

Era zakwaszenia

XXI wiek mija pod znakiem coraz szybciej rozwijających się chorób cywilizacyjnych. Coraz więcej osób zmagają się ze schorzeniami, które przynoszą znaczne spustoszenie w ich organizmach. Wszystkie te dolegliwości mają swoje źródło i nie zawsze jest ono związane z obciążeniem genetycznym, choć i tego tematu nie wolno bagatelizować. Dolegliwości, które dotyczą coraz szerszego grona ludzi, często są bowiem wynikiem znacznego zakwaszenia organizmu.

Jeśli często odczuwamy zmęczenie, uskarżamy się na złą kondycję włosów, skóry i paznokci, cierpimy na częste bóle i zawroty głowy oraz problemy ze stawami i mięśniami, a dodatkowo zauważamy szczególną podatność na infekcje wirusowe, istnieje duże prawdopodobieństwo, że nasz organizm jest zakwaszony. Nie ma w tym nic dziwnego, bowiem **problem ten dotyka niemal 85% ludzi!**

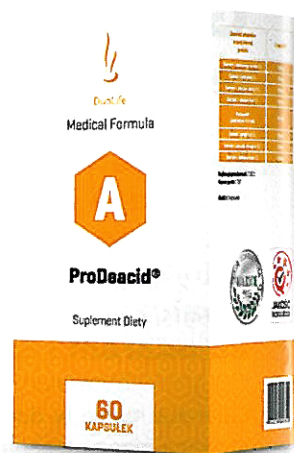
Pamiętajmy, że nasz organizm do sprawnego funkcjonowania potrzebuje równowagi kwasowo-zasadowej, bowiem to od niej w znacznym stopniu zależy to, czy procesy, które zachodzą już na poziomie komórkowym, są zgodne z naszymi potrzebami. Reakcje te potrzebują zachowania optymalnych warunków – w tym też pH. **Naturalne pH krwi wynosi 7,35–7,45** – jest więc lekko zasadowe. Niestety, takie czynniki jak zła dieta czy nadmiar stresu powodują, że równowaga ta zostaje zachwiana. W organizmie pojawiają się kwaśne pozostałości przemiany materii, z którymi organizm sobie nie radzi. Odkładanie się tych trucizn powoduje poważne zmiany w metabolizmie i upośledza układ odpornościowy.

Zakwaszenie organizmu często traktowane jest jako mit i wręcz bagatelizowane, a to właśnie ono niejednokrotnie jest przyczyną miażdżycy, cukrzycy, chorób stawów, serca a nawet nowotworów. Takie podejście jest o tyle zaskakujące, że już w latach 50. został odkryty i udowodniony wpływ, jaki ma poziom zakwaszenia na funkcjonowanie układu immunologicznego. Organizm, w którym ta równowaga została zachwiana, jest szczególnie narażony na ataki pasożytów i grzybów oraz wiele innych obciążeń. W naszym ciele wytwarzane są produkty zdolne zarówno do zakwaszania, jak i alkalizowania. Problemy zaczynają się, kiedy przeważają te pierwsze. Brak aktywności fizycznej, stres i szybkie tempo życia to tylko kilka czynników powodujących, że w naszym ciele zaczyna dominować odczyn kwaśny. Do pozostałych należy nieodpowiednia dieta, obfitująca w wyskoprzetworzone produkty, mięso oraz napoje takie jak kawa, mocna herbata czy alkohol.

Pamiętajmy, że nasz organizm sam może poradzić sobie z pewnymi problemami, np. poprzez zwiększone wydalenie CO₂ przez płuca lub zamianę w nerkach mocznika na amoniak, który wiąże część kwasów. Jednak w sytuacji, gdy poziom zakwaszenia jest już tak znaczny, że sami nie jesteśmy sobie w stanie z nim poradzić powinniśmy podjąć zdecydowane kroki, mające na celu jak najszybszą poprawę stanu naszego organizmu. **Podstawowym krokiem na drodze ku przywróceniu równowagi kwasowo-zasadowej jest zmiana złych nawyków żywieniowych oraz odpowiednie nawodnienie organizmu.** Dokonując

świadomych wyborów powinniśmy skupić się na wprowadzeniu do naszej diety produktów bogatych w sód, wapń oraz potas, ponieważ wykazują one działanie alkalizujące.

Mimo tego, że nasze ciało jest jednym z najdoskonalszych mechanizmów i z wieloma problemami jest w stanie poradzić sobie samo, ma jednak swoje ograniczenia i w niektórych przypadkach wymaga naszego wsparcia. W przypadkach, kiedy organizm wymaga naszej pomocy, musimy udzielić jej przede wszystkim mądrze. Pamiętajmy, że jedną z głównych przyczyn zakwaszenia jest dostarczanie do organizmu zbyt wysokiej dawki chemii. Dlatego właśnie syntetyczne suplementy nie są najlepszym rozwiązaniem. Być może odniesiemy wrażenie, że już po kilku dniach widać efekty suplementacji, jednak przynosząc pozorną poprawę, w rzeczywistości pozostawiają one po sobie pamiętki w postaci dodatkowego obciążenia wątroby bądź trzustki. **Warto zatem zaufać przyrodzie oraz tkwiącej w niej mądrości.** Przywracając równowagę kwasowo-zasadową oraz eliminując toksyny i metale ciężkie z organizmu warto zwrócić uwagę na takie produkty, jak ekstrakt z winogrona, owoców mango, kiwi czy grapefruta. Jednak niezastąpiony jest tu ekstrakt z czerwonego buraka, który ma silne właściwości alkalizujące, co umożliwia przywrócenie równowagi kwasowo-zasadowej naszego organizmu. Taki w pełni naturalny skład wzbogacony o innowacyjną formułę posiada suplement diety **ProDeacid z linii DuoLife Medical Formula**. **Przywracając optymalny poziom pH zwiększa odporność organizmu, poprawiając tym samym samopoczucie.** Jednak kluczowe jest to, że pozwala na **skuteczne oczyszczenie organizmu z toksyn oraz przywrócenie równowagi.** Produkt uczestniczy w akcji edukacyjnej DuoLife pt. **Profilaktyka zamiast Leczenia**. Uzyskał rekomendację Instytutu Profilaktyki Zdrowia oraz otrzymał wiele wyróżnień i nagród, m.in. Złoty OTIS czy Laur Konsumenta.



Dr Piotr Kardasz – doktor nauk przyrodniczych, biolog, pedagog i dziennikarz, autor wielu publikacji oraz filmów z tego zakresu. Autor pracy naukowej na temat fitoremediacji oraz laureat nagrody „Eureka 2003”. Współtwórca oraz Szef Rady Naukowej Instytutu Profilaktyki Zdrowia. Przewodniczący Rady Naukowej DuoLife.