

TY M. BOLLINGER

AZ



IGAZSÁG

A

RÁKRÓL

AMIT A RÁK TÖRTÉNETÉRŐL,
KEZELÉSÉRŐL ÉS MEGELŐZÉSÉRŐL
TUDNI KELL

TARTALOM

Előszó	XI
--------------	----

Bevezetés	XIV
-----------------	-----

I. rész: Az orvostudomány története és a rák megközelítése

1. fejezet: Hippokratész, Jenner és Pasteur: Az orvostudomány kezdetei	18
2. fejezet: A Flexner-jelentés: Az olajipar hatalma az orvostudomány felett.....	31
3. fejezet: Mese habbal.....	52
4. fejezet: Kötelező oltás? Kényszer-kemoterápia? Ha kell, fegyverrel... ..	64

II. rész: A rák diagnózisa, felismerés, okok és megelőzés

5. fejezet: Alapvető tudnivalók és statisztikák a rákról	80
6. fejezet: A rák kialakulásának okai... a génjeinkben hordozzuk?	93
7. fejezet: „Jó” és „rossz” diagnosztikai módszerek	108
8. fejezet: Hogyan előzhetjük meg a rákot?	123

III. rész: Sikeres gyógykezelések

9. fejezet: Gyógynövények, méregtelenítés, diéta	140
10. fejezet: Hang, fény, elektromosság, frekvencia és hő	168
11. fejezet: Biooxidációs terápia.....	186
12. fejezet: Rákkezelés vírusokkal és illóolajokkal	200
13. fejezet: Enzim- és metabolikus/mitokondriális terápia	218
Utószó.....	235
Jegyzetek.....	236
Köszönetnyilvánítás.....	258
A szerzőről.....	260

ELŐSZÓ

Ty Bollinger küldetést teljesít. Legfontosabb üzenete – miszerint a rák nem feltétlenül jelent halált, és az ember bárhol, bármikor képes lehet életre kelteni teste öngyógyító képességét – világszerte millióknak nyújt reményt.

A téma, hogyan győzzük le természetes módon a rákot, az én családomat is mélyen érinti.

Több mint egy évszázada, amikor a cár el akarta pusztítani a zsidóságot, dédapám, Moshe megszökött az orosz hadifogságból, és kivándorolt az Egyesült Államokba (ekkor vette fel a Max nevet). Üres zsebbel hagyta el Oroszországot, mindössze két váltás ruhával érkezett Staten Islandre. Valahogy fogtechnikus lett belőle, és sikerült egy fogtechnikai labort nyitnia Brooklynban.

A műfogsorok és a hidak csiszolásakor rengeteg por került a levegőbe, amit Max folyamatosan belélegzett. Mivel fulladozott a portól, szódavízzel öblítette le a torkát, naponta legalább nyolc üveggel. Egy idő után elkezdett gyomorégésre és gyomorfájdalmakra panaszkodni, amely idővel huruttá, később gyomorfekéllyé fajult. A tünetek ellenére tovább itta a szódát. Amikor a fekély bevérzett, Max kórházba került, ahol vizsgálatok sora következett. Végül megállapították, hogy gyomorrákja van.

Az orvosok nem tudtak segíteni rajta, viszont dédapám rátalált egy Max Gerson nevű német orvosra, aki egyfajta különleges étrenddel gyógyította a rákot. Gersonnak volt egy természetes gyógymódot alkalmazó klinikája a New York-i Hyde Parkban, mindössze másfél órányira dédapám lakhelyétől. Gerson gyógymódját követve, dédapám néhány hónap alatt teljesen kigyógyult a betegségből.

Nagyapám fogorvos lett, édesapám pedig természetgyógyász és csontkovács. Olyan családban nőttem fel, ahol a természetes gyógymódot helyezték előtérbe. Évekkel később gyógyíthatatlan Crohn-betegséget diagnosztizáltak nálam, és mivel 69, hagyományos orvoslással gyógyító orvos és természetgyógyász sem tudott segíteni, rádöbbsentem: az én küldetésem csakis az lehet, hogy másokat átsegítsek a betegségen. Jómagam azután gyógyultam meg, hogy találkoztam valakivel, aki megtanított a *Biblia* tanításain alapuló nyers táplálkozásra, aminek hatékony voltát a történelem és a tudomány is igazolta.

Miután sikerült legyőznöm a betegséget, elhatároztam, hogy az egészséges életmódnak szentelem magam. Sportorvoslást, természetgyógyászatot és táplálkozástudományt tanultam. Publikáltam az egészség és a wellness témakörében, és elindítottam saját, táplálkozástudománnyal foglalkozó cégemet. Pályafutásom korai szakaszában nagymamámnál, Rose-nál áttétes rákot állapítottak meg. Sebészeti úton eltávolították a daganatot, ezután nagymamám megtagadta a további kezelést, és hozzám fordult segítségért. Bizonytalan diagnózisa miatt attól féltem, hogy nem éri meg az esküvőmet.

Igyekeztem természetes módon serkenteni az immunrendszerét. Arra biztattam Rose nagyit, hogy fogyasszon minél több nyers zöldség- és gyümölcslevet, erjesztett ételeket, ezenkívül méregtelenítő kúrát javasoltam. Olyan étrendet állítottam össze, melyben gyógygombák, probiotikumok és erjesztett ételek is szerepeltek, ezeket naponta fogyasztotta. Néhány hónappal később teljesen kigyógyult a betegségből. Élete hátralévő részét boldogan és energikusan élte.

2008 nyarán ismét szembe kellett néznem a rák nevű szörnyeteggel, miután egy sérvműtét során rosszindulatú daganatot fedeztek fel nálam. A további vizsgálatok kimutatták, hogy a daganat áttétes, így gyakorlatilag pár hónapom van hátra, hacsak nem vágunk bele a radikális orvosi kezelésbe. Rögtön akcióba lendültem, és Istenbe vetett hitem, a szigorú diéta és a méregtelenítő kúra segítségével sikerült legyőznöm a halálos kórt. Nyolc éve, hogy az orvos gyakorlatilag kimondta a halálos ítéletet. Azóta is az a küldetésem, hogy egészséget és reményt adjak a világnak.

