svůj vlastní chemický program. Maří účel potřeby vody.

Mike: Hovoříte zde také o nealkoholických nápojích...

Dr. B: Mluvím o nealkoholických nápojích, limonádách, kávě obsahující kofein, nebo o čaji. **Také mluvím o alkoholu, protože alkohol vlastně zastavuje nouzové systémy přívodu vody do důležitých buněk, jako jsou například buňky mozkové.** V procesu reverzní osmózy Vaše tělo filtruje a vstříkuje vodu do buněk, tomu říkám reverzní osmóza. A k tomu musí zvýšit krevní tlak, aby mohlo překonat osmotický tah vody ven z buněk, a opětovně vstříknou vodu do buněk. To je důvod, proč se u nás při dehydrataci objevuje vysoký krevní tlak. A tento proces reverzní osmózy je zastaven alkoholem. **Alkohol zastavuje filtrační systém.**

Mike: Dovolte mi začít tuto další část tím, že Vás požádám o vysvětlení vztahu mezi konzumací vody a chronickým onemocněním. Existuje mnoho nemocí, které zmiňujete ve svých knihách, které se vztahují k dehydrataci. Zajímalo by mě, zda byste mohl dát našim čtenářům krátký výčet toho, o jaká závažná onemocnění se jedná a proč se zhoršují, nebo jsou podporovány chronickou dehydratací.

Dr. B: Nedávné údaje ukázaly, že léky na předpis, ačkoliv používané v souladu s pokyny lékařů, zabíjí více než 106.000 lidí a 2 milióny lidí jsou z nich více nemocní, než před jejich užitím. A pak je tu další skupina, která umírá na špatné recepty, chybné recepty. Takže asi 250.000 lidí zemře na problémy souvisejícími s léky a léčivy. To v zemi dělá z

užívání léků zabijáka číslo tři - chráněného a licencovaného vraha. Srdeční onemocnění zabíjí asi 700 nebo 800.000, rakovina zabíjí asi 500.000, léky zabíjí 250.000 lidí.

Mike: Takže je fér říct, že léčiva, tak, jak je dodává moderní medicína, jsou třetí nejčastější příčinou úmrtí v této zemi.

Dr. B: Určitě, a jsou k ničemu, protože většina léků, které lidé používají, zakrývá příznaky a komplikace dehydratace v lidském těle. Lidský organismus projevuje dehydrataci řadou symptomů a příznaků – jinými slovy, mozek vnímá dehydrataci či únavu během dne, nebo hned ráno, když chcete vstát z postele a jste unavení - to je známka dehydratace. Pak hněv, rychlá reakce, deprese, to všechno jsou známky dehydratace, když má mozek velmi málo energie z vody na to, aby se s informací vyrovnal, nebo jednal. To jsou některé postřehnutelné známky dehydratace. Pak má tělo svůj program pro zvládnutí sucha, což jsou alergie, hypertenze, diabetes, a také onemocnění imunitního systému.

Mike: Chtěl bych, abyste trochu více rozvedl téma astmatu a představu, že tělo řídí svou dodávku vody záměrně tak, že produkuje symptomy, které se nazývají astma.

Dr. B: Ano, víte, řízení sucha znamená, že musíte zalepit díry, kudy se voda z těla ztrácí. Voda je nejcennější komoditou uvnitř Vašeho těla, a pokud se do něj nedostává dostatečné množství a více vody mizí, tak je to pro Vaše tělo špatná situace. Vtip v **designu Vašeho těla je v tom, že se nastartuje program řízení sucha a pak se objeví alergie, které jsou známkou dehydratace,** protože systém, který reguluje vyvážení vody v těle, potlačuje v této energeticky náročné situaci imunitní systém. Pak dostanete **astma.** Dýcháním ztrácíme každý den asi litr vody. V podstatě, povrchové napětí v alveolech plic produkuje kontrakce těchto malých membrán, a vzduch je vytlačen. A v tomto procesu voda odchází spolu se vzduchem. Tak ztratíte dýcháním asi litr vody. Ten potřebujeme doplnit. Když jej nedoplníme, tak tělo svírá průdušky a ucpává díry. Tomu říkáme snížené proudění vzduchu v plicích v důsledku dehydratace a označili jsme to pojmem astma. Velmi rychle, v řádu několika málo hodin se dýchání stává zcela normální. Inhalátory již nebude potřeba. A když jsem kontaktoval NIH a toto všechno jim vysvětlil, muž, který to měl na starost, řekl, že vůbec nechápu, o co tady jde. Chtěl bránit svůj subjektivní názor, a tak tyto informace ignoroval, i když jsem šel za Clintonem, prezidentem Clintonem a požádal ho, aby zasáhl a vrátil zpátky dech těmto dětem. NIH byl ale vůči užívání léků neoblomný. Vlastně mi napsali a oznámili, že jsou spokojeni s tím, jak je astma léčeno. Tak taková je situace. 17 milionů dětí v Americe by se mohlo během několika dnů uzdravit, kdyby každý v této zemi začal s astmatiky komunikovat a říkal: voda je to, co byste si měli vzít. Dokážete si představit tak jednoduché řešení?

Mike: Ano. Ano, dokážu. A existuje mnoho takových řešení, která jsou k dispozici k léčbě velkého počtu chronických onemocnění, stejně, jako jste zde popisoval. Samozřejmě, myslím si, že by byl farmaceutický průmysl zděšen, kdyby se tyto informace rozšířily.

Dr. B: Ano, no, protože to, co říkám, je naprosto proti businessu. A nemluvíme tady o několika set tisících dolarů, ale o několika miliardách dolarů ročně. Neměli bychom čekat, až budeme mít žízeň, protože voda je hlavním zdrojem energie. Do doby, než dostanete žízeň, ztratíte energii z vody, kterou jste měli vypít dříve, než jste dostali žízeň. Takže pokud nedovolíte, aby benzínová nádrž Vašeho automobilu vyschla, než zastavíte a natankujete, proč byste měli dovolit, aby Vaše tělo dostalo žízeň, než si ve stánku u silnice koupíte nějakou vodu? **Za prvé, lidé by nikdy neměli dovolit, aby dostali žízeň – měli by pít po celý den. Průměrný člověk potřebuje dva litry vody denně. Průměrný člověk ve skutečnosti potřebuje čtyři litry vody denně, ale dva litry musíme dodat. Další dva litry dostáváme z metabolismu jídla a obsahu vody v potravinách.** Potřebujeme toto množství vody k výrobě alespoň dvou litrů moči. **Proto, aby se nezatěžovaly ledviny. Když pijeme dostatečné množství vody tak, že je moč bezbarvá, je to dobré znamení.**

Mike: Pro farmaceutický průmysl je existence onemocnění obchodní otázkou, protože, přiznejme si, farmaceutický průmysl je pro-ziskové odvětví. **Zisky jsou vždy na prvním místě,** a přinejmenším já jsem přesvědčen, a zdá se, že Vy také, že každá léčba, která konkuruje těmto ziskům, je minimalizována, opomíjena nebo otevřeně napadena.

Dr. B: Ano, nedávno byla v televizi jedna reklama. Bylo to velmi zajímavé – zpočátku jsem si to neuvědomoval, ale nyní vím, že hovořila ke mně. Jinými slovy, byla to reklama proti mým tvrzením. Protože já jsem řekl, že pálení žáhy je známkou dehydratace v lidském těle a měli byste pít vodu. Chlápek v reklamě přijde a sedne si k baru a říká: „Dejte mi sklenici vody, to pálení žáhy mě zabíjí.“ Nebo tak něco. A ta žena za barem říká: „Pálení žáhy voda nevyлéčí – tento lék ano.“ Tak vidíte, takto farmaceutický průmysl bojuje s informacemi, které jsem zveřejnil. Ale přesto, lidé, kteří zjistili, že voda mohla vyléčit jejich pálení žáhy, jsou chytřejší než lidé, kteří kupují ten reklamní kousek.

