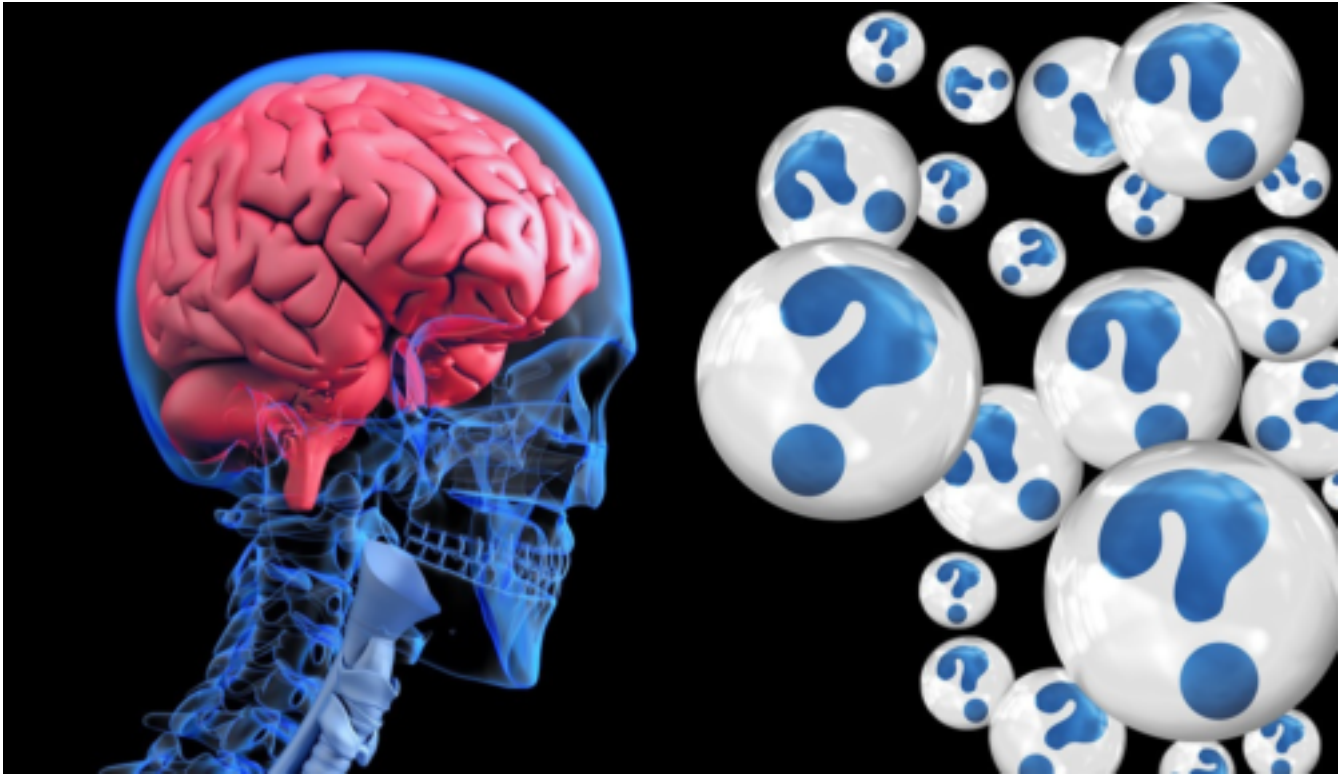


Medycyna Komórkowa

MONDAY, SEPTEMBER 9, 2024 • NOWY SYSTEM OPIEKI ZDROWOTNEJ • MEDYCINA-KOMORKOWA.COM



CHOROBA ALZHEIMERA: terapie żywieniowe

Andrew W. Saul

Na początek bardzo dobra wiadomość:

Niacyna zatrzymuje i odwraca chorobę Alzheimerera.

Dawka odpowiadająca 2 000 do 3 000 mg witaminy B3 dziennie podawana myszom z chorobą Alzheimerera.

Jeden z badaczy stwierdził: "Pod względem poznawczym byli wyleczeni. Działali tak, jakby nigdy nie zachorowali".

