

大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

毒素致肥？

(本文曾刊載於二零零九年四月八日大公報 A27 版)

近年來，大腸癌躍升為第二大殺手，已經是不爭的事實。在亞洲地區的城市當中，香港的癌症死亡率處於一個相當高的水平。

如果你定期進行浣腸水療，可能會降低患上大腸癌的風險。因為沒有可能去進行模擬浣腸但又可以令人覺得是真的，所以無法用雙重盲障的臨床研究來證實浣腸水療的功效。反之，這其實只是一般常識，就好像經常刷牙應該可以減低蛀牙的機會一樣。

但是，浣腸水療真的可以減輕體重嗎？

一些經常浣腸的人認為，浣腸水療令他們感覺身體更輕盈、精力更充沛。

體內毒素上升可致肥胖

有沒有可能是那些有毒物質，例如化學品和其他污染物質令到你發胖呢？說對了！新發現的證據正是指出，你身體之內的毒素含量水平上升，可能會導致令人生厭的肥胖。

你知道嗎？研究指出，你每日吃的食物和吸入的空氣等等，都含有很多種有毒化學品和污染物，但是你的身體無法排出全部的雜質和毒素。日常生活中，你已經不能避免污染物的包圍，它們埋伏在空氣、水、食物和周圍的環境當中。這些毒素在你的細胞、組織，血液和器官之中日積月累 - 當它們累積到一個稍為偏高的份量的時候，可以造成肥胖和任何形式的健康問題。

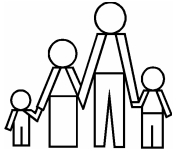
殺蟲劑清潔液是元兇

任何引起細胞發炎和產生自由基的物質都是毒素，包括殺蟲劑在內。殺蟲劑隱藏在食物之中，被你吃進身體，也隱藏於很多園藝和日常清潔用品之內。它們都儲存在你的器官裏面，例如肝臟 - 和脂肪細胞 - 你甚至可能早在兒童時期已經受到殺蟲劑的合成化學品影響。且讓我分享一個實例。

在西班牙東南部，關於兒童可能受到類似殺蟲劑這類化學品的危害，研究人員做了一些實地測量。他們發現在接近地中海沿岸的地區，有大規模的塑料溫室農場坐落於民居旁邊。而在這些農場，農民隨意地施放殺蟲劑。研究人員從當地兒童身上抽取脂肪組織樣本來進行殘餘農藥測試，結果發現了 14 種不同的殺蟲劑！在接受研究的 113 個樣本當中，其中 43 個 - 即是百分之 38 - 發現含有一種或者多種農藥。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、浣腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

服營養劑洗腸或助排毒

不過，我們不是可以將脂肪燃燒，又同時解決毒素導致的任何健康問題嗎？錯了！如果你沒有擺脫那些毒素，即使你減輕體重，它們仍然能夠影響你的新陳代謝率，並且會引起其他健康問題。我建議你服用那些含有 EDTA（乙二胺四醋酸）的優質營養補充劑，幫助排毒。

如果你享受定期洗腸帶來的美好感覺，應該持續每星期最少一次。

每年應該進行清肝清膽 2 次至 4 次，幫助清除貯存在膽汁的脂溶性毒素。

享受蒸氣浴的時候，加入臭氧或者遠紅外線都是有效的排毒方法。每次療程過後，差不多即時就有良好的感覺。

爲了防範毒素侵入你的身體，可以試行以下的建議：

購買那些已經標示有機認證、不含激素或抗生素的食物。

檢查你家中的止汗劑、洗髮水和其他清潔劑，看看有那些可以轉換成有機產品或者至少成份是全天然的。

檢查一下家中使用的肥料、除草劑和殺蟲劑。你可能會驚訝地發現，原來附近的店舖已經有售賣比較安全的替代品了。

遵循以上的建議，你便能夠幫助保護身體，避免入侵的毒素損害健康，並且順便將多餘的磅數送走。還有，不要忘記服用 EDTA 營養補充劑，幫助身體驅除這些以爲已經找到居所的頑固侵略者。

大康自然健康中心主診醫生 袁大明
脊骨神經科，自然療法，同類療法，表列中醫生

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.