Mike: Vypadá to jako by byly ve Spojených státech téměř dvě odlišné skupiny lidí. Existují lidé, kteří jsou závislí na mnoha lécích, aby jimi vyléčili všechno, každý symptom, který mají. Mění chemii svého těla a mozku pomocí léků. A pak tady jsou ti, kteří se sami vzdělávají o skutečných příčinách zdraví. Pijí vodu, vyhýbají se přísadám v potravinách, cvičí – zdá se, jako by mezi těmito dvěma skupinami existovala propast, která se zvětšuje.

Dr. B: Určitě. To je důvod, proč došlo k oživení alternativní medicíny a stále více lidí jí dává přednost před konvenční medicínou. Víte, za posledních 10 let jsem prodal nejméně přes 600.000 výtisků mé knihy Your Body's Many Cries for Water (Mnohá volání Vašeho těla po vodě). A tak jsem za posledních 10 let měl několik tisíc rozhovorů v rozhlase. Informace se dostávají do rukou veřejnosti, a tak musí přirozeně farmaceutický průmysl zvýšit svou reklamu, aby tyto informace anuloval. To je důvod, proč tato reklama vznikla – a vlastně je jednou z mnoha. Každopádně, mluvili jsme o programech řízení sucha v těle. Hypertenze je další z těchto problémů. Když není v těle dost vody, nebo když se tělo stává dehydratované, pochází 66% ztráty vody z nitra buněk. 26% je z prostředí kolem buněk a pouze 8% se ztrácí z cévního systému. Ale cévní systém je pružný – stahuje se a uvolňuje, takže nezjistíte problém, který se děje uvnitř buněk

Vašeho těla testováním krve, které probíhá při tak velkém množství stavů. Kdyby lidé pili vodu v pravidelných intervalech a přijímali dostatek soli a minerálů pro rozšíření kapilárních lůžek, hypertenze by zcela zmizela. Existuje 60 milionů Američanů, kteří si neuvědomují, že hypertenze je vlastně jedním z projevů programů řízení sucha v těle, kdy tělo zahájí proces reverzní osmózy, aby dodalo vodu dovnitř těchto buněk, které trpí z 66% nedostatkem vody. Farmaceutický průmysl a lékaři arogantně a nevědomě léčí hypertenzi **diuretiky**.

Mike: Rád bych, abyste pohovořil o tom, jak se lidé mohou dozvědět, kdy potřebují pít vodu. Protože ve své knize píšete o tom, jak některé známky dehydratace, klasické příznaky, nemusí být jedinými známkami. Také byste nám mohl říct, kolik by měl průměrný člověk vypít?

Dr. B: Za prvé a především, nečekejte, až dostanete žízeň, protože to je chyba. Bohužel, Národní akademie věd a někteří další donedávna lidem říkali, **počkejte, až dostanete žízeň, což je hlavní chyba, kterou jsme zdělili před 100 lety od člověka jménem Walter Bradford Cannon.** V té době žil Francouz, který říkal, že dehydratace nebo žízeň je obecný pocit a že bychom ji měli studovat a Walter Bradford Cannon řekl: ne, žízeň je jen otázkou sucha v ústech. Když je sucho v ústech, máme žízeň, což je arogantní prohlášení, a bohužel západní medicína se tím řídí. To je důvod, proč máme nemocný systém péče. **Od věku 20 let se postupně, nepozorovaně, stáváme dehydratovaní, aniž bychom o tom věděli.** **Ztrácíme naše vnímání žízně.** Když se dostaneme do věku 70 let, můžeme být naprosto a viditelně žízniví, a přesto nerozpoznáme potřebu pít vodu, i když by voda položena vedle nás. **Toto bylo děláno jako experiment.** Vědec požádal skupinu starších lidí, aby po dobu 24 hodin nepili vodu. O to stejné požádal skupinu mladých lidí. **Po 24 hodinách, když byla voda k dispozici, starší lidé nepoznali, že mají žízeň.**

Mike: I po 24 hodinách bez vody?

