

Jod - vratite univerzalni hranjivi lijek 1. dio

14. RUJNA 2012.

Autori: Barbara Arbanas-Kovačević i Denis Pellegrini

Medicinski udžbenici sadrže nekoliko važnih komada pogrešnih informacija o bitnom elementu jodu što je uzrok većoj ljudskoj patnji i smrti nego što su to bila oba svjetska rata u kombinaciji. - Dr. Guy Abraham

Trenutna situacija u kojoj se nalazimo na samom početku 21. stoljeća od nas zahtijeva da ponovno izgradimo medicinu i to ne samo glavnu, alopatsku nego sve grane i alternative. Tek se razvija svjesnost oko zaključka da većina ljudi današnjice pati od kroničnog trovanja. Nije riječ samo o činjenici da je plima otrovnih kemikalija sve veća i da se one akumuliraju u našim stanicama i krvnim tokovima uzrokujući psihičku, mentalnu i emocionalnu pustoš, nego je riječ također i o maloj kapljici u kvaliteti i kvantiteti ključnih hranjivih sastojaka koje konzumiramo. Jod je savršen primjer; ono čega ne želite da vam nedostaje u današnjem svijetu jest jod.

Jod je otkriven u svakom organu i tkivu u tijelu.

Možemo raspravljati o njegovoj optimalnoj dozi, ali brzo bismo se složili da je jod **apsolutno neophodan za zdravlje štitne žlijezde kao i jajnike, dojke i prostatu**. Osim povećanog rizika za rak dojke kod žena kojima manjka joda, postoji uvjerljiv dokaz da manjak joda povećava rizik od raka štitne žlijezde. Ovo je samo nekoliko razloga zbog kojih biste se trebali zainteresirati za jod. U vremenu sve većeg izlaganja otrovima svima nam je potrebno više, a ne manje joda jer on ima vrlo specifične **zaštitne učinke protiv nekoliko uobičajenih otrova kao što su flor i bromid, a u manjoj mjeri pomaže pri eliminaciji olova i žive iz tijela**.

Nekoliko je studija pokazalo vezu između niske razine joda i fibrocistične bolesti dojki (FDB), kako kod žena tako i kod laboratorijskih životinja.



Dr. David Derry je rekao: “Lugolova otopina je otopina joda u vodi kojeg medicinska profesija koristi već 200 godina. Jedna kap (6,5 mg po kapljici) Lugolove otopine dnevno u vodi, narančinom soku ili mlijeku će postupno eliminirati prvu fazu razvoja raka odnosno fibrocistične bolesti grudi tako da se ne mogu pokrenuti novi rakovi. To će također ubiti abnormalne stanice koje plutaju u tijelu na mjestima udaljenim od prvobitnog raka. Naravno, čini se da taj pristup djeluje i kod raka prostate jer je on u mnogim pogledima sličan raku dojke. To će doista pomoći kod većine karcinoma. Također su povećane doze joda potrebne kod upalnog raka dojke. Znamo i da su velike intravenozne doze bezopasne što navodi na pitanje kakav bi to učinak imalo na rast raka.”

Nedostatak joda rezultira zarobljavanjem od strane štitne žlijezde pa su sve osobe kojima nedostaje joda podložnije raku štitne žlijezde uzrokovanog radijacijom.

Jod igra ključnu ulogu u eliminacijskom sustavu tijela pokretanjem apoptoze, ili onoga što se naziva programirana smrt stanice, što je važno jer je taj proces ključan za rast i razvoj i uništavanje stanica koje predstavljaju opasnost integritetu organizma kao što su kancerogene stanice i stanice zaražene virusima.

Žene koje imaju gušu (vidljivo nekancerogeno povećanje štitne žlijezde) zbog manjka joda imaju tri puta veću šansu za dobivanje raka dojke. Povećan unos joda se povezuje sa manjom učestalošću raka dojke dok je smanjeni unos povezan s rakom dojke. - Dr. Donald Miller Jr.

Jod se nekada smatrao mnogo važnijim toliko da se do prije dvadeset godina rutinski dodavao kao nadopuna kruhu. Jod se u malim količinama nalazi u nekom solima, ali zdravstveni djelatnici ne uzimaju u obzir da jod isparava dok se nalazi na kuhinjskom stolu.