Pár évvel ezelőtt volt szerencsém megismerkedni Ty Bollingerrel, az egészség elkötelezett hívével, amikor részt vettem a dokumentumfilmjében. Azóta többször is találkoztunk, és minden alkalommal egyre erősebb meggyőződésemmé vált, hogy Ty igazi küldetést teljesít.

Az *igazság a rákról* című könyv irányt mutathat azoknak, akik szeretnék megismerni a minőségi táplálkozás, valamint a mérgeanyagok csökkentésének irányába mutató eljárásokat. Mindkettő elengedhetetlen, ha le akarjuk

győzni a rákot. A könyv kötelező olvasmány mindenkinek, aki szeretné megelőzni vagy legyőzni a gyilkos kórt.

Az igazság a rákról számos lehetőséget kínál az immunrendszer erősítésére, a szervezetben lévő gyulladások enyhítésére, továbbá segítséget nyújt az életért és az egészségért vívott harcban. A könyv egyfajta térkép egy egészségesebb, boldogabb élethez. Ha ön vagy szerettei közül bárki a ráknak nevezett kórban szenved, a könyv számos jó tanáccsal segíti a gyógyulást, nem utolsósorban pedig reményt nyújt.

Ha ön vagy szerettei közül bárki éppen a kór ellen harcol, esetleg családjában gyakori volt ez a betegség, és szeretne még több figyelmet szentelni egészségének, érdemes figyelmesen végigolvasnia a természetes gyógymódra vonatkozó összes gondolatot, melyet ez a csodás könyv tartalmaz!

Megmentheti vele az egészségét vagy akár az életét.

Jordam Rubin,
a *Planet Heal Thyself*

(A bolygó meggyógyítja önmagát) című könyv szerzője
Az *Ancient Nutrition* (Ősi táplálkozás) cég egyik alapítója

BEVEZETÉS

Száz évvel ezelőtt minden 80 amerikaiból csak egynél diagnosztizáltak rákot. Az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organization, WHO) jelentése szerint minden második férfinak és minden harmadik nőnek szembe kell néznie a kórral.¹

A legtöbb családot érinti a rák, az én családom sem kivétel. A feleségem, Charlene és én 1995 óta vagyunk házасok. Azóta sok szerettünket veszítettük el a rák miatt. Édesapám, Graham Bollinger volt az első a sorban. 1996. július elsején gyomorrákot diagnosztizáltak nála, amibe huszonöt nappal később, július 25-én belehalt. Mindössze 52 éves volt. Nyolc éven belül a rák következtében, illetve annak helytelen kezelési módja miatt veszítettem el mindkét nagyapámat, egyik nagymamámat, az unokatestvéremet, a nagybátyámat, és végül szeretett édesanyámat, Jerry Bollinger-Taylort. Az édesapám halála előtti hetekben nekivágtam a magam „rák-utazásának”. Könyvtárakba jártam, elolvastam a betegséggel kapcsolatos könyveket, újságokat, hiszen 1996-ban az internet még nem volt olyan széles körben elterjedt. Főképp egészségügyi szaklapokat tanulmányoztam, például a *PubMedet*, és hogy megfelelő forrásból tájékozódjak, ellátogattam a Nemzeti Orvostudományi Könyvtárba. Olyan rákbetegekkel beszélgettem, akik a gyógyulás érdekében valamiféle természetes gyógymódot is alkalmaztak.

Ez az utazás még most is tart. Az elmúlt években a szó szoros értelmében beutaztam a világot. Nagyon sokféle emberrel találkoztam, orvosoktól kezdve páciensekig, Észak-Amerikától Európán át Ausztráliáig. Arról kérdeztem

őket, hogy milyen kezelési eljárást alkalmaznak leginkább a hazájukban. Ezek az interjúk, elbeszélések és felfedezések mind megtalálhatók a könyvben.

Az elmúlt húsz évben a szó szoros értelmében órák ezreit töltöttem kutatómunkával, és az eredmény szabályosan lenyűgöző. Nemcsak azért, mert rájöttem, milyen hatékonysággal működhet az alternatív gyógyászat a már szinte halálra ítélt rákbetegeknél, hanem mert az is világossá vált, miként próbálja a gyógyszeripar kiszorítani és üldözni ezeket az eljárásokat és az alternatív gyógyászat képviselőit. Megtanultam, hogyan vélekednek a gyógyszergyártó cégek úgy általánosságban a rákról, és láttam, mekkora a nyereségvágy bennük. Azt is megtapasztaltam, hogyan harcolnak a hagyományosnak tartott és az alternatív rákgyógyítás szószólói. És nagyon elszomorít, hogy ha akkor birtokában lettem volna a ma bárki számára elérhető ismereteknek, a szüleim talán még most is élnének.

Azt is megtanultam, hogy az alternatív gyógyászat sokkal több, mint leugrani a sarki patikába, és megvenni az összes vitamint és ásványi anyagot. E gyógyászati módok mögött figyelemre méltó tudomány áll. Lenyűgöző, milyen hatások ezek a módszerek a rák legyőzésében. Igazság szerint nagyon sok olyan alternatív gyógyászat létezik, melyet Nobel-díjas tudósok fedeztek fel.

A könyv három részből áll, az első részből egyenesen következik a második. Az elsőben az orvostudományról, valamint a rák kezelésének történetéről olvashatnak. A második rész a rák diagnosztizálásáról, felismeréséről és okairól szól, míg a harmadik részben megismerhetik azokat a gyógyászati módokat, melyek bizonyítottan hatásosak a rákkal szemben. A harmadik rész minden fejezetének végén található némi hasznos útravaló, „Amit tudni kell” címmel. Ha ön rákbetegségben szenved, nyilván szeretné először a harmadik részt elolvasni, hogy azonnal lássa, milyen javaslatokról van szó.

De ahogy azt már Hóseás próféta is megmondta: „Elvész az én népem, mivelhogy tudomány nélkül való.”

Utam és olvasmányaim során azt tapasztaltam, hogy a legtöbb érintett tudja, milyen általános gyógyászati módokkal (kemoterápia, sugárkezelés) kezelik a betegséget. Azt viszont jóval kevesebben tudják, hogy léteznek természetes gyógyászati módok is. A könyv célja, hogy ez utóbbiakat megismertesse az olvasóval, anélkül, hogy bárkit meg akarna győzni vagy rá akarna beszélni egy adott módszerre. Hiszem, hogy mindenkinek joga van választani, ez viszont csak akkor lehetséges, ha már ismerjük az összes lehetőséget. Csak azután lehet szó valódi választásról.

Ez a könyv ugyanúgy szól az egészségügyi szakembereknek, mint a laikusoknak, ahogy egyaránt ajánlom rákbetegeknek és egészséges emberek-

nek. Főképp azok találhatják érdekesnek, akiket hagyományos módon kezelnek, vagy már túl vannak a kezelésen, például a kemoterápián, ugyanis a hagyományos mód, ha a könyvben említett módszerekkel együtt alkalmazzák, még hatékonyabb lehet. Sok orvos nyitottan áll a módszerek együttes alkalmazásához. A rákbetegnek mindenképpen érdemes egy ilyen orvost felkeresnie, hogy közösen személyre szabott kezelési tervet állítsanak össze.

A többségnek sem ideje, sem pénze, hogy megvegyen és elolvasson minden könyvet, ami a rák történetéről, kialakulásának okairól, valamint a betegség legyőzésének természetes és hatékony módszeréről szól. Bízom benne, hogy könyvem jól összefoglalja mindazt, amit ebben a témában ismerni és tudni érdemes.

Nagyon szeretném, ha másokat nem érne annyi emberi veszteség, amennyi az én családomat sújtotta – ezért írtam meg ezt a könyvet. Az emberiség iránt érzett szeretet vezérel, hogy megosszam tudásomat és tapasztalataimat. Ez életem küldetése.

Ne feledjük: a rák még nem halálos ítélet! Mindig van remény.

– Ty



I. RÉSZ

Az orvostudomány története
és a rák megközelítése

1. FEJEZET

HIPPOKRATÉSZ, JENNER ÉS PASTEUR: AZ ORVOSTUDOMÁNY KEZDETEI

„Minden emberi testben vér, taknyosság, sárga és fekete epe van. Ezek képezik természetét (sajátos mivoltát), belőlük származnak a betegségek, tőlük függ a betegség.” E sorok Kósi Hippokratész (i. e. 460–370), a „nyugati orvoslás atyja” hitvallását tükrözik, és tény, hogy a híres görög orvos valóban kulcsfontosságú szerepet játszott a mai, modern orvostudomány kialakulásában.

Hitvilága szerint az emberi testet egyetlen egésként kell vizsgálni, nem pedig egymástól elkülönült testrészek rendszereként. A holisztikus gyógyászat is ezen az elven alapul, ami különösen fontos a rák megelőzésének és gyógyításának szempontjából.¹

A legtöbben nem is sejtik, mennyire fontos ez, pedig Hippokratész előtt az orvoslás leginkább a különböző hagyományokon, babonán és mágian alapult. S ki vetné alá szívesen a gyermekét ilyen megbízhatatlan módszereknek élet-halál esetén? Sok nép hite szerint a betegség az isten büntetése, tehát a megoldást az imádság és a fohászkodás jelentette. Ugyanakkor az étkezésnek, a mozgásnak, a higiénának és az életmódnak egyáltalán nem tulajdonítottak jelentőséget. Csak nagyon kevesen gondolták úgy, hogy a betegséget gyógyszerrel kell kezelni.

A világ afféle „egészségügyi vadnyugat” volt, amíg Hippokratész meg nem jelent és meg nem változtatott mindent. Az ő elsöprő hatásának köszönhető, hogy megindult az orvosi képzés, és hogy a tudás alapját már nem a hiedelmek, hanem a tudományos megfigyelések és kísérletek szolgáltatják. A kezelések *szabályokra* épülnek, Hippokratész pedig ezek kidolgozásában is élen járt.

Hippokratésznek hála, az orvosi gyakorlatot szabályrendszerek és általános elvek alkotják, melyek töretlenül a mai, modern orvoslás alappillérei. Azonban hamarosan látni fogjuk, hogy a történet egyáltalán nem ért véget a mesébe illő „minden jó, ha a vége jó!” befejezéssel. Sajnos, bizonyos külső hatások következtében Hippokratész gyógyító szándékát egyfajta nyereség-orientált megközelítés váltotta fel, s ekkortól nem a gyógyítás, hanem a betegségből adódó üzleti lehetőség vált elsődleges szemponttá.

Ahogy haladunk előre a történetben, látni fogjuk, hogyan változott meg a gyógyszerek szerepe. Érdekes megfigyelni, hogy az új irányvonalnak megfelelően miként alakult át a felfogás az egészséggel és a betegséggel kapcsolatban. Hogy mindezt megértsük, fontos látnunk, hogyan jutottunk idáig és miért elengedhetetlen az irányváltás.

MÉRTAN, TERMÉSZET, ORVOSLÁS: A HIPPOKRATÉSZI MEGKÖZELÍTÉS

Mielőtt eljutnánk a jelenhez, vessünk egy pillantást a kezdetekre! A hippokratészi orvoslás középpontjában a Pitagorasz-tétel geometriai koncepciója áll. Eszerint bármely derékszögű háromszög leghosszabb oldalának (átfogójának) négyzete megegyezik a másik két oldal (a befogók) négyzetösszegével. A természetben ezt az elvet a négy őselemre – víz, föld, szél, tűz – vonatkoztatjuk, összességük alkotja azt a fizikai világot, melyet érzékelünk.

Hippokratész orvoslása a Pitagorasz-tételen alapul. Elmélete nagyon hasonlít a pitagorasz-i elvhez, csak éppen az emberi testre vonatkoztatva. Eszerint a test négy alapvető testnedvből áll (vér, nyálka/váladék, sárga és fekete epe), melyeknek az egészség megőrzése érdekében egyensúlyban kell lenniük. Hippokratész szerint négy természeti feltétele is van az egészségnek: a hideg, a meleg, a szárazság és a nedvesség. Hippokratész úgy gondolta, hogy az ember egészségének alapvető feltétele az elemek közötti egyensúly és harmónia. Egyik elem sem létezik a többi nélkül, így működni sem tudnak egymás nélkül.

Manapság ezt neveznénk holisztikus gyógyászatnak. A holisztikus megközelítés az embert teljes egészében vizsgálja és gyógyítja, ahelyett, hogy csak egy adott területre és tünetre koncentrálna.

Akkoriban Hippokratész elvei és módszerei örültségnek tűnhettek, de kiváló alapot szolgáltatottak néhány máig használatos gyógymóddhoz.

A *tünet* és a *diagnózis* kifejezés is Hippokratész korából származik, így kijelenthetjük, hogy ha kezdetleges formában is, de már akkor létezett *klinikai* orvoslás. Hippokratész úgy gondolta, a természet maga a gyógyszer. Szerinte az orvos feladata csupán annyi, hogy megkönnyítse a természet dolgát a emberi test meggyógyításában, és a páciens az orvossal együtt azon dolgozik, hogy a természet a maga eszközeivel létrehozza a gyógyulást.

Maga Hippokratész egyszerűen és megkapóan fogalmazta ezt meg akkor, amikor azt állította: „Három dolog szükséges a [gyógyítás] művészetéhez: A betegség, a beteg és az orvos. Az orvos a gyógyítás szolgálatában áll, míg a páciens feladata az, hogy az orvossal együtt legyőzze a betegséget.”²

Ugyancsak Hippokratész igen fontos hagyatéka a hippokratészi eskü, az orvosi etika ma is érvényes hivatkozási alapja.

Az eskü értelmében az orvos feladata az, hogy a beteget legjobb tudása szerint gyógyítsa, titokban tartson minden, a pácienssel kapcsolatos információt, továbbadja tudását a következő generációnak, és ami a legfontosabb: *senkinek ne ártson* a gyógyítás nevében!³

Hippokratész korai felfedezései halála után is fennmaradtak, hiszen számos követője igyekezett továbbvinni és fejleszteni a munkásságát, egyikük a bithüniai Aszklépiadész (i. e. 124–40) volt. E kevésbé ismert görög orvost a mai molekuláris orvostudomány úttörőjének tartják, és akárcsak Hippokratész, ő is klinikai keretek között gyakorolta az orvosi hivatást.⁴

EGYÜTTÉRZÉS, KEDVESSÉG ÉS MOLEKULÁK: AZ ASZKLÉPIADÉSZI MEGKÖZELÍTÉS

Aszklépiadész jó néhány hippokratészi elvet elutasított. Ilyen volt például a négy elem és a négy testnedv tana, vagy a természet bármilyen hatása a gyógyulásra, ám akárcsak Hippokratész, ő is filozófiai megközelítést alkalmazott az orvoslásban. Aszklépiadész is átvette a hippokratészi esküből a „senkinek ne ártson!”-részt, és barátságosan, természetesen közelítve a gyógyszerekhez, magasabb szintre emelte a hippokratészi elvet.

A feljegyzések szerint Aszklépiadész volt az első orvosok egyike, aki gyógynövényeket, fényterápiát, masszázst és gyógytornát is alkalmazott, mindezt klinikai keretek között; ezekre a megközelítésekre később külön kitérek. Szintén ő tett elsőként különbséget az akut és a krónikus megbetegedések között, és „emberséggel, figyelemmel és barátságos megközelítéssel” gyógyított, ahogy az életéről szóló mű, a Hippokratészi Gyűjtemény részét képező „*Praecepta*” (Tanok) című könyv írja.

Az epikureus iskola nagy hatással volt Aszklépiadész életére. Nem véletlenül fektetett nagy hangsúlyt arra, hogy páciensei jól érezzék magukat, és boldogok legyenek a gyógyulási folyamat közben. Azt is megindokolta, miért utasítja el Hippokratész „játékony természet”-elvét a gyógyítás gyakorlatiasabb megközelítése mellett. Aszklépiadész a természetben inkább a művészt látta volna szívesen, mintsem az orvost.

Bár halálát követően kevésbé maradt fenn neve, mint elődjének, Aszklépiadész munkássága tovább élt tanítványai munkáiban, például a *De Re Medica* című műben. A szicíliai Titus Aufidius fontos orvosi könyvét az első megjelenésétől kezdve egészen a XIX. századig igen nagyra tartották, bár számos korszak elutasította vallási vagy filozófiai meggyőződésből.

Aszklépiadész több teóriája, például, hogy a betegségeket a testünkben lévő atomok áramlásának elakadása okozza, még az orvostudomány mai álláspontja szerint is meghatározó a betegségekkel kapcsolatban. Bár ő soha nem ismerte volna be, a gyógyászathoz való viszonya sok szempontból hasonlított Hippokratész megközelítéséhez, ugyanis mindketten felismerték, milyen fontos a gyulladás szempontjából a *holisztikus* megközelítés.

Dr. Cristos Yapijakis genetikus és biológus, az Athéni Orvostudományi Egyetem kutatója remekül összefoglalja a lényegét 2009-es tanulmányában, amelyet a nemzetközi tudományos folyóirat, az *International Journal of Experimental and Clinical Pathophysiology and Drug Research* jelentetett meg:

A nagyszerű Hippokratész lefektette az orvostudomány szakmai és etikai alapjait. A csodálatos Aszklépiadész kézzelfoghatóbb megközelítést nyújtott a gyógykezelést illetően, bár ezt csak rövid ideje ismerik el. Itt az ideje, hogy Aszklépiadész munkássága is ugyanolyan figyelmet kapjon. Ő a molekuláris orvostudomány úttörője, így legalább akkora megbecsülés illeti, mint Hippokratészt, akit a klinikai orvoslás atyjának tartanak.⁵

IMMUNOLÓGIA ÉS RETTEGÉS A MIKROBÁKTÓL

Bár Hippokratész i. e 370-ben elhunyt, szellemi örökségén keresztül mégis tovább élt: etikai és erkölcsi értékei világszerte az orvostudomány részévé váltak. Az Amerikai Orvosi Társaság (American Medical Association, AMA) Orvosi Etikai Kódexe Hippokratész nézetein alapul, különös tekintettel a „ne ártson”-elvre, valamint az orvosi titoktartásra.⁶

Hippokratész betegségről alkotott alapelveit az idők folyamán újabb elméletek váltották fel, ezek egyike volt az a nézet, miszerint a baktériumok és a mikrobák betegséget okoznak. Az úgynevezett „csíraelmélet” szerint a fertőző betegségeket mindig a szervezetbe kerülő mikroorganizmusok okozzák, amelyek a beteg szervezetből átjutnak az egészséges szervezetbe, ahol elszaporodnak, ezért meg kell akadályozni az ártalmas baktériumok bejutását.