Dr. B: Ano. Dokonce, i když byla voda postavena vedle nich, někteří po ní nesáhli. Ale mladí lidé vodu pili a napravili tuto dehydrataci. **Toto je velký problém a důvod, proč je tolik starších lidí naší společnosti nemocných, protože jsou zcela dehydrovaní a nepoznají to.** Takže, čekání na žízeň znamená zemřít předčasně a velmi bolestně. To je vlastně název článku, který jsem zveřejnil na svých internetových stránkách, a také na NAFHIM, Národní asociace pro čestnost v medicíně. **Za prvé, lidé by nikdy neměli dovolit, aby dostali žízeň – měli by pít po celý den. Proto, aby se nezatěžovaly ledviny. Když pijeme dostatečné množství vody tak, že je moč bezbarvá, je to dobré znamení. Když moč zežloutne, znamená to, že se tělo začíná dehydratovat a když zoranžoví, pak je tělo skutečně dehydratováno a některé části těla touto dehydratací trpí.**

Mike: Existují další podobné jednoduché příznaky, kterým mohou lidé věnovat pozornost?

Dr. B: Kůže – je-li kůže hezká, uvolněná a hladká, pak jsme hydratovaní. **Pokud bude zmuchlaná a seschlá, znamená to dehydrataci.** **Krbatý povrch na obličeji starších**

lidí je známkou dehydratace. Krutí krček pod bradou je známkou dehydratace. **Takže, když má tělo nedostatek vody a podávají se mu na to léky, tato osoba přirozeně zemře, protože léčba umlčuje mnohá volání těla po vodě, ale nenapravuje dehydrataci.** Takže musíme chápat tyto příznaky dehydratace. Určil jsem, proč jsou tyto tři nemoci vlastně větvemi jediného stromu a každá přirozeně produkuje jiný problém v různých věkových skupinách, ale všechny souvisí se stavy, které se v průběhu času vyskytují v důsledku dehydratace. Čas je podstatný – když se postupně stáváme dehydratovanými, začnou vysušené buňky transformovat. **Vysvětlil jsem, jak dehydratace potlačuje imunitní systém, přímo či nepřímo, a tak dochází k většině onemocnění, včetně rakoviny.**

Mike: Tak teď tady máme další otázku, která lidi zajímá - když jdou na jídlo do restaurace, je tu obrovské množství ekonomického tlaku z hlediska řetězců restaurací, nebo majitelů restaurací, aby jim podávali něco jiného, než vodu. Vzpomínám si, že jednou proběhla nějaká kampaň v řetězci restaurací Olive Garden. Kampaň byla nazvána Just Say No to H2O (Řekněte vodě ne), a odměňovali číšníky za to, že si lidé koupili nealkoholické nápoje místo toho, aby pili vodu.

Dr. B: To proto, že všichni jdou po rychlých dolarech, a to i na úkor zdraví někoho jiného. Tyto restaurace se neliší od farmaceutického průmyslu, když propagují něco, co tělo nepotřebuje. Samozřejmě, že nevědí, nedělají to vědomě. Nikdo je nemůže vinit. Je to špatným vzděláním, a myslí si, že tyto nealkoholické nápoje jsou synonymem vody. **Ve skutečnosti, z hodně dětí, které pijí limonády, se stanou „hlupáci“, ale jakmile jim tyto limonády vezmete, jejich známky se ohromně zlepší – z trojek a čtyřek se stala dvojka.** Protože něco v kofeinu potlačuje enzymy z tvorby paměti. A to je přesně to, protože kofein je toxická chemická látka – je to chemická válka. Cokoliv, co by ji snědlo, by ztratilo své umění maskování, ostražitost, dobrou reakci, dobrou odezvu a stalo by se snadnou kořistí pro predátory vlastního potravního řetězce.

Mike: Ano, kofein je technicky insekticid.

Dr. B: Kofein je technicky insekticid. Také morfin a kokain. Jedná se o stejnou skupinu léků – neurotoxických látek.???