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v04n25.shtml>

Zobacz także:

Odwrócenie choroby Alzheimerera i optymalizacja zdrowia mózgu za pomocą medycyny ortomolekularnej, Benjamin I.

Brown, ND. Journal of Orthomolecular Medicine 2019, 34:1.

<https://isom.ca/article/reversal-alzheimers-disease-optimization-brain-health-orthomolecular-medicine/>

Witaminy pomagają zapobiegać chorobie Alzheimerera: Media ignorują korzyści płynące ze stosowania suplementów... ponownie. Orthomolecular Medicine News Service, 20 grudnia 2013

r. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v09n30.shtml>

Cholina

Pacjenci z chorobą Alzheimerera mają niedobór neuroprzekaźnika acetylocholinę, ponieważ mają niedobór enzymu acetylotransferazy cholinowej, niezbędnego do jego produkcji. Powoduje to ograniczenie produkcji i obecności acetylocholinę w mózgu. Istnieje jednak sposób na obejście tego problemu: zwiększenie ilości cholinę w diecie podnosi poziom acetylocholinę we krwi i mózgu. Cholina jest łatwo dostępna w taniej lecytynie bez recepty.

Duża ilość cholinę (z lecytyny) jest niezbędna do uzyskania wyników klinicznych. Lecytyna jest nietoksyczna.

Little, et al (1985) A double-blind, placebo controlled trial of high dose lecithin in Alzheimer's disease. J Neurology, Neurosurgery and Psychiatry, 48: 736-742.

Uzupełniająca lecytyna okazała się obiecująca w leczeniu choroby Alzheimerera ... czterdzieści lat temu. W Geriatrics, w lipcu 1979 roku, lecytyna została zastosowana jako terapia w walce z utratą pamięci. Badania przeprowadzone na

MIT wykazały wzrost zarówno choliny, jak i istotnego neuroprzekaźnika acetylocholinę w mózgu zwierząt po zaledwie JEDNYM posiłku z lecytyną. (Today's Living, luty 1982) <http://www.doctoryourself.com/nerves.html>

Ważne jest, aby stosować wystarczającą ilość lecytyny, aby mieć rozsądną nadzieję na sukces. Możesz osobiście spróbować zażywać kilka łyżek granulek lecytyny. Zauważyłeś coś? Myślę, że można poczuć wzrost świadomości. Prawdopodobnie jest to efekt działania acetylocholinę. Pomyśl, co to może zrobić dla pacjenta z chorobą Alzheimera. Lecytyna jest bardzo bezpieczną substancją: trudno jest zaszkodzić sobie niezbędnymi kwasami tłuszczowymi i choliną. Wypróbuj granulki lecytyny w jogurcie, w owocowym smoothie lub, jeśli jesteś naprawdę nowy w tym wszystkim, na lodach.

<http://doctoryourself.com/lecithin.html>

Witamina B-12

Niedobór witaminy B-12 może być mylony z chorobą Alzheimera, a nawet ją powodować. Niedobór B-12 jest łatwy do wystąpienia u osób starszych: zła dieta; słabe wchłanianie jelitowe (z powodu mniejszej ilości czynnika wewnętrznego wydzielanego przez żołądek w starzejącym się ciele i prawdopodobnie z powodu niedoboru wapnia); operacja przewodu pokarmowego; ingerencja farmaceutyczna, zwłaszcza Dilantin (fenytoina); i stres zmniejszają poziom B-12. Aby uzyskać dokładne odczyty B-12, konieczne jest zmierzenie płynu mózgowo-rdzeniowego, a nie krwi.

Dommissie, John (1990) Organic mania induced by phenytoin. Can J Psychiatry. 35:5, June.

Dommissie, John (1991) Subtle vitamin B-12 deficiency and psychiatry: a largely unnoticed but devastating relationship? Med Hypotheses. 34:131-140.

Nawet marginalny niedobór B-12 przez długi okres czasu powoduje zwiększone ryzyko choroby Alzheimera.

Blisko trzy czwarte osób starszych z niedoborem witaminy B-12 również cierpi na chorobę Alzheimera.

