

# Prim. dr. ANA ŠVAST SINGER

Specijalist internist

Subspecijalnost dijabetes i bolesti metabolizma

Zdravlje je čovjekovo najveće bogatstvo. Omogućuje nam potpuni život - sposobnost za obavljanje svih životnih aktivnosti. Ne postoji apsolutna granica između zdravlja i bolesti. Zato počnimo brinuti o sebi dok smo zdravi. Moderno vrijeme pruža nam mogućnost saznanja kako živjeti zdravo i izbjeći bolest. Potrebna je sasmo zdrava prehrana i promjena loših životnih navika.

## **Podsjetimo se:**

Ljudski organizam je sastavljen od materije (mišići, kosti, organi, tkivna tekućina, krv), a mogućnost rada organizma, uredno odvijanje metaboličkih funkcija i kretanje omogućuje elektromagnetska energija koju ima svaka stanica u tijelu. Bazirajući se na rezultatima istraživanja iz područja biofizike, prema kojima elektromagnetsko polje u ljudskom tijelu i oko njega upravlja procesima organizma uvedeno je u medicinu liječenje magnetnom terapijom.

Ideja je slijedeća: svaka bolest, kao i stanja kojoj joj predhode prate ili bolje rečeno uzrokuju elektromagnetske oscilacije. Patološkoj promjeni u organizmu, prema tome, predhodi prisutnost poremećaja u magnetnom polju - remeti se elektromagnetna ravnoteža. U tijelu čovjeka prisutne su stalne fiziološke oscilacije magnetnog polja, a u bolesti se javljaju i patološke oscilacije. One nastaju kao posljedica niza faktora: infekcije, ostaci nerazgrađenih lijekova ili cjepiva, prisutnost stranih tijela u hrani, opterećenje teškim metalima, toksina u zraku koji se pohranjuju u tjelesne tekućine (voda). Bolest se javlja kada tijelo ne može održati dinamičku ravnotežu elektromagnetskog potencijala.

Razvoj znanosti omogućio je primjenu elektromagnetskog polja u svrhu jačanja tih polja u organizmu ali i u dijagnosticiranju tih poremećaja (elektromagnetska rezonancija - EMR). Aparati za magnetsku rezonanciju koriste se u svrhu liječenja niza bolesti. Najviše kod bolesti koštano-mišićnog sistema. Primjenjuju se velike doze u kratkom vremenu sa dobrim rezultatima.

## **Što rade magneti u magnetskom nakitu koje nosimo na tijelu?**

Emitiraju stalno u naše tijelo male doze magnetske energije i na taj način vraćaju narušenu dinamičku ravnotežu. Velika im je prednost da se mogu postavljati lokalno po cijelom tijelu i nositi stalno. Na taj se način popravljaju se cirkulacija i tako omogućuje dotok hrane do svake stanice.

Magnetski nakit je velika pomoć u liječenju kroničnih i akutnih bolesti. No nastanak bolesti ne možemo predvidjeti pa je magnetski nakit vrlo korisno primijeniti u preventivi bolesti i održanje dobrog zdravlja. Važna mu je osobenost da nema nuspojava i vrlo je lijepo dizajniran. Veliki američki liječnik Joslin je rekao: „Liječenje

svake bolesti sliči dugotrajnom ratu. Moguće je izgubiti pojedine bitke, ali rat se mora dobiti.“ Dakle počnimo bitku za očuvanje zdravlja na posve bezopasan način.

### **Ispričati ću Vam svoja iskustva sa primjenom magnetskog nakita:**

Prvi puta saznala sam o magnetskom nakitu na predavanju održanom za članove Zagrebačkog dijabetičkog društva početkom 2005.godine.

Tada sam naručila magnetsku narukvicu i magnetsko srce za mog supruga (koji je također liječnik sa 3 specilizacije), koji je nakon ugradnje premosnica na srcu imao i dalje napade bolova u grudnom košu i izrazito lošu cirkulaciju u rukama i nogama. Pružao je otpor, naročito na magnetsku narukvicu, ali moja upornost je bila jača. Za desetak dana srčane smetnje su postale blaže, a ruke i noge, da ne povjeruješ, toplije. Nakon tri tjedna srčane smetnje su sve slabije i rjeđe. Pojačali smo „terapiju“ sa još jednim magnetskim srcem. Od tada su magneti sastavni dio garderobe mog supruga tijekom 24 sata dnevno, a porastao je i njegov teoretski interes za magnete.