Ez a napjainkban is sokak által elfogadott elmélet jóval Hippokratész halála után vált ismertté, de főleg 1850 és 1920 között terjedt el szélesebben egész Európában és Észak-Amerikában. A csíraelmélet, amely merőben eltért Hippokratész és követői testnedvekről szóló elképzelésétől, a XX. századi és a későbbi orvosi gyakorlat meghatározó elemévé vált.

A csíraelmélet főként azért vált népszerűvé, mert nem kívánja egy adott betegség bonyolult tünetegyüttesének átfogó, esetenként hosszan tartó vizsgálatát, figyelembe véve a testnedvekkel kapcsolatos, illetve más korábbi elméleteket, amelyekhez a megszokottól eltérő, kritikus gondolkodás szükséges. Ettől fogva az orvosoknak messze nem kellett olyan sok tényezőt és körülményt figyelembe venni a vizsgálat során, mint amennyit annak idején Hippokratész vagy Aszklépiadész számításba vett. Kizárólag a baktériumot kellett vizsgálniuk, mint a betegség fő okozóját. Ezt pedig vagy „elkapja” az ember, vagy nem. Ha elkapja, megbetegszik, ha nem, nem – ilyen egyszerű.

Ahogy a Harvard Egyetem *Contagion: Historical Views of Diseases and Epidemics* című tanulmánya megfogalmazza: „A csíraelmélet leegyszerűsítette a betegség fogalmát a mikroorganizmus és a mikroorganizmus hordozója közötti kölcsönhatásra, melynek révén mellőzhették a környezeti hatásokra, például az étrendre, az éghajlatra, a szellőztetésre, stb. korábban fordított figyelmet, melyek vizsgálata pedig ugyancsak elengedhetetlen az egészség, illetve a betegség megléte szempontjából.”

Igazság szerint a baktériumokról már az 1600-as években, vagyis több száz évvel a mai, sokak által ismert és unalomig ismételtetett teóriát megelőzően is voltak különféle elképzelések. Ám a kor vezető gondolkodói addig formálták,

változtatták és egységesítették a korábbi vélekedéseket, míg meg nem feleltek a társadalom elvárásainak.

„A csíraelméletet olyan társadalmi, kulturális és gazdasági környezetben formálták, mely egyre inkább a tömegtermelésre, a tömegfogyasztásra, a szabványosításra és a költséghatékonyságra összpontosított, így szépen illett az összképbe” – állapítja meg a Harvard Egyetem tanulmánya.⁷

Azzal, hogy a betegségek okát leegyszerűsítette a kórokozók szervezetbe való bekerülésével, a csíraelmélet egy új gondolkodásmód megjelenését segítette elő az orvostudományban, amelynek alapján a páciensek ettől fogva tüneti kezelést kaptak, méghozzá szabadalmaztatott, petrokémiai alapú szerek segítségével.

A gyógyszeripar fellendülése tehát nagyban köszönhető a csíraelméletnek, ahogy a vakcinológia térnyerése, is hiszen az elmélet szerint az ember ellenállóbb lesz a betegségekkel szemben, ha szervezetébe gyengített kórokozót juttatnak oltás formájában. Mindkét ágazat a fertőzést terjesztő baktériumok megállítását célozza, csak az egyik gyógyszereket, a másik védőoltást használ.

Edward Jenner (1749–1823) angol orvos és tudós fejlesztette ki a világ első modern oltóanyagát – a himlő elleni vakcinát. Az ő korában himlőjárvány pusztította a lakosságot, egyedül a fejőnők nem kapták el a fertőzést, mert többször is megfertőződhetek munka közben tehénhimlővel. Jenner rájött, hogy a fejőnők jó eséllyel azért ellenállóbbak a himlővel szemben, mert szervezetük már érintkezett ezzel a betegséggel. Felismerését korának legrangosabb, a kormány által jóváhagyott fórumán is beterveztette.

Jenner azt figyelte meg, hogy ha a szervezetet megfertőzik legyengített kórokozókkal, úgynevezett immunválasz, egyfajta természetes védekezőképesség jön létre. Kísérletek sorát indította el, melyek szintén ezt az elméletet támasztották alá. Hamar rájött, hogy ha egy nagyon alacsony dózisu himlőt juttat a szervezetbe, azzal ellenállóvá teszi magára a betegségre. Ezzel gyakorlatilag meg is nyílt az út a vakcinológia, és az oltóanyagok kereskedelmi forgalomba kerülése előtt.

„Jenner számos esettanulmányát közzétette, így biztos lehetett benne, hogy a világ megismeri felfedezéseit – állítja az angliai Berkeley-ben található Dr. Jenner’s House történelmi társaság. – Jennernek hála, bebizonyosodott a vakcináció jelentősége. Az elnevezés a latin *vacca* (tehén) szóból származik.”⁸

Jenner immunológiával kapcsolatos elképzelése korántsem új keletű, hiszen már i. e. 430-ban találunk utalást a szervezet ellenálló képességével kapcsolatban. Jenner előtt is akadtak olyanok, akik úgy vélték, hogy a beteg-

ségeket csak oltással lehet elkerülni, de az ő módszereik messze nem voltak olyan tudományosak, és nemigen hatottak.

A feljegyzések szerint egy Benjamin Jesty (1736–1816) nevű angol farmer is készített himlő elleni vakcinát, melyet a feleségén tesztelt – 20 évvel Jenner népszerű találmánya előtt.⁹ Sokak szerint inkább Jestynek járna az elismerés a vakcina felfedezéséért, hiszen ő jóval Jenner színre lépése előtt mentette meg feleségét és két fiát.¹⁰

Ugyanakkor Jenner méltán érdemelte ki a vakcinológia és az immunológia atyja címet, mivel ő volt az első, aki komolyan, tudományos módszerekkel tanulmányozta a himlő elleni vakcina hatékonyságát. Ez elődei munkájához képest hatalmas áttörés volt, így nem véletlen, hogy Jenner munkásságának Európa-szerte nagy jelentőséget tulajdonítanak.