Garrison, Jr Robert H. and Somer, Elizabeth (1990) The Nutrition Desk Reference. New Canaan, CT: Keats, p 211.

Wiele popularnych planów dietetycznych ma niedobór witaminy B-12, w tym między innymi diety Pritikin, Scarsdale i Beverly Hills. Osoby starsze często stosują dietę nie mając takiego zamiaru, po prostu dlatego, że ich normalny apetyt i funkcje smakowe są ograniczone. Czynniki emocjonalne, takie jak izolacja, smutek i depresja również przyczyniają się do niewystarczającego spożycia żywności, a tym samym niezdrowo niskiego spożycia B-12. Co gorsza, sam niedobór B-12 powoduje dalszą utratę apetytu. Objawy niedoboru B-12 przypominają choroby takie jak Alzheimer: ataksja, zmęczenie, spowolnienie myślenia, apatia, wychudzenie, zwyrodnienie rdzenia kręgowego, zawroty głowy, złe samopoczucie, dezorientacja, pobudzenie, urojenia, halucynacje i psychoza.

Zaleca się podawanie witaminy B-12 we wstrzyknięciach lub donosowo, ponieważ wchłanianie doustne jest słabe. Nie jest znana toksyczność witaminy B-12. Minimalna dzienna dawka terapeutyczna wynosi prawdopodobnie 100 mikrogramów, a dawka bliższa 1000 mcg dziennie może być bardziej skuteczna. 1000 mcg brzmi jak dużo, ale w rzeczywistości jest to tyle samo, co jeden miligram, czyli około jedna tysięczna ćwierć łyżeczki do herbaty.

Fisher and Lachance (1985) Nutrition evaluation of published weight reducing diets. J Amer Dietetic Assn, 85(4) 450-54.

Goldberg, Donald (1985) Newsletter. 33, September.

Witaminy przeciwutleniające, takie jak witamina E i karoten, mogą spowalniać lub zapobiegać chorobie Alzheimera. Pacjenci z chorobą Alzheimera mają nienormalnie niskie mierzalne poziomy tych składników odżywczych w organizmie. Może to wynikać po prostu z tego, że nie odżywiają się dobrze lub z tego, że choroba zwiększa ich zapotrzebowanie na składniki odżywcze.

Badanie przeprowadzone na Uniwersytecie Columbia wykazało, że postęp choroby Alzheimera został znacznie spowolniony u pacjentów przyjmujących wysokie dzienne dawki (2000 IU) witaminy E przez dwa lata. Witamina działała lepiej niż lek selegilina. Pacjenci biorący udział w badaniu nad chorobą Alzheimera dobrze tolerowali przyjmowane dawki witaminy E. Być może prawdziwą historią jest to, że 2000 IU dziennie przez dwa lata jest bezpieczne dla osób starszych.

Sano M, Ernesto C, Thomas RG, Klauber MR, Schafer K, Grundman M, Woodbury P, Growdon J, Cotman CW, Pfeiffer E, Schneider LS, Thal LJ. A controlled trial of selegiline, alpha-tocopherol, or both as treatment for Alzheimer's disease. The Alzheimer's Disease Cooperative Study. N Engl J Med. Apr 24; 336(17):1216-22. 1997.

Witamina C, kwas foliowy i niacyna, a także inne składniki odżywcze, mogą również odgrywać ważną rolę w zwalczaniu choroby Alzheimera.

Balch, J. F. and Balch, P. A. (1990) Prescription for Nutritional Healing. Garden City Park, NY: Avery Publishing, p 87-90. (Has a very good section on AD.)

Kushnir, S. L.; Ratner, J. T. and Gregoire, P.A. (1987) Multiple nutrients in the treatment of Alzheimer's disease. Amer Geriatrics Soc J, 35(5):476-477, May.

