

@ Life

○ กองกรรรมย์

หยุดมะเร็ง ด้วยวิถีธรรมชาติ



อตราการเกิดมะเร็งไม่ได้มีสาเหตุมาจากพันธุกรรมเท่านั้น แต่ไลฟ์สไตล์ของคนในยุคปัจจุบันก็เสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งมากขึ้นด้วย ซึ่ง นพ.โทมัส โลดี แพทย์สาขา มะเร็งวิทยาแบบผสมผสาน โภชนาการ และ นักบำบัดด้วยธรรมชาติจากสหรัฐ มีคำแนะนำเพื่อลดปัจจัยการก่อมะเร็งตามแนวทางของธรรมชาติบำบัด

- กำจัดของเสียออกจากร่างกาย (Detox) ด้วยวิธีการสวนลำไส้ เพื่อช่วยให้ระบบน้ำเหลืองไหลเวียนได้ดี และช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกันให้ร่างกายกลับมาแข็งแรงอีกครั้ง เพราะมีหน้าที่ในการดูดซึมอาหาร ลำไส้จึงถือเป็นอวัยวะภายในของร่างกายที่สัมผัสกับ

สิ่งแวดล้อมภายนอกมากที่สุด ดังนั้นเมื่อเรา กินของที่ไม่ดีเข้าไป ลำไส้ก็จะดูดซึมสิ่งไม่ดีส่งผลไปถึงตับ ทำให้ร่างกายต้องทำงานหนักกับสิ่งแปลกปลอมอยู่ตลอดเวลา ภูมิคุ้มกันของเราก็จะต่ำ ดังนั้นการสวนล้างลำไส้จึงช่วยในการกำจัดสิ่งแปลกปลอมออกไปพร้อมกับช่วยให้ภูมิคุ้มกันกลับมาทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

- กินอาหารแนว Raw Food ซึ่งก็คืออาหารที่ทำจากผักสด ผลไม้สด ต้นอ่อนของเมล็ดพืช วัตถุดิบทั้งหมดไม่ผ่านการปรุงแต่งทางเคมี ไม่มีแป้ง และน้ำตาล ใช้ความร้อนไม่เกิน 46 องศาเซลเซียส ในการปรุง เพื่อคงคุณค่าเอนไซม์ วิตามิน เกลือแร่ และที่สำคัญแหล่งที่มาของอาหารจะต้องปลอดภัยจากสารเคมี พืชต่างๆ คือ Raw Food



คือมังสวิรัตแบบไม่ต้องปรุงด้วยความร้อนนั่นเอง เพราะอาหารที่ดีจะช่วยลดการเสื่อมถอยของเซลล์ในร่างกายได้ ซึ่งเซลล์ที่มีคุณภาพดีจะต้องมีน้ำหล่อเลี้ยง มีปริมาณน้ำตาลไม่สูง และมีภูมิคุ้มกันต่อการอักเสบ

ลองดูบ้างก็ไม่เสียหายนะ 