Šezdeset milijuna Japanaca u prosjeku dnevno konzumira 13,8 mg elementa joda i oni su jedna od najzdravijih nacija u odnosu na opće zdravlje i statistike o raku.

Antiseptička svojstva joda se koriste za sterilizaciju svake površine i materijala u bolnicama. Jod je izvrstan mikrobicid sa širokim rasponom djelovanja što uključuje sve važne mikroorganizme vezane uz zdravlje kao što su probavne bakterije, probavni virusi, bakterijski virusi, gljivice i ciste protozoe. Minimalan broj molekula joda potreban za uništavanje jedne bakterije varira ovisno o vrsti. Izračunato je da je za *H. influenzae* potrebno 15 000 molekula joda po stanici. Kada se bakterije tretiraju jodom, anorgansko upijanje fosfata i konzumacija kisika kod stanice odmah prestaje.

Iako jod ubija sve stanične organizme kao što su ovi, on nikada nije istražen od strane modernih liječnika za borbu protiv unutarnjih infekcija što je, naravno, velika greška. Dr. Derry kaže da je jod učinkovit „za standardne patogene kao što je *staphylococcus*, ali jod također djeluje u širem rasponu; ima manje nuspojave i ne razvija bakterijsku otpornost.“ Neki su liječnici izvijestili da je on odličan za liječenje mononukleoze.

Jod je najbolji antibiotik, antivirusno i antiseptičko sredstvo svih vremena. - Dr. David Derry

Jod nije bio dostupan mikroorganizmima na početku evolucije sve dok se morska trava nije koncentrirala te je tek tada postao dio viših životnih oblika. Jod je smrtni neprijatelj jednostaničnih organizama jer ih ubija kombinacijom aminokiseline tirozina ili histidina. Sve stanice koje imaju tirozin na vanjskim staničnim membranama ubija jednostavna kemijska reakcija s jodom koja denaturira proteine. Priroda i evolucija su nam dali važan mehanizam za kontrolu patogenih životnih oblika i mi bismo ga trebali koristiti i vjerovati da će nas zaštititi na načine na koje to antibiotici ne mogu. Element jod je potencijalni germicid sa širokim spektrom djelovanja i male toksičnosti za tkiva. Jake otopine joda (Lugolova

otopina) sadrže 5% joda i 10% kalijevog joda (KI) u vodenoj otopini.



Prema trenutnoj statistici Svjetske zdravstvene organizacije, više od tri milijarde ljudi u svijetu živi u zemljama gdje vlada nedostatak joda i poznato je da nedostatak selena, vitamina A i željeza mogu pogoršati učinke nedostatka joda. **Uz magnezij i selen, jod je jedan od minerala kojeg najviše nedostaje u našem tijelu.** Jod je ključan u sintezi hormona štitne žlijezde, ali enzimi koji ovise o selenu su također potrebni za pretvaranje tirozina (T4) u biološki aktivan hormon štitne žlijezde, trijodtironin (T3). Selen je osnovni mineral odgovoran za pretvorbu T4 i T3 u jetri.

Selen je apsolutno ključan u vremenu toksičnosti žive jer je to savršeni protuotrov kod izlaganja živi. Diljem svijeta doslovce kiši živa, osobito na sjevernoj polutci. I, naravno, uz zubare koji truju svijet sa svojim amalgamskim plombama i uz liječnike sa svojim cjepivima punim žive, selen nam je mnogo važniji nego što možemo zamisliti. Potrebno je zapamtiti da

Živa uklanja selen iz tijela jer se pohranjeni selen brzo troši zbog svoje velike sklonosti živi.

Simptomi nedostatka joda uključuju grčeve u mišićima, hladne ruke i stopala, sklonost debljanju, lošu memoriju, zatvor, depresiju, edem, mijalgiju, slabost, suhu kožu i lomljive nokte. Njegovi izvori uključuju većinu morske hrane (oceanska riba, ali ne svježa riba, školjkaše, osobito kamenice), nerafiniranu morsku sol, kelp i ostale alge, te riblju juhu, maslac, ananas, artičoke, šparoge, tamnozeleno povrće i jaja. Određeno povrće, kao što su kupus i špinat, može blokirati apsorpciju joda kada se jedu sirovi ili nefermentirani. Jedenje ribe vam neće pružiti joda u miligramskim količinama. Kako biste dobili 13,8 mg joda, morali biste pojesti oko 9 kg ribe dnevno.