Witamina C i tyrozyna

Zwiększenie poziomu neuroprzekaźnika noradrenaliny w organizmie może również pomóc pacjentom z chorobą Alzheimera. Norepinefryna jest wytwarzana z aminokwasu tyrozyny, który powstaje z fenyloalaniny. Dostajemy dużo fenyloalaniny z białka w naszej diecie, jeśli jemy pokarmy białkowe, ale konwersja do tyrozyny i ostatecznie noradrenaliny może nie mieć miejsca, jeśli występuje niedobór innego koenzymu: witaminy C. Witamina C zwiększa

produkcję noradrenaliny. Witamina C może zatem mieć szczególną wartość w leczeniu AZS.

Toksyczność aluminium

Niezamierzone spożycie aluminium może również zwiększać ryzyko zachorowania na chorobę Alzheimera. Aluminiowe naczynia kuchenne, folia aluminiowa, leki zobojętniające sok żołądkowy, doustne płyny do płukania gardła, buforowana aspiryna, a nawet dezodoranty antyperspiracyjne mogą przyczyniać się do tego problemu.

Wykazano, że pojedynczy aluminiowy dzbanek do kawy w niewidoczny sposób dodaje ponad 1600 mcg aluminium na litr wody. To o 3200% więcej niż ustalony przez Światową Organizację Zdrowia cel 50 mcg na litr. Wiadomo, że aluminium gromadzi się w tkankach ciała osób z chorobą Alzheimera, chorobą Parkinsona i stwardnieniem zanikowym bocznym. Aluminium jest znaną neurotoksyną. Aluminium jest również składnikiem tzw. srebrnych amalgamatowych wypełnień dentystycznych. Wypełnienia kompozytowe (białe) nie zawierają aluminium (ani rtęci). Większość proszków do pieczenia zawiera aluminium. Proszek do pieczenia marki Rumford jednak go nie zawiera. Nie zawiera go również soda oczyszczona, która jest zupełnie inną substancją.

Jackson, J. A.; Riordan, H. D. and Poling, C. M. (1989) Aluminum from a coffee pot. Lancet, I (8641) 781-782, April 8.

Wiadomo, że sztuczna dializa nerek powoduje demencję dializacyjną, czyli stan dezorientacji spowodowany nadmiarem aluminium w krwiobiegu. Zwierzęta, którym wstrzyknięto związki glinu, również wykazują zaburzenia układu nerwowego. I odwrotnie, choroba Alzheimera może być leczona środkami wiążącymi metale (chelatującymi), takimi jak desferrioksamina, które usuwają aluminium z krwiobiegu. W odpowiednio wysokich dawkach witamina C jest również skutecznym środkiem chelatującym.

Przeprowadzono wiele badań nad związkiem toksyczności aluminium z chorobą Alzheimera. Wyszukiwanie w Medline szybko ujawni dużą liczbę odniesień na ten temat. Niektóre przykłady obejmują:

Martyn, C. N.; Barker, D. J.; Osmond, C.; Harris, E. C.; Edwardson, J.A. and Lacey, R. F. (1989) Geographical relation between Alzheimer's disease and aluminum in drinking water. Lancet, I (8629): 59-62, Jan 14.

McLachlan, D. R.; Kruck, T.P. and Lukiw, W. J. (1991) Would decreased aluminum ingestion reduce the incidence of Alzheimer's disease? Can Med Assn J, Oct 1.

Wapń i magnez znacznie spowalniają wchłanianie aluminium i to dobrze. Suplementacja 800 mg wapnia i 400 mg magnezu dziennie może być terapeutyczna dla pacjentów z chorobą Alzheimera. Oto dwie ciekawe prezentacje na ten temat:

Garrison, Jr Robert H. and Somer, Elizabeth (1990) Nutrition Desk Reference. New Canaan, CT: Keats, p 78-79; 106; 210-211.

Weiner, Michael A. (1990) Aluminum and dietary factors in Alzheimer's disease. J Orthomolecular Med, 5(2):74-78.

Toksyczność ołowiu

Dooley, Erin E. (2000) Powiązanie ołowiu z chorobą Alzheimera. In: Environmental Health Perspectives 108 (10) October, pisze:

"Naukowcy z Case Western Reserve University i University Hospitals przedstawili na dorocznym spotkaniu Amerykańskiej Akademii Neurologii w kwietniu 2000 r. dowody na to, że osoby, które wykonywały pracę narażoną na wysoki poziom ołowiu, mają 3,4 razy większe prawdopodobieństwo zachorowania na chorobę Alzheimera".

Ludzie mogą być narażeni na działanie ołowiu w pracy poprzez wdychanie pyłu ołowiu lub poprzez bezpośredni kontakt ze skórą.

Ołów ma niekorzystny wpływ na rozwój i funkcjonowanie mózgu, nawet przy bardzo niskim poziomie ekspozycji. Ołów, niestety, przenika do naszego środowiska z powodu dziesięcioleci dodawania go do benzyny. Dobrą wiadomością jest to, że bardzo wysokie dawki witaminy C pomagają organizmowi szybko wydaląć ołów.

Dlatego agresywne stosowanie żywienia terapeutycznego może znacznie zmniejszyć częstość występowania i nasilenie choroby Alzheimera.

"(Badania) sugerują, że gdyby każdy rozpoczął dobry program żywieniowy uzupełniony optymalnymi dawkami witamin i minerałów przed ukończeniem pięćdziesiątego roku życia i pozostał na nim, częstość występowania choroby Alzheimera gwałtownie by spadła".

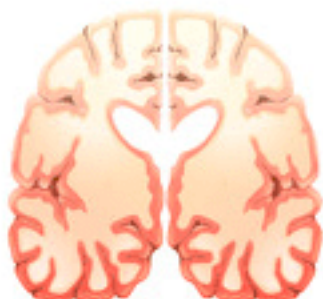
(Psychiatrist Abram Hoffer, MD, PhD) http://www.doctoryourself.com/hoffer_psychosis.html Hoffer A: A case of Alzheimer's treated with nutrients. *J Orthomolecular Medicine* 8:43-44, 1993. Also: Hoffer A: Alzheimer's - An Anecdote (letter) *Townsend Letter for Doctors and Patients*, No.179, 107-109, 1998.

FAKT: Ponad połowa łóżek w domach opieki jest zajęta przez pacjentów z chorobą Alzheimera.

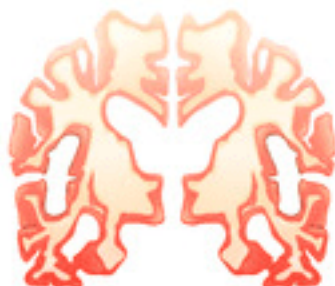
FAKT: Choroba Alzheimera jest zabójcą numer 4 wśród Amerykanów, powodując ponad 100 000 zgonów każdego roku w samych Stanach Zjednoczonych.

Źródło: <http://www.doctoryourself.com/alzheimer.html>

Choroba Alzheimera



Zdrowy mózg



Łagodny Alzheimer



Poważny Alzheimer

Choroba Alzheimera - przywracanie zdrowia na podstawie badań naukowych

Choroba Alzheimera wiąże się z niskim stężeniem witaminy E w surowicy u osób starszych

Tytuł: Czy niski poziom witaminy E w surowicy zwiększa ryzyko choroby Alzheimera u osób starszych? Dowody z metaanalizy badań kliniczno-kontrolnych.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28833475/>

Wniosek: **Choroba Alzheimera wiąże się z niskim stężeniem witaminy E w surowicy u osób starszych.** Należy jednak przeprowadzić niezbędne prospektywne badania kohortowe w celu określenia ryzyka witaminy E w surowicy w przypadku choroby Alzheimera w przyszłości.

Dostępne dane wskazują, że niższy poziom witaminy D może być związany ze zwiększonym ryzykiem rozwoju choroby Alzheimera i demencji

Tytuł: Niedobór witaminy D jest związany ze zwiększonym ryzykiem choroby Alzheimera i demencji: dowody z metaanalizy.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26231781/>

Wniosek: **Dostępne dane wskazują, że niższy poziom witaminy D może być związany ze zwiększonym ryzykiem rozwoju choroby Alzheimera i demencji.** Potrzebne są dalsze badania w celu potwierdzenia powiązań i oceny korzystnych skutków suplementacji witaminy D w zapobieganiu chorobie Alzheimera i demencji.

Ta metaanaliza dostarczyła dowodów na to, że melatonina poprawia jakość snu u pacjentów z chorobą Alzheimera i Parkinsona

Tytuł: Egzogenna melatonina na zaburzenia snu w chorobach neurodegeneracyjnych: metaanaliza randomizowanych badań klinicznych.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26255301/>

Wniosek: Ta metaanaliza dostarczyła pewnych dowodów na to, że **melatonina poprawia jakość snu u pacjentów z chorobą Alzheimera i Parkinsona.** Melatonina może być rozważana jako jedyna lub dodatkowa terapia u pacjentów z zaburzeniami neurodegeneracyjnymi podczas snu.

Formuła multiwitaminowa ma wartość terapeutyczną w przypadku choroby Alzheimera w stadium od umiarkowanego do zaawansowanego

Tytuł: Skuteczność preparatu witaminowo-odżywczego w umiarkowanym lub późniejszym stadium choroby Alzheimera: badanie pilotażowe kontrolowane placebo.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19056706/>

Wniosek: **Badania wykazały skuteczność preparatu witaminowo-odżywczego (kwas foliowy, witamina B12, alfa-tokoferol, S-adenozylometionina, N-acetylocysteina i acetylo-L-karnityna) w łagodnej i umiarkowanej chorobie Alzheimera.**

Akupunktura jest bezpieczna i skuteczna w poprawie funkcji poznawczych i globalnego stanu klinicznego choroby Alzheimera

Tytuł: Akupunktura dla pacjentów z łagodną lub umiarkowaną chorobą Alzheimera: randomizowane, kontrolowane badanie.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29284465/>

Wniosek: **Akupunktura jest bezpieczna, dobrze tolerowana i skuteczna w poprawie funkcji poznawczych w chorobie Alzheimera.**

Kwas askorbinowy łagodzi deficyty behawioralne i zmiany neuropatologiczne w szczurzym modelu choroby Alzheimera

Tytuł: Kwas askorbinowy łagodzi deficyty behawioralne i zmiany neuropatologiczne w szczurzym modelu choroby Alzheimera.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28192749/>

Wniosek: Odkrycia te sugerują, że **uzupełnianie endogennej zdolności kwasu askorbinowego poprzez jego przyjmowanie farmakologiczne może hamować postęp procesów neurodegeneracyjnych związanych z chorobą Alzheimera i zmianami behawioralnymi.**

Astaksantyna i kwas dokozaheksaenowy mogą być potencjalną kombinacją terapeutyczną w chorobie Alzheimera
Tytuł: Wpływ astaksantyny i kwasu dokozaheksaenowego na chorobę Alzheimera u podwójnie transgenicznych myszy APP/PS1.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29695154/>

Wniosek: Odkrycia sugerowały, że **astaksantyna i kwas dokozaheksaenowy osłabiają zaburzenia poznawcze poprzez zmniejszanie cech patologicznych u myszy APP/PS1, co sugeruje, że mogą być potencjalnym środkiem terapeutycznym w chorobie Alzheimera.**

Bakopa wzmacnia funkcje poznawcze i chroni przed neurodegeneracją w modelu choroby Alzheimera

Tytuł: Wzmocnienie poznawcze i działanie neuroprotektyjne Bakopy drobnolistnej w modelu choroby Alzheimera.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19808086/>

Wniosek: Te odkrycia sugerują, że **Bakopa drobnolistna jest potencjalnym środkiem wzmacniającym funkcje poznawcze i neuroprotektynym przeciwko chorobie Alzheimera.**

Berberyna poprawia deficyty behawioralne i poznawcze w mysim modelu choroby Alzheimera

Tytuł: Berberyna poprawia deficyty behawioralne i poznawcze w mysim modelu choroby Alzheimera poprzez regulację produkcji β -amyloidu i stresu retikulum endoplazmatycznego.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33983710/>

Wniosek: **Badanie pokazuje potencjał terapeutyczny berberyny w leczeniu choroby Alzheimera.**

Koenzym Q10 ma wartość terapeutyczną, jak wykazano w transgenicznym modelu zwierzęcym choroby Alzheimera

Tytuł: Koenzym Q10 zmniejsza patologię amyloidu i poprawia zachowanie w transgenicznym mysim modelu choroby Alzheimera.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21799249/>

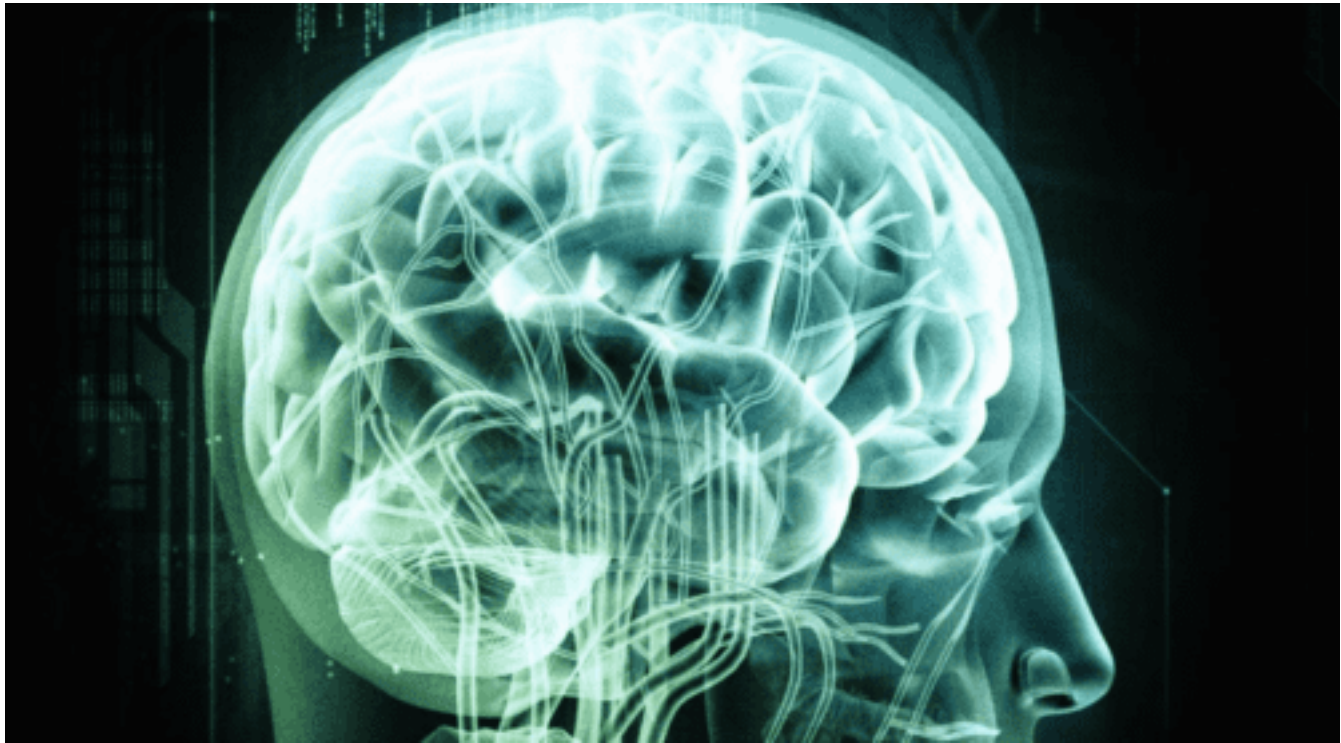
Wniosek: **Wyniki pokazują zmniejszoną patologię i lepsze zachowanie u transgenicznych myszy w chorobie Alzheimera leczonych koenzymem Q10 - naturalnym związkiem przeciwutleniającym.** Koenzym Q10 jest dobrze tolerowany przez ludzi i może być obiecujący w badaniach terapeutycznych w chorobie Alzheimera.

Ekstrakt z zielonej herbaty (EGCG) łagodzi deficyty neurobehawioralne wywołane przez chlorek glinu

Tytuł: Ekstrakt z zielonej herbaty (EGCG) łagodzi deficyty neurobehawioralne wywołane przez chlorek glinu, amyloid beta-amyloidu i patologię białka Tau w szczurzym modelu choroby Alzheimera.

Źródło: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30150930/>

Wniosek: Badanie to wzmacnia hipotezę, że **ekstrakt z zielonej herbaty (EGCG) może odwrócić proces utraty pamięci, tworzenia się blaszek neurytowych i splotków neurofibrylarnych.**



Witaminy z grupy B i kwasy omega-3 mogą powstrzymać rozwój choroby Alzheimera

Nowe badanie opublikowane w "American Journal of Clinical Nutrition" wykazało, że suplementy mogą powstrzymać rozwój choroby Alzheimera. Badanie przeprowadzono przez naukowców z Uniwersytetu Oksfordzkiego w Wielkiej Brytanii, na 168 starszych osobach przez okres dwóch lat. Wyniki wykazały, że wysokie poziomy kwasów tłuszczowych omega-3 i suplementacja witaminami z grupy B, zapobiegały kurczeniu się mózgu. Jest to potencjalnie przełomowy postęp w kontroli choroby Alzheimera, a to wszystko dzięki zastosowaniu odpowiedniego typu synergii mikrośkładników odżywczych.

Profesor David Smith, opisał odkrycie tego badania jako „bardzo ważne i ekscytujące”. Wyjaśnił, że coś tak prostego, jak utrzymywanie wysokich poziomów kwasów omega-3 uzupełniana witaminami z grupy B, może radykalnie zmniejszyć ryzyko rozwoju choroby Alzheimera. Uważa, że pacjenci wykazujący wczesne oznaki otępienia powinni natychmiast otrzymać kwasy tłuszczowe omega-3 i witaminy B6, B12 i kwas foliowy. Uważa również, że podejście to powinno zostać przyjęte przez brytyjską Narodową Służbę Zdrowia.

Medycyna konwencjonalna nie radzi sobie z tą chorobą

Konwencjonalne podejście do kontrolowania choroby Alzheimera, oparte na zastosowaniu opatentowanych leków farmaceutycznych, całkowicie się nie powiodło. W ostatnich latach badania leków wspierane przez firmy, w tym Pfizer, Elan, Johnson & Johnson, Eli Lilly i inne, nie tylko nie wykazały żadnego wpływu na objawy choroby Alzheimera, ale w niektórych przypadkach nawet je pogorszyły.

Tymczasem lista badań klinicznych dokumentujących ogromne znaczenie mikroelementów i żywienia w utrzymaniu optymalnego zdrowia, jest coraz dłuższa. Mimo to, nadal nieznaną jest milionom pacjentów na całym świecie, naturalny sposób leczenia wiele różnych chorób. Bo witaminy i inne naturalne mikroelementy nie mogą być opatentowane.

Wiedza ta została ukryta a nawet zablokowana, w interesie i na rzecz biznesu farmaceutycznego wartego biliona

dolarów rocznie. W ciągu ostatnich dziesięcioleci wpływ tego biznesu przeniknął szkoły medyczne, media i polityków na całym świecie. Ale wraz z publikacją tego nowego badania Alzheimera lekarze, dziennikarze i politycy będą zmuszeni skonfrontować się z rzeczywistością, że mogli się mylić. Podobnie pacjenci, którzy dowiedzą się, że w przypadku tej choroby oraz wielu innych, istnieje naturalne leczenie. Do tego leczenie, które jest zarówno bezpieczne i skuteczne.

Jak pokazuje to badanie, powoli staje się możliwe wprowadzenie nowego globalnego systemu opieki zdrowotnej. Jeśli wystarczająco dużo z nas pracuje w tym kierunku, to jest tylko kwestia czasu.

Źródło: <https://www.dr-rath-foundation.org/2015/04/new-study-shows-supplements-of-b-vitamins-and-omega-3-can-stop-development-of-alzheimers-disease>