Az ősi Kína ugyancsak elismerést érdemel az immunológia területén. X. századi feljegyzések szerint már ekkor gyógyítottak betegeket úgynevezett variolációs eljárással (mesterséges fertőzéssel ellenállóvá teszik a szervezetet, azonban az illető ugyanúgy megfertőzhet másokat – *a szerk.*) – hol volt ekkor még Jenner...? A mai, modern készítményekhez hasonlóan ezeket a szereket is izomba vagy az orrüregbe fecskendezték, így védettséget, vagy ahogy az ókori görögök mondták, a betegségtől való „mentességet” adtak.¹¹

A variolációval történő gyógyítás azonban nem igazán terjedt el, és ennek megvolt az oka: egyrészt nem volt általános módszer, másrészt nem volt túl sikeres. Az Ottomán Birodalom megpróbálta átvenni a technikát, így a lakosságot beolthatták volna himlő ellen, azonban olyan kezdetlegesek voltak a módszerek, hogy az eljárás az esetek többségében vagy elfertőződéshez vagy halálhoz vezetett.

Tehát végül is Jenner volt az, aki finomítva a korábbi eljárásokon, számtalan tudományos teszt elvégzésével kifejlesztette azt, ami miatt neki tulajdonítják a vakcina feltalálását: a világon elsőként teremtette meg azt a módszert, amellyel biztonságosan és hatékonyan be lehet oltani az embereket himlő ellen. Ennek köszönhetően méltán emlegetik Jennert az immunológia úttörőjeként a történelmi feljegyzésekben.

FOKOZÓDÓ BAKTÉRIUMELLENESSÉG

Jenner életének vége felé megjelent a színen egy másik, meghatározó egyéniség, aki még keményebben próbált fellépni a baktériumokkal szemben. A jól ismert francia Louis Pasteur (1822–1895) vegyész, kutató és feltaláló annyira vakon hitt a csíraelméletben, hogy megalkotta saját eljárását, amellyel szinte „megölte” a különféle ételeket és italokat, hogy ezzel a technikával biztonságosabbá tegye a fogyasztásukat.

A gyilkos eljárás neve pasztörizálás, aminek az a lényege, hogy bizonyos hőmérsékletre melegítik az adott táplálékot, így megölik a benne lévő összes élő mikroorganizmust, köztük az összes baktériumot és enzimet is. Amikor a sörfőzők panaszkodtak, hogy a sör idő előtt erjedésnek indul, Pasteur bizonyította, hogy az erjedést mikroszkopikus élőlények váltják ki, és enyhe melegítéssel meg lehet állítani a bomlási folyamatot.

Meglehetősen ironikus, hogy az erjesztett sör manapság kezd egyre inkább visszajönni a divatba, köszönhetően az egész világon terjedő IPA (India Pale Ale) sörtrendnek. Akkoriban viszont az erjedés nagy gondot okozott a sörfőzőknek, hiszen az áru szállíthatatlan volt, mert túl gyorsan megromlott. Hogy megfeleljen a fogyasztói elvárásoknak, Pasteur egyre nyomatékosabban hirdette módszerét: akkor lesz tartós az élelmiszer és az ital, ha nincs benne baktérium. Ez az elmélet pedig utat nyitott egy teljesen új megközelítés, a tömeges élelmiszergyártás, valamit az étel „feldolgozása” felé.

Pasteur legnagyobb érdeme, ami hozzájárult a hírnevéhez, mégsem az ételhez köthető: 1865-ben ő mentette meg a francia selyemipart, ami kis híján tönkrement egy ismeretlen, ám annál kártékonyabb, a selyemhernyókat megtámadó járvány miatt. Ironikus, hogy a módszer, amelyet Pasteur kifejlesztett a krízis kezelésére, nem abból állt, hogy el kell pusztítani *minden* selyemhernyót, neve hallatán mégis mindenkinek az jut eszébe, hogy a közegészség védelmében el kell pusztítani minden mikrobát.¹²

Pasteur további védőoltásokat fejlesztett ki, például a madárinfluenza elleni vakcinát 1879-ben, valamint a lépfene, a tuberkolózis (TBC), a himlő és a veszettség elleni oltást. Nemzetközi elismerést akkor szerzett, amikor kezelésének hála, meggyógyult a kilencéves Joseph Meister, akit 1885-ben megharapott egy veszett kutya. Pasteur három év múlva már saját intézettel büszkélkedhetett: 1888. november 14-én Párizsban megnyitotta kapuit a Pasteur Intézet.¹³

A fent említett eredmények mind hozzájárultak a csíraelmélet teljes körű újjászületéséhez, amely teljesen meghódította az orvostudományt. Pasteur korszakalkotó felfedezése, miszerint a parányi baktériumok gyakorlatilag *mindenhol és mindenben*, még a levegőben is megtalálhatóak, magasabb hő hatására viszont elpusztulnak, végleg átformálta a baktériumokról és a közegészségről szóló vélekedést.

A legjelentősebb változás, amely Pasteur eredményeihez köthető és amiről szinte mindenki hallott: a tej pasztörizálása. Bár elterjedése időbe telt, a tej forralása a benne lévő baktériumok megsemmisítése céljából világszerte népszerű módszerre vált. Ez az eljárás Pasteur után feldolgozási szabvány-módszerré vált, mivel az ipari méretű élelmiszergyártás előtérbe hozta az élelmiszer-biztonság kérdését is.

Talán meglepő, de a pasztörizálást nem arra szánták, amire ma használják a tejiparban, ám a tejkészítők lecsaptak rá, mert rájöttek, hogy ezzel az eljárással sokkal tartósabb lesz a tej, így tovább eláll a boltok polcain erjedés nélkül. A pasztörizálás segített abban is, hogy a fertőzött tejet ihatóvá tegye, mert olyan veszélyes baktériumokat is megöl, mint a tífusz és a diftéria kórokozója, melyek a kor szerény higiénés körülményei között gyakran előfordultak.

Bár a tej pasztörizálása széles körben elterjedt, az eljárással szembeni harc, legalábbis az Egyesült Államokban, nem maradt el. Kétségek támadtak afelől, hogy mi történik pontosan a tejjel, mit takar valójában az eljárás. Ily módon a pasztörizálás, mint módszer kissé a perifériára szorult az 1800-as évek végéig, amikor megnyílt az első pasztörizált tejet forgalmazó üzem.¹⁴ Azelőtt a tejkészítők titokban, saját maguk pasztörizálták a tejet, hogy tovább elálljon a boltok polcain, és hogy megelőzzék a járványok kitörését.

A kései XIX. század és a kora XX. század közötti időszak óriási áttörést jelentett a betegségek és a fertőzések megítélése szempontjából. A társadalom elkezdett úgy tekinteni a baktériumokra, mint *kártékony* kórokozókra, még akkor is, ha az erjesztéshez és az élő flórák kultúrához felhasználnak *hasznos* baktériumokat is, de ez utóbbiakról nem sokat lehetett hallani.

A LÉNYEG NEM A BAKTÉRIUM – HANEM A KÖRNYEZET

A baktériumokról ma már tudjuk, hogy mindenütt léteznek, *még bennünk is*, és a tudomány sokat fejlődött a XIX. század óta, így már meg tudjuk különböztetni a „rossz” és a „jó” baktériumokat, mely utóbbiakról Pasteur és követői

aligha vettek tudomást. Ők úgy tekintettek a baktériumokra, mint kártékony élősködőkre. Nem véletlenül töltöttek számtalan órát a laboratóriumban, és igyekeztek olyan eljárást kifejleszteni, mellyel az összes baktérium elpusztítható.

Pasteur módszerének és a vakcinák népszerűségének legfőbb oka, hogy nagyon sokan a baktériumokat tartják a legfőbb veszélyforrásnak. Ez a fajta gondolkodás a mai napig igen széles körben elterjedt. Biztosra veszem, hogy mindenkinek van olyan rokona vagy ismerőse, aki retteg, hogy valamely baktérium vagy vírus „megtámadja a szervezetét” és megbetegszik. Vajon tényleg jogos a félelem?

Ellentétben azzal, amit az iskolában feltehetőleg oktattak, nem minden baktérium vagy vírus kártékony. Voltak olyan korabeli tudósok, akik megkérdőjelezték Pasteur betegségről alkotott elméletét, és tudományos módon igazolták saját nézeteiket. Szerintük nem magától a baktériumtól, hanem annak közegétől (tehát attól, ahol a baktérium megtelepedhet) függ, hogy a páciens megbetegszik-e vagy sem.

Bár Louis Pasteur a világ egyik legelismertebb tudósa és a szerológia (testnedvek tudományos vizsgálata) atyja, mégsem ő az, akinek a munkásságára koncentrálunk, amikor minden szempontot figyelembe véve meg szeretnénk érteni az emberi test működésének lényegét. R. B. Pearson *Pasteur, Plagiarist, Imposter! The Germ Theory Exploded!* című könyve szerint az igazi hős egy Pierre-Jacques-Antoine Béchamp nevű francia professzor volt.¹⁵

Béchamp, a Montpellier-i Egyetem gyógyszerészprofesszora jól tudta, hogyan viselkednek a baktériumok az erjesztési folyamat során. Az ő elméletét Pasteur teljes mértékben elutasította, ez ugyanis merőben ellentmond a gondolatnak, miszerint az erjedés rossz, minden ok nélkül bekövetkező folyamat. Béchamp és Pasteur egész más módon közelítettek a baktériumok felé, hiszen egész más elképzelésük volt a mikroorganizmusok természetét illetően.

A professzor szinte semmilyen elismerést nem kapott ezen a területen végzett munkájáért. Míg Béchamp Pasteur tudományos riválisának tekinthető, a következtetés, amelyre vizsgálatai során jutott a baktériumok kutatásában, sokkal megalapozottabb volt, mint Pasteuré. Felfedezte, hogy a baktériumok szaporodása nem magának a baktériumnak köszönhető, hanem a *környezetnek*, amelyben létezik. Béchamp arra is rájött, hogy a baktériumoknak mindig valahonnan származnak, nemcsak úgy spontán jelennek meg, ahogy azt Pasteur tévesen hitte.

Béchamp baktériumokról szóló állítása messze meghaladta korát, és tudományosan megalapozottabb volt, mint Pasteur elképzelése. Béchamp úgy vélte, hogy a baktériumok különbözőek, ami azt jelenti, hogy méretüket és formájukat a környezeti hatás függvényében képesek változtatni, míg Pasteur elképzelése szerint a baktériumok egyformák. Egyikük a baktérium környezetét, másikuk pedig magát a baktériumot vizsgálta.

Pearson többféleképpen is bizonyította, hogy *nem* Pasteur, hanem Béchamp volt a kor vezető tudósa, mivel ő ismerte jobban a baktériumok természetét. Ehhez képest mégis a Pearson által Béchamp munkáját folyamatosan *támadónak és meghamisítónak* titulált Pasteur kapta az elismerést az utókor részéről.

Mielőtt belemennék, hogy szerintem miért Pasteur került a középpontba, szeretném ismertetni egy olyan tudós munkásságát is, aki Béchamp munkáját követve, újabb csodás felfedezést tett a baktériumok természetét illetően. A neve Claude Bernard, aki amellet, hogy Pasteur másik nagy riválisa volt, tudományos téren nagyon is megosztotta a véleményeket.

Béchamp és Bernard olyanok voltak, mint a XIX. századi baktériumkutatás Holmesa és Watsonja. Míg Béchamp feltárta a baktériumok valódi természetét, addig Bernard megfejtette, *miért* és hogyan viselkednek a baktériumok más és más környezetben. Bernard munkásságának köszönhetjük például a napjainkban pH-egyensúlyként ismert állapot ismeretét, továbbá annak leírását, hogyan hat a savas-lúgos környezet a mikrobákra.

A kísérleti orvostudomány atyjaként aposztrofált Bernard az, aki kimondta, hogy „a környezet minden – a baktérium semmi”.¹⁶

Ez a hitvallás erősen szemben állt mindazzal, amit Pasteur hitt a baktériumokról, ám a modern orvostudományban egyre inkább tért hódít a Bernard-féle vélekedés, amely, úgy tűnik, kiállta az idő próbáját – ezért könyvemben én is ezt az irányvonalat fogom követni. Bernard felfedezte, hogy a baktériumok csak abban az esetben ártalmasak, ha olyan környezetben élnek, mely lehetővé teszi, hogy kárt okozzanak. Ha olyan környezetben vannak, mely megakadályozza az elburjánzást, nem kell attól félni, hogy betegséget okoznak.

Béchamp és Bernard egyaránt jó irányban haladtak, amikor a csíraelmélet pontosításán dolgoztak, mégsem kaptak méltó elismerést. Pasteur minden elismerést bezsebelt a pasztörizálás bevezetéséért, holott az eljárás a baktériumok természetének téves megítélésén alapult. Halálos ágyán Pasteur elismerte, hogy tévedett, mert egy baktérium kártékonyága szempontjából valóban a környezet a meghatározó, viszont az a kár, amelyet elméletével okozott, már nem fordítható vissza.¹⁷

Nem Pasteur volt az egyetlen olyan tudós, aki egy egészen más gondolkodási iskolát képviselt ugyan, ám a tudomány előrehaladtával megváltoztatta véleményét. Rudolph Virchow, a kísérleti orvostudomány másik atyja a XIX. századi Németországban (akkoriban Poroszország) rengeteg időt szánt arra, hogy sejt-kórtanával lerakja a modern patológia alapjait.¹⁸

Ahogy sokan mások, kezdetben ő is úgy gondolta, hogy a baktériumok „rosszak”. Később megváltoztatta véleményét és beismerte, hogy tévúton járt – ahogy pályája végén, évekkel később bevallotta:

„Ha újraszületnék, életemet annak szentelném, hogy bebizonyítsam, a baktériumok a természetes környezetet keresik – ilyen a beteg szövet –, de nem ők a szövetkárosodás okai. Így például az szúnyogok is az állóvizet keresik, de nem miattuk lesz a víz állóvíz.”¹⁹

Virchow, Bernard és Béchamp egyetértettek abban, hogy a baktériumok önmagukban nem jelentenek veszélyt, azonban a környezet vagy „közeg”, melyben előfordulnak, meghatározza viselkedésüket. És akkor még nem is beszéltünk az immunrendszerről, amely az emberi szervezet egészséges működésének csupán az egyik pillére. Mi most a test belső ökoszisztémájáról beszélünk, amelynek szempontjából meghatározó a vegyszerek jelenléte és a táplálkozás.

Hisszük vagy sem, az immunrendszer úgy működik technikailag, mint egyfajta felmentő sereg: akkor lép működésbe, amikor a belső ökológiai környezet, mint afféle első védelmi vonal nem tudja megvédeni a szervezetet a baktériumokkal szemben. Ha a sejt-szövet megbetegszik, egyre több baktériumot vonz, ezért az immunrendszer is nagyobb fokozatra kapcsol, ami hol sikerrel jár, hol meg nem.

Tehát az egészséges belső környezet fenntartása elsődleges, az immunrendszer erősítése pedig másodlagos fontosságú. Azt már tudjuk, hogy a baktériumoktól önmagukban nem érdemes rettegni, hiszen mint látható, a társadalom azóta is él és működik. Pasteur baktériumokról alkotott téves feltevése vezetett azokhoz a módszerekhez és elvekhez, melyekkel a mai orvostudomány a betegségeket kezeli.

A rák kezelésének és megelőzésének szempontjából azért fontos mindez, mert hamarosan látni fogjuk, mennyire nem tájékoztatják a pácienseket arról, milyen fontos a szervezet belső környezetének egészsége az immunrendszer megfelelő működéséhez. A legtöbb esetben azt sugallják, hogy a rák kiala-

kulása olyan, mint egy szerencsejáték, és a betegnek nincs más választása, mint alávetnie magát az intenzív kezelésnek, amely gyakorlatilag ugyanazon a nézeten alapszik, amit Pasteur is osztott: vegyi anyaggal elpusztítani a rákos sejteket, ahelyett, hogy javítanák a sérült környezetet, ahová bejutottak.

A másik tévedés, ami ugyancsak Pasteur csíraelméletén alapul, hogy nem tesznek különbséget a kártékony és a jótékony baktériumok között. Bár még akadnak hiányosságok, a modern orvostudomány kezdi számításba venni egyes jótékony baktériumok immunerősítő hatását – ezeket hívják manapság probiotikumnak. Sokan úgy vélekednek, hogy a probiotikumok a szervezet belső környezetének fontos alkotóelemei.

Dr. Michael Lam orvos és természetgyógyász, American Board of Anti-Aging/Regenerative Medicine (BAARM) diplomás szakorvos, aki igen jártas a biológiai környezet területén, azt állítja, hogy a probiotikus baktériumok elengedhetetlenek ahhoz a folyamathoz, amit úgy ír le, mint „a hasznos (»jó«) és a kártékony (»rossz«) baktériumok milliárdjai közötti mikroszkopikus kölcsönhatások egyensúlya.”²⁰ A szervezet ökológiai egyensúlyának szempontjából a legkritikusabb láncszem talán a béltraktus, az esetek többségében ugyanis ez az a kritikus pont, ahol a rákos sejtek tért nyernek.

Dr. Lam szintén hangsúlyozza, mennyire fontos az emberi szervezet lúgosítása, a rákos sejtek ugyanis előnyben részesítik a savas közeget. Egészséggel kapcsolatos vélekedése összhangban áll Virchow, Bernard és Béchamp megközelítésével, és ez ugyanaz a nézet, amin az „alternatív” és integratív rákterápiák alapulnak, amelyeket a későbbiekben bemutatok.

A nyugati orvostudomány az esetek legnagyobb részében még mindig ragaszkodik a baktériumok megítélésének helytelen magyarázatához, és most sem hajlandó tudomást venni a szervezet ökológiai működésének fontosságáról, ami a közegészség rovására megy. Milliók szenvednek feleslegesen vagy halnak meg a sikertelen kezelések miatt, amelyek a káros sejtek elpusztítását célozzák, elsősorban ipari rákgyógyszerekkel.