Stanje u našoj kući je sada sljedeće: kada dođu prijatelji, magneti su nezaobilazna tema-ali ne „predajem“ ja nego moj suprug.

### **Moje osobno iskustvo:**

Na dan Svih svetih zapela sam za rubnik na Mirogoju, pala i ozljedila lijevo stopalo i skočni zglob. Pomogli su mi doći do auta, ali sam jedva vozila do kuće. Nastala je jaka bol i otok koji se razvio u cijelom donjem dijelu potkoljenice, stopala i prstiju. Preostalo mi je ležanje uz bolove, a užasnuta događajem nisam se ni sjetila magneta. Nazvala me je prijateljica i kada je čula što mi se dogodilo me upitala: a magneti? Odmah sam „otela“ magnetska srca suprugu, a stigla je i prijateljica sa još tri dodatna magnetska srca. Bol i otok su se smanjili i za šest dana prohodala sam bez otoka, sa minimalnom boli. Dva magnetska srca su ostala „čuvati“ zglob. Rekla sam tada svojim magnetima da su uspješno obavili zadatak pomoćnika u liječenju, a i potakli me da intenzivnije nastavim sa proučavanjem magneta.

### **Prijateljima sam nastavila pomagati savjetom i evo nekih od mnogobrojnih iskustava:**

#### **Vlasta, 26 god.**

Godinama ima bolne mjesečnice, grčeve u trbuhu, povraćanje i glavobolje. Ginekolog je ultrazvukom našao ciste na oba jajnika. Desno dvije veće (koje su kasnije operativno odstranjene), a lijevo dosta malih. Ranije smetnje sa ciklusom su ostale. Savjetovala sam joj da nosi magnetske narukvice na obje ruke, a lutajuća srca nad oba jajnika (iznad prepone). Prva mjesečnica (nakon 18 dana primjene magneta) bila je praćena samo nadutošću, bez bolova i ostalih smetnji). Kontrolni ultrazvuk četiri mjeseca nakon operacije pokazao je uredan nalaz lijevog jajnika, a desno jednu manju cistu. Smetnje uz mjesečnicu su posve nestale. Moram reći i to da je Vlasta postala sretna majka osamnaest mjeseci nakon naše terapije.

Rodila je malu Anu. Magnete nije nosila samo prva tri mjeseca trudnoće, ali ih nosi do sada.

### **Julija, 59 god.**

Prije osamnaest mjeseci ugrađena joj je proteza desnog kuka. Od tada ima stalne bolove u natkoljenici i koljenu i teško hoda uz pomoć štake. Fizikalna terapija je imala slabi učinak. Savjetovala sam joj magnetnu narukvicu na lijevoj ruci, putujuće srce na koljeno i skočni zglobovi. Nakon tri mjeseca nošenja magneta smetnje su minimalne, a štaka joj više nije više potrebna za hodanje. Julijin zaključak: „Ponovo sam prohodala, ali sada ne uz pomoć mame nego uz pomoć magneta.“

### **Davor, 44 god.**

Nakon prometne nesreće, a zatim i upale gušterače, obolio je od šećerne bolesti tipa 2. Dobro se oporavio, živi jako dinamično - radi terenski posao sa dosta stresova.

Osjeća stalni umor, trnce u rukama i nogama, loše spava, nervozan, povremene glavobolje. Krvni šećer sve teže regulira.

Moj savjet njemu bio je: Magnetsku narukvicu staviti na desnu ruku, na noge obostrano magnetske nanožnice, jedno magnetsko srce staviti na lijevu stranu, deset centimetara ispod pazuha, a drugo magnetsko srce staviti na lijevu stranu trbuha, deset centimetara od pupka. On sada magnetski nakit nosi osam mjeseci, dobro spava, mirnije prima životne nedaće, a umor je nestao. Trnci u nogama javljaju se tek povremeno, nakon duže vožnje. Kada ga danas pitam kako je, on odgovori:

„ Moji metalni spasioци i ja smo jako dobro!“.

