scaricato da www.medicinacellulare.it

Nutrimento cellulare per una vista sana

Dott.ssa Aleksandra Niedzwieki
Dott. Matthias Rath, M.D.

Dr. Rath Education Services B.V.

L'immagine raffigura cristalli di vitamina C.

Nutrimento cellulare per una vista sana

Grazie alla vista possiamo gioire del sorriso di un bambino, godere delle bellezze della natura… sono gli occhi a guidarci nel mondo. Questi straordinari strumenti sono molto simili a macchine fotografiche in cui dei piccoli muscoli controllano sia il focus degli occhi sia la filtrazione della luce, comunicando con il cervello attraverso il nervo ottico.

Dott. Matthias Rath M.D.

Sentiamo la necessità di proteggere i nostri occhi a ogni costo, ma pochi sanno che una buona vista dipende dal funzionamento e dal nutrimento delle migliaia di cellule che costituiscono l'occhio.

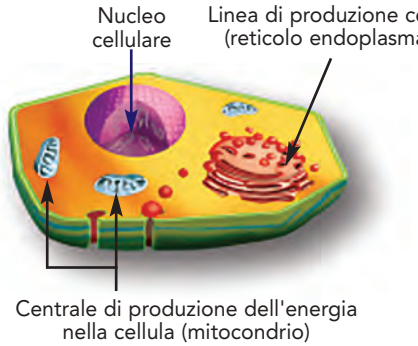
La medicina cellulare, un nuovo approccio alla salute e alla malattia sviluppato dal dottor Matthias Rath, offre soluzioni scientifiche e innovative per ottimizzare le funzioni cellulari mediante la sinergia tra nutrienti.

La sinergia tra nutrienti favorisce un buono stato di salute: come?

Oggigiorno si sente spesso parlare dell'importanza di una buona dieta e dell'esercizio fisico per il nostro benessere, ma sapevate che il vero segreto della nostra salute risiede nei 60 trilioni di cellule del nostro corpo? Come una piccola fabbrica, ogni singola cellula esegue continuamente migliaia di processi biochimici fondamentali per la nostra vita.

Alimentate dal cibo che ingeriamo, le nostre cellule lavorano all'unisono. Tuttavia, il cibo può essere sfruttato correttamente solo se contiene quantità e proporzioni ottimali di vitamine, minerali e altri micronutrienti. Il problema è che il nostro cibo, trasformato e conