



Imunitní systém člověka

Prim. MUDr. David Kasal

Dobrý den vážení LR partneři,

opět nám nastává podzimní období a současně máme krátce po posledních lékařských seminářích v letošním roce, které byly zaměřeny na téma imunitního systému, nebo-li obranyschopnosti organismu, jeho ovlivňování pozitivním i negativním směrem s důrazem na respirační infekce v dětském věku i u dospělých. Jedna část byla věnovaná i onkologické problematice a o té se zmíní ve svém článku kolega prim. MUDr. Čarvaš. Dále jsme vás seznámili s našimi prostředky, kterými můžeme účelně a rychle ovlivňovat opakovanou nemocnost, či chřipkové nebo virové stavy, které patří k podzimu stejně, jako opadávající listí ze stromů.

I když na seminářích bylo velké množství lidí, je vhodné tyto informace i kazuistiku prezentovat na stránkách magazínu, aby je mohla široká základna poradců využít v nastávajících podzimních a zimních měsících k řešení problémů u svých klientů.

Imunitní systém, nebo jinak řečeno obranyschopnost člověka velmi složitý a dynamicky se vyvíjející systém hlavně v prvních měsících a letech po narození, vývoj je ale ovlivňovaný po celý náš život. Vlivy, které imunitní systém ovlivňují jsou různorodé a mohou se podílet jednak na jeho rozvoji a posilování, ale jsou naopak vlivy, které mohou správnou odpověď organismu blokovat, nebo poškozovat. Součástí obranyschopnosti organismu jsou orgány našeho těla, jako brzlík (jen u dětí do 1 roku) dále slezina, kostní dřeň, uzliny a mízní cévy, které se společně s bílými krvinkami (leukocyty) a protilátkami (imunoglobuliny) podílejí na vyhledávání patogenu (bakterie, viru, plísň, parazita) v organismu a komplexními imunologickým ději se ho snaží eliminovat z těla.

Abychom měli imunitní systém silný a účinný, měl by mít vytvořené podmínky již od narození – tzn. děti krátce po porodu přikládat k prsu matky, kdy dojde k osídlení do té doby „sterilního“ těla přátelskými bakteriemi žijícími na matce, popřípadě otci, pokud se jedná o operační porod. Děti by měli být kojeny – nejen pro adekvátní výživu, ale mateřské mléko obsahuje podobně jako **Colostrum** řadu imunologicky aktivních látek. Důležitou součástí podpory rozvoje obranyschopnosti je i pravidelný a dostatečný přísun probiotik a prebiotik, které podle posledních vědeckých studií mají výrazný vliv na utváření a kompletování imunitního systému a pokud chybí, může docházet k rozvoji mnoha chronických chorob. Pro správné fungování našeho těla a jeho obrany jsou nezbytné ale i další látky, které se stále více jeví jako nepostradatelné ve stravě - polysacharidy, nenasycené mastné kyseliny, vitaminy, enzymy, stopové látky. Naopak negativně rozvoj imunitního systému ovlivňuje strava s nedostatkem těchto látek, kalorická strava, nepřiměřený stres, opakovaně podávaná antibiotika, nepřiměřená – přehnaná hygiena, nebo izolace jedince od kolektivu, nebo odmítání očkování, což vše vede k omezení „třénování imunitního systému“ a jeho „zlenivění“. Výsledkem je nejen opakovaná nemocnost jak v dětském věku – nejčastěji v předškolním věku, ale i u dospělých, u kterých se stále častěji setkáváme s únavovým syndromem, chlamydiovými infekcemi, častými virózami. Dochází ale i k enormnímu nárůstu nepřiměřených reakcí (alergických stavů) na zevní prostředí (pyly, roztoči, srsti zvířat...), silné alergické reakce na běžné potraviny (mléko, ovoce, zelenina...). Velmi smutný je i výrazný nárůst autoimunitních onemocnění, které se navíc přesouvají do velmi nízkého věku, kdy nyní již není překvapením diabetik 18 měsíční, nebo 3-4 leté děti s Crohnovou chorobou nebo rozvojem nádorových onemocnění. Tam všude se uplatňuje imunitní systém, a proto je velmi důležité mu pomáhat ze všech sil, aby reagoval pokud

možno co nejlépe.

Vysvětlit jednoduše složitý imunitní systém v současné době je téměř nemožné, ale pokusil jsem se nastínit, kde může být problém, a jak relativně málo můžeme udělat, abychom ho poměrně lehce pozitivně ovlivnili díky našim úžasným potravinovým doplňkům.

U opakované nemocnosti a platí to jak pro děti, tak i pro dospělé, jsou vhodné následující prostředky, které je možné použít samostatně, nebo je podle příznaků onemocnění i kombinovat. Mezi ně patří **Aloe Vera (nápoj, AV spray), Colostrum, Reishi, Cistus incanus (spray, tablety)**, jako pomocný i **Omega 3 aktiv**.

Akutní respirační a průjemová onemocnění

Pro současné podzimní a zimní období jsou typická akutní respirační onemocnění, která se projevují jako rýmy, bolesti v krku (angíny), pálení v krku při polykání (záněty nosohltanu), chřipky, virové infekce (infekční mononukleóza, virové střevní průjmy), samozřejmě i kašel (při viróze, laryngitidě, tracheitidě, nebo zápalu plic) – tedy pro akutní infekční stavy je na prvním místě **Colostrum** doplněno o lokální aplikaci podle příznaků – **AV spray** (do nosu, krku) nebo **Cistus incanus spray** (do krku). Čím dříve od příznaků nasadíme výše jmenované preparáty, tím rychlejší je účinek. Z hlediska dávkování **Colostru** u akutního onemocnění není problém podání vyšších dávek (3 x 1 až 3 x 2 cps u dospělých, resp. 4 x 5 až 4 x 10 ml u dětí). Samozřejmě i dospělý může užívat tekutou formu **Colostru**. Lokální aplikace správně do dutiny ústní i několikrát denně (3-8x), záleží na tíži obtíží. U komplikovaných stavů můžeme zvážit podání **Reishi**.

U průjemových onemocnění je výborná kombinace **Colostrum** a **Probiotic 12** s dávkováním: Děti do 1 do 4 let 2 x ½ cps (vysypat na lžičku s trochou vlažného mléka, čaje nebo šťávy), od 5 let 1 x 1 cps (možno vysypat nebo přímo spolknout) u dospělého (od 12 let) 1 x 1 až 2 x 1 cps dle intenzity průjmu.

Opakovaná sezónní nemocnost dětí

Pro typicky opakovanou nemocnost v dětském věku, která se objevuje nejčastěji s nástupem do mateřské školy (v září, říjnu) a dítě je opakovaně nemocné často v 2 týdenních intervalech, typicky opakovaně léčené ATB (a často zbytečně) je vhodné jej zajistit již 2 – 3 týdny před nástupem do mateřské školky **Aloe vera broskev** v dávce 1 ml/kg rozděleno na 2 denní části, lokálně lze aplikovat **AV Spray první pomoci** do krku nebo i nosu 2x denně (pokud to dítě snese – mám 3 leté děti, které si spray do nosu aplikují samy). Akutní