### **Željko, 24 god.**

Prijelom lijeve nadlaktice, visoko iznad ramena. Odbio je ponuđenu operaciju, jer je ljevak i boji se posljedica. Učinjena je imobilizacija ruke, no, javio se jaki otok cijele ruke i donjeg dijela vrata. Još je dvaput učinjena imobilizacija, ali se otok ne smanjuje. Kirurg u Traumatološkoj klinici mu je savjetovao da stavi magnete. To je i učinio. Četiri magnetna srca stavio je duž cijele lijeve ruke, preko imobilizacije, a na desnu ruku magnetsku narukvicu. Nakon tri dana otok se počeo vidljivo povlačiti, a nakon devet dana posve je nestao. Stavljena je konačna imobilizacija, ali i dalje uz prisustvo magneta. Kost je zarasla bez komplikacija, a kirurg je bio začuđen brzinom zarastanja. Željko od djetinstva boluje od alergijske astme sa čestim recidivima. Savjetovala sam mu da nosi magnetsku narukvicu, a jedno magnetsko srce da nosi na sredini prsne kosti. Napadi astme sada su vrlo rijetki i blagi. Dakle, magneti su dvostruko usrećili Željka.

### **Darko, 4 god.**

Od treće godine Darkovi roditelji su primjetili da se dječak brzo zapuše i počinje izbjegavati igre sa djecom. Liječnik je utvrdio da Darko ima poremećaj u ritmu srca - česta ubrzanja i povremeno preskakanje (ekstrasistole).

To je i Holterom (24-satno snimanje EKG-a) i dokazano. U 24 sata ima preko 300 ekstrasistola. Dobio je i lijek. Nakon tri mjeseca kontrolni nalaz Holtera nije se puno poboljšao (nešto manje od 200 es). Jedna članica me zamolila za savjet kako da pomogne Darku i roditeljima. Savjetovala sam mu magnetsku narukvicu na desnu ruku i magnetsko srce na lijevo prsište. Naravno, trebao je nastaviti i propisanu terapiju. Roditelji su nakon četrnaest dana primjetili da dječak bolje podnosi napore, a pipajući puls ustanovili i manje preskakanja. Ponovljen je Holter nakon dva mjeseca i tada je nađeno svega 68 es. Lijek je ukinut. Prije nekoliko dana roditelji su me nazvali i rekli da Darko nema smetnji, igra se sa djecom, bez umora. Magneti su i ovdje pokazali što mogu.

### **Ratko, 40 god.**

Godinama smetnje sa želucom - bolovi, žgaravice, povraćanje, pečenje iznad grudne kosti, a noću i jezika uz napadaje kašlja, te penjanje kiseline u jednjak. U tri navrata provedeno je intenzivno liječenje zbog prisutnog *Helicobacteria pylori*. Lijekove uzima, ali sa slabim efektom. Savjetovala sam mu da pored dijete i ordiniranog lijeka kupi magnetski štapić i redovito pije oko litru i pol magnetizirane vode. Prije svakog obroka dva decilitra, polako, gutljaj po gutljaj. Tek nakon toga da uzima hranu, manje obroke, više puta dnevno. Zatim magnetsku narukvicu, te dva magnetska srca. Jedno staviti u žličicu, a drugo na sredinu grudne kosti. Prije dva mjeseca mi je rekao da je brzo počeo osjećati manje smetnje u želucu, a iz jednjaka su posve nestale. Osim toga, stolica se sasvim regulirala. Gastroskopijom je utvrđeno da se čir sanirao. Tek je ostala manja upala. Ordinirana je samo jedna tableta uvečer. Ratko kaže: „Ja sam postao drugi čovjek. Ne izbjegavam prijatelje, spreman na šalu, a rečenicu - Ostavite me svi na miru!, više ne izgovaram.“

### **Tanja, 26 god.**

Niz životnih stresova. Smrti u bližoj obitelji, gubitak radnog mjesta doveli su, do tada, uvijek raspoloženu mladu ženu do očaja, nesanice, neraspoloženja, napada plača, izbjegavanje prijatelja, povlačenje u sebe. Liječenje u dva navrata na psihijatrijskom odjelu, dalo je kratkotrajno poboljšanje, a samo je sitnica trebala da se ponovno vrati u bezizlazno stanje. Njezina me prijateljica nazvala za savjet. Preporučila sam magnetsku narukvicu, magnetsko srce na tjeme i magnetsku ogrlicu. Prijateljica joj je to poklonila. Nakon četiri mjeseca nazvala me Tanja. Bio je to glas mlade, vesele osobe, koja je nakon predstavljanja rekla: „Ja sam ona ljudska podrtina o kojoj ste slušali od moje prijateljice. Sada sam opet Tanja -vragolanka, kako su me prije zvali. Imam i izgleda za radno mjesto, a magneti će kroz život samnom dalje“.

### **Đurđa, 51 god.**

Godinama smetnje sa vratnom i grudnom kralješnicom, te desnim ramenom, slabost ruke, predmeti joj ispadaju. Vrtoglavice. Predloženu operaciju kralješnice je odbila. Liječenje fizikalnom terapijom i u toplicama bez većeg rezultata. O magnetima je čula u toplicama. Došla je na savjetovanje i donijela nalaze koji govore za uznapredovalu

deformaciju donjeg dijela vratne kralješnice i slabiju cirkulaciju u vratnim žilama desno. Savjetovala sam joj dvije magnetske narukvice, magnetsku ogrlicu, magnetsko srce na vratnu kralješnicu, te na desno rame. Nakon četrnaest dana javila mi se i rekla da su bolovi manji i da se poboljšala poretljivost kralješnice i malo ramena. Nakon dva mjeseca nošenja magnetskog nakita kaže da je konačno počela i spavati bez bolova i posve funkcionirati.

### **Nada, 32 god.**

Od osamnaeste godine života pati od glavobolja, koje su sa vremenom prošle samo na lijevu stranu glave i tada je dijagnosticirana migrena. Napadi bolova su se redovito javljali uz mjesečnice i pri promjeni vremena, a naročito su jake bile u trudnoći. Učinak lijekova bio je sve slabiji. Po savjetu prijateljice me je nazvala, opisala smetnje. Moj savjet su bile magnetske narukvice na obje ruke, ogrlica i magnetsko srce na tjeme, više lijevo. Kad osjeti dolazak bolova magnetsko srce staviti na lijevu slijepoočnicu. Javila mi se nakon sedam tjedana i rekla da će, ako smetnje budu nestajale kao do sada, to za nju biti potpuni povratak u život i sreća za cijelu njenu obitelj.

### **Lana, 6 mj.**

Susjeda me noću pozvala jer je ostala sama sa unučicom, a ona ima temperaturu 39,4 unatoč svemu što je primjenila i znala (po zanimanju magistar farmacije). Pomislila sam što mogu učiniti osim pregledati dijete. Ponijela sam magnetsko srce. Dijete je „gorilo“, teško disalo i plakalo. Pregledom nisam ništa ustanovila. Tada sam, uz malo čudan pogled bake, ali ipak uz njen pristanak, stavila magnetsko srce nad ono malo Lanino „uznemireno“ srčeko. Naizmjenice smo držale Lanu i nakon dva sata se počela smirivati nakon čega je i zaspala. Puls se snizio na sto otkucaja u minuti, a temperatura na 37,4. Koje olakšanje! Moram reći da je to bilo u početku moje magnetske karijere. Sutradan se baka nije javljala, pa sam je ja nazvala poslijepodne. Rekla je da je Lana mirna i dobro, temperatura 37,2. Za tri dana Lana je bila sasvim zdrava.

### **Drago, 56 god.**

Operiran zbog melanoma leđa. Provedena je kemoterapija u dva navrata, a ostala je opća slabost organizma, glavobolje, proljevi, bolovi u potkoljenicama. Kontrolnim pregledom, uključujući i magnetsku rezonanciju, nisu nađene nikakve promjene osim blage anemije. Pitao me da li bi on smio nositi magnete koje ima i njegov susjed. Da. I to odmah, i to postepeno. Magnetska narukvica, pa magnetski štapić za vodu, pa magnetske nanožnice na obje noge i magnetsko srce na tjeme, s time da ga premješta tamo gdje osjeti bilo kakve smetnje. Povremeno me nazvao telefonom i postavio uvijek isto pitanje: „Da li je moguće da se ja bolje osjećam zbog magneta. Ja sam jučer obrezao živicu, na užas moje žene, a ranije sam bez umora mogao jedino prošetati pedesetak metara?“. Pri zadnjem pozivu mi je rekao da je stalno gladan, stalno nešto pomalo radi, a oporavio se sedam kila.

Mogla bih Vam napisati mnogo toga no sve se svodi na to da Vam zaželim dobro zdravlje, ono koje ste sačuvali počevši nositi magnete, a naizgled „bez razloga“, za bolje osjećanje. Što se duže bavim magnetima i skupljam vlastita iskustva kao i iz literature, mislim da nisu uzalud često nazvani lijekom.

Prim. dr. Ana Švast Singer