



J E A N  
C A R P E R

Tratamente  
și vindecări  
miraculoase



## CUPRINS

<i>Mulțumiri</i> .....	5
<i>Introducere</i>	
În căutarea adevărului despre remediile naturale .....	9
<i>Se apropie o revoluție:</i>	
Ce trebuie să știți pentru a participa la ea .....	17
Un energizant natural de excepție pentru cord	
Coenzima Q10 (Ubiquinona-10) .....	39
„Prozac“ din plante	
Sunătoarea ( <i>Hypericum perforatum</i> ) .....	53
Un remediu uimitor pentru tulburările de memorie	
( <i>Ginkgo biloba</i> ) .....	66
Remediul care realizează scăderea colesterolului și dezobstrucția arterelor	
(fibrele sau pectina de grepfrut) .....	80
Un antiinflamator natural contra migrenelor	
Iarba-fetei ( <i>Tanacetum parthenium</i> ) .....	92
Remediul minune pentru osteoartrită	
(Glucozamina) .....	101
Remediul care combate activ infecțiile	
( <i>Echinacea purpurea</i> ) .....	118
„Valium natural“	
( <i>Valeriana officinalis</i> ) .....	131

Extractul natural care protejează activ ficatul Armurariul ( <i>Silybum marianum</i> ) . . . . .	142
○ soluție neconvențională pentru rinita alergică (polenul de albine) . . . . .	155
○ cale naturală de combatere a grețurilor Ghimbirul ( <i>Zingiber officinale</i> ) . . . . .	163
Un tranchilizant exotic Kava ( <i>Piper methysticum</i> ) . . . . .	172
„Antalcool” vegetal Kudzu ( <i>Pueraria lobata</i> ) . . . . .	181
Remediul miraculos universal (uleiul de pește sau acizii grași omega-3) . . . . .	188
„Remediul de elecție” în adenomul de prostată Palmierul pitic ( <i>Serenoa repens</i> ) . . . . .	205
Remedii tradiționale surprinzătoare pentru gută Extractul din semințe de țelină ( <i>Apium graveolens</i> ) și extractul de cireșe ( <i>Prunus avium</i> ) . . . . .	216
○ soluție nouă pentru sindromul oboselii cronice Lemnul-dulce ( <i>Glycyrrhiza glabra</i> ) . . . . .	226
Un remediu vasculoprotector de excepție (extractul OPC din sămburi de struguri și Pycnogenolul) . . . . .	240
Terapia activă anticancer (dieta specifică și suplimentele nutritive) . . . . .	257
○ soluție necunoscută în terapia durerii Uleiul eteric de mentă ( <i>Oleum menthae piperitae</i> ) . . . . .	271
Remedii cu efect miraculos în afecțiunile cardiace Vitamina C (acidul L-ascorbic) Vitamina E (tocoferolii, tocotrienolii) . . . . .	282
<i>Informații și recomandări pentru consumator</i> . . . . .	296
<i>Bibliografie selectivă</i> . . . . .	307
<i>Indice</i> . . . . .	321



## **UN ENERGIZANT NATURAL DE EXCEPȚIE PENTRU CORD COENZIMA Q10 (UBIQUINONA-10)**

**Coenzima Q10 este un remediu foarte util în unele afecțiuni cardiace, folosit în lumea întreagă. Dacă medicul curant nu cunoaște detalii despre utilizarea lui, îl puteți procura și fără rețetă. Ar putea să vă salveze viața.**

**D**acă aveți probleme cardiace, ar trebui să aflați mai multe despre un remediu numit CoQ10. Există dovezi despre activitatea CoQ10 ca puternic energizant al celulelor miocardice, care poate oferi speranță milioanei de oameni afectați de unele boli cardiace, în special de insuficiența cardiacă congestivă, boală în care miocardul (țesutul muscular al inimii) își pierde treptat forța contractilă, ceea ce duce la deteriorarea funcției de pompă a cordului. Afecțiunea aceasta este foarte frecventă, mai ales la oamenii în vârstă, și uneori nu răspunde la tratamentul alopăt. Boala are cauze variate: hipertensiunea arterială care a evoluat pe o perioadă mai lungă, diabetul, infecțiile virale, abuzul de alcool și, cel mai adesea, un infarct, sau pur și simplu deteriorarea zilnică produsă de procesul înaintării în vârstă. Avariate, celulele miocardului nu mai pot genera suficientă energie pentru a realiza contracțiile eficiente care pompează sângele de la inimă spre restul organismului. Din cauza activității ineficiente a celulelor miocardului, fluxul

sangvin își reduce viteza, iar funcția cordului începe să devină insuficientă. „Propriu-zis, insuficiența cardiacă înseamnă o inimă lipsită de energie”, spune un cardiolog. Simptomele clasice includ: respirația „scurtă”, fatigabilitatea, acumularea de lichid în plămâni și umflarea, prin edeme, a gleznelor. Treptat, cordul suprasolicitat poate să cedeze, să nu mai reușească să își realizeze funcția, ceea ce duce la deteriorarea organismului și la deces. Insuficiența cardiacă congestivă este „epidemică” în țările din emisfera vestică. Ea reprezintă principala cauză de spitalizare a americanilor vârstnici. Tratamentul obișnuit include: medicamente cardiotonice (compuși sau derivați digitali), diuretice, vasodilatatoare și inhibitori ai enzimei de conversie a angiotensinei (IECA). Ultima soluție: transplantul de cord. Însă mai există un tratament folosit, cu mult succes, în toată lumea și care reenergizează inima prin stimularea celulelor miocardice. Se numește coenzima Q10 și a realizat minuni, după cum afirmă unii cardiologi.

### **SUSAN: O VINDECARE MIRACULOASĂ** ***Din anticamera morții, spre vindecare***

În octombrie 1994, Susan Porter\* era pe moarte din cauza insuficienței cardiace. „Se simțea îngrozitor, atât de slăbită încât de-abia se putea ridica în capul oaselor în pat”, spune fiica ei, Joan. „Mama nu mai putea să respire, era mereu obosită și avea mult lichid acumulat în plămâni. Am anulat petrecerea de aniversare a 50 de ani de căsnicie a părinților mei, fiindcă mama era mult prea slăbită pentru a participa, chiar și într-un scaun cu roțile. Era aproape de sfârșit și doctorii renunțaseră la orice speranță. Era prea în vârstă pentru a suporta un transplant de cord. Promise toate medicamentele necesare, dar nu se simțea deloc mai bine. Toți am crezut că nu va rezista până la Thanksgiving Day<sup>6</sup>.”

---

\* A fost folosit un pseudonim pentru a proteja confidențialitatea, însă toate informațiile medicale sunt exacte. (n.a.)

<sup>6</sup> Ziua Recunoștinței. (n. trad.)

După mulți ani în care suferise de hipertensiune, în urmă cu 19 ani, doamna Porter fusese diagnosticată cu insuficiență cardiacă congestivă. Cu ajutorul medicamentelor, printre care un IECA numit Capoten (Captopril) și doze crescute de diuretice, dusesse o viață foarte activă — până în ultimele 6 luni, când starea ei se deteriorase constant, ajungând la un stadiu în care viața ei era în pericol. Când dr. Stephen T. Sinatra, specializat în medicină internă și cardiologie, de la Manchester (Connecticut) Memorial Hospital, i-a revăzut fișa, a recunoscut că pacienta era într-un stadiu avansat, sever de insuficiență cardiacă congestivă. „Era o epavă, în ultimul stadiu de cașexie de cauză cardiacă — slăbiciune generală gravă și scădere în greutate severă”, spune doctorul. La 79 de ani, doamna Porter cântărea doar aproximativ 36 kg; „fracția de ejeție cardiacă” a inimii — care măsoară capacitatea de pompare — scăzuse până la 10–15% (normal este 50–70% pentru vârsta respectivă), ceea ce înseamnă că doar o cantitate mică de sânge cu oxigen ajungea la organele ei vitale. „Inima ei de-abia putea să pompeze puțin sânge pentru a-i susține viața, existența, care se limita la pat și scaunul cu roțile”, își amintește dr. Sinatra. El a sugerat că ar fi bine ca, pe lângă celelalte medicamente standard, Susan să înceapă să ia și câte 30 mg de coenzimă Q10, de trei ori pe zi, o doză pe care dr. Sinatra o considera eficientă, după cum observase la alți pacienți cardiaci. Dar nu a ajutat prea mult în cazul ei și Susan continua să coboare panta. În februarie 1995, era în pragul morții: lichidul se acumulase și mai mult în plămâni și în abdomen; respira cu mare dificultate. Simptomele foarte grave demonstrau că organismul ei era gata să cedeze.

Apoi, în martie 1995, s-a întâmplat ceva remarcabil, din cauza unei greșeli. „Fiul ei a declanșat miracolul”, declară dr. Sinatra. În loc să cumpere de la magazinul

cu suplimente alimentare un flacon cu comprimate de coenzima Q10 de 30 mg, fiul ei, Steve, a luat din greșeală un flacon cu comprimate de CoQ10 de 100 mg. Susan primea acum 300 mg CoQ10 pe zi, din greșeală — adică de peste trei ori mai mult decât doza ei obișnuită. O lună mai târziu, în aprilie, starea ei se ameliorase atât de mult, cu ajutorul CoQ10, încât a putut să se ridice din pat și să participe la masa de Paște din casa fiului ei. „Nu ne venea să credem”, spune fiica ei. „Energia îi revenise. Picioarele nu mai erau așa de umflate și nu mai avea lichid în plămâni. Coenzima Q10 acționa bine.” Starea ei a continuat să se amelioreze, iar prin iunie fracția de ejejecție a cordului ajunsese la 20%. Nu pare mult, dar după ce fusese atât de scăzută, chiar și 5% înseamnă o diferență semnificativă, după cum spune dr. Sinatra. De asemenea, scăzuse mult și nivelul de regurgitare mitrală și tricuspidiană — scurgerea retrogradă a sângelui, prin valvele respective, din ventriculi înapoi în atrii. Acest fapt a dus la ameliorarea funcției de pompă a inimii și la resorbția acumulărilor de lichid din țesuturi.

În octombrie, Susan ieșea în oraș la cumpărături; în noiembrie, mergea din nou la biserică, iar în decembrie a făcut o călătorie pentru a-și vizita fiica, pentru prima oară după un an și jumătate. În ianuarie, tocmai când se pregătea să iasă din casă, a făcut un pas greșit pe scară și și-a fracturat colul femural; inima ei a fost, în continuare, suficient de puternică pentru a rezista la operația de înlocuire totală a articulației soldului. Ulterior, și-a revenit îndeajuns de bine, reușind să meargă fără baston. Deși Susan suferea și de o afecțiune tiroidiană, fără legătură cu boala ei de inimă, „avea suficientă energie și nu a mai fost internată în spital pentru probleme cardiace, de când a început să ia coenzima Q10”, spune fiica ei, în februarie 1997. Fiul

ei o numește „doamna cu șapte vieți”. Susan continuă să ia 300 mg coenzima Q10 zilnic.

### **Ce este coenzima Q10?**

Coenzima Q10 este un antioxidant puternic, cunoscut și ca ubiquinona-10. A fost descrisă ca având o acțiune asemănătoare vitaminelor, iar unii experți afirmă că este într-adevăr din familia vitaminelor — nutrienți care hrănesc celulele și de care organismul are nevoie pentru a funcționa optim. Este prezentă, în cantități foarte mici, în alimente, mai ales în cele de proveniență marină/oceanică și este sintetizată în toate celulele organismului. Cercetătorii japonezi au reușit să sintetizeze CoQ10 în formă brută, introdusă apoi în suplimente nutritive și comercializată în toată lumea de către unele companii japoneze.

### **Ce dovezi există?**

Dovezile acumulate indică faptul că majoritatea bolnavilor cardiaci au un deficit de CoQ10, iar administrarea de suplimente conținând această substanță poate avea ca efect revitalizarea inimii și ameliorarea spectaculoasă a simptomelor cardiace. Studii de pionierat, realizate de doctor Karl Folkers, Ph.D., director al Institute for Biomedical Research de la University of Texas din Austin, au demonstrat că 75% dintre pacienții cu boli de inimă au un deficit sever de coenzimă Q10 în țesutul cardiac, în comparație cu subiecții sănătoși. În plus, studiul a dovedit că administrarea de CoQ10 a adus beneficii importante pentru 3/4 dintre pacienții care alcătuiau un grup de bolnavi vârstnici suferind de insuficiență cardiacă congestivă. În ultimii 10 ani au apărut, în reviste medicale de prestigiu din întreaga lume, peste 50 de articole de referință pe tema utilizării CoQ10 în bolile cardiace, mai ales în insuficiența cardiacă.

Cercetarea în domeniu, întreprinsă de japonezi, a demonstrat că aproximativ 70% din pacienți au prezentat o ameliorare după administrarea de CoQ10. Ubiquinona este, de asemenea, folosită pe scară largă în Italia, după ce a fost