Jod je potreban u mikrogramskim količinama za štitnu žlijezdu, i miligramskim količinama za dojke i ostala tkiva, a može se koristiti kao lijek mjereno u gramima. - Dr. David Miller

Jod je siguran baš kao i magnezij klorid uz praćenje njegovog korištenja u medicini već 180 godina. Objavljeni podaci potvrđuju njegovu sigurnost kada se koristi kod plućnih bolesnika u količinama koje premašuju preporučenu dnevnu dozu. Kada pacijenti uzimaju 12,5 - 50 mg joda dnevno, čini se da tijelo postaje osjetljivije na hormone štitne žlijezde. Optimalan unos joda u količinama dva puta većima od količina potrebnih za kontrolu gušavosti mogu zahtijevati jodizaciju hormonskih receptora.

Jod vam pomaže ispravno iskoristiti proteine. Svi pacijenti koji imaju manjak joda imat će i nedovoljno proteina. - Dr. Bryce Vickery

Jod je ključan sastojak u sintezi hormona štitne žlijezde. Kod nedostatka joda bit će poremećena sinteza proteina. Hormoni štitne žlijezde imaju dva glavna učinka na tijelo: povećavaju sintezu proteina u doslovce svakom tkivu u tijelu i povećavaju konzumiranje kisika. Štitnjači je potreban jod za sintezu T4 i T3 hormona koji reguliraju metabolizam, upravljaju rastom i razvojem. Hormoni štitne žlijezde su ključni za život jer reguliraju ključne biokemijske reakcije, osobito sintezu proteina i aktivnosti enzima ciljajući organe kao što su mozak u razvoju, mišići, srce, hipofiza i bubrezi, te je stoga jod kritično važan za razvoj fetusa.

Oštećeni prijenos joda se može djelomično ispraviti upravljanjem poprilično visokim dozama askorbinske kiseline ili vitamina C.



Hormoni štitne žlijezde se sintetiziraju u folikularnim stanicama štitnjače, a oni reguliraju mitohondrijsku proteinsku sintezu. Unos joda je kritično sredstvo u borbi protiv nuspojava lijekova za štitnu žlijezdu. Dugoročno korištenje tih lijekova je povezano s propadanjem nivoa joda u štitnjači i tkivu kao i s povećanom stopom raka. Svi pacijenti koji boluju od štitnjače bi trebali primati terapiju jodom.

Jod je moćan osnovni hranjivi sastojak koji ima široka ljekovita svojstva i do prije 100 godina većina ga je liječnika koristila kao univerzalno sredstvo. Od 1900. god. do 60-ih godina prošlog stoljeća skoro svaki liječnik je koristio jod u praksi za liječenje povećanog i smanjenog rada štitnjače kao i kod mnogih ostalih stanja, a sve uz izvrsne rezultate. U stvari, **jod je bio smatran panacejom (lijekom za sve) kod svih bolesti.**

Nobelov laureat dr. Albert Szent Györgi, liječnik koji je otkrio vitamin C je napisao: „Kada sam bio student medicine, jod se u obliku kalijevog joda koristio kao univerzalni lijek. Nitko nije znao što on čini, ali činio je nešto i radio je nešto vrlo dobro.“ Danas nam je poznato što jod čini i koliko može pomoći ljudima, ali moderna alopatska medicina spava i pušta ljude da pate i umiru zbog njegovog nedostatka.

Komentar Matrix Worlda: Vrlo je važno koristiti pravilnu mješavinu joda i kalijevog jodida koja se naziva Lugolova otopina. Nju možete kupiti [ovdje](#). Za pravilno doziranje joda pročitajte tekst pod nazivom: [Jod - potisnuto znanje koje vam može promijeniti život](#).

Ostali dijelovi teksta:

[Jod - vratite univerzalni hranjivi lijek 2. dio](#)

[Jod - vratite univerzalni hranjivi lijek 3. dio](#)

Autorska prava© Matrix World 2011. do danas. Sva prava pridržana. Strogo je zabranjeno kopiranje, raspačavanje, ponovno objavljivanje ili izmjena bilo kakvog materijala koji se nalazi na blogu Matrix World bez prethodnog pisanog odobrenja dobivenog od uredništva Matrix World.

Reference:

www.health-science-spirit.com

www.naturalthyroidchoices.com

thyroid.about.com

minerals.usgs.gov