Mike: Je ještě něco, čeho by si naši posluchači měli být vědomi, nebo by měli dělat pro posílení svého zdraví prostřednictvím informací, které zpřístupňujete?

Dr. B: Ano, mohou zůstat v kontaktu. Mohou pravidelně navštěvovat mé internetové stránky, na kterých publikujeme informace a dopisy, které si vyměňujeme, a tak dále. Mohou se stát součástí hnutí pro zavedení čestnosti zpět do medicíny. Protože, když jsou to mladí lidé, mají před sebou mnoho let, a bohužel mohou být v nečestné formě lékařské praxe zranitelní.

Mike: Tato stránka je...

Dr. B: <http://www.watercure.com>.

Mike: A ta druhá je <http://www.nafhim.org> ?

Dr. B: Ano, ale z <http://www.watercure.com> mají možnost přejít i na tuto druhou stránku. Tyto informace jsou zdarma, jsou to nejnovější informace v oblasti lékařské vědy, je to budoucnost vědecké medicíny, je to základ budoucí vědecké medicíny, a mohou je využívat zdarma. Jediné, co musí udělat, je, začít být zvědavý, jak se učit. A informace jsou psané tak jednoduchým jazykem, že je pochopí kdokoliv. Nepoužívám žargon. Používám velmi jednoduchou angličtinu, abych vysvětlil složité problémy.

VODY JE MÁLO, VAŽME SI JÍ: Více než miliarda lidí na světě nemá přístup ke kvalitnímu zdroji pitné vody. Nejhorší je situace v subsaharské Africe, kde má přístup k nezávadné pitné vodě pouze 56% obyvatel. V absolutních číslech je problém největší v Asii - jen v Číně se jedná o 300 milionů obyvatel. "Ve většině měst - vyjma subsaharské Afriky - jsou k dispozici relativně dobré zdroje, zato na venkově je kvalita vody problematická celosvětově. Nekvalitní voda má spolu s nedostatečným hygienickým zázemím zásadní dopady na zdraví lidí v rozvojových zemích. Výrazně se podepisuje na vysoké dětské úmrtnosti: Podle WHO umře ročně 1,5 milionu dětí v důsledku průjmových onemocnění - ta jsou ve většině případů způsobena právě závadnou vodou nebo chybějící sanitací. Důsledky jsou však mnohem širší - například řada dětí musí každodenně nosit vodu ze vzdálených nádrží, a proto se jim nedostane plnohodnotného vzdělání. Jindy tuto práci zastávají ženy, kterým zase nezbyvá čas na jinou - výdělečnou - činnost. Zajištění pitné vody a základní hygieny pro všechny lidi na světě do roku 2015 je jeden z Rozvojových cílů tisíciletí. Podle všeho se však nepovede ho splnit - při současném tempu zlepšování situace by v Africe byl naplněn až v roce 2076[4]. Dostatečný přístup k pitné vodě se definuje jako dostupnost nejméně 20 litrů vody na osobu a den ze zdroje vzdáleného do 1 km od místa bydliště.

Proč pít vodu z vodovodu? Je zdravá, obsahuje přirozené vyvážené látky. Podléhá přísné kontrole. Ročně každá vodárenská společnost odebere několik tisíc vzorků a provede desetitisíce analýz. Voda z kohoutku vždy splňuje limity dané vyhláškou MZd. ČR č. 252/2004 Sb. v platném znění. Ve vodě z kohoutku je sledováno na 100 ukazatelů kvality vody, některé jsou i nad rámec vyhláškou stanovených povinných ukazatelů. U vody z kohoutku je kontrolován celý proces výroby a distribuce pitné vody, včetně kontroly přímo na kohoutku u spotřebitelů. Neobsahuje bakterie a jiné škodlivé látky. Voda z kohoutku v ČR zcela vyhovuje evropským standardům. Víte, co pijete - vodárenské společnosti zveřejňují úplný rozsah parametrů kvality vody z kohoutku, výsledky rozborů najdete na internetových stránkách společností, v zákaznických centrech či v informačních materiálech. (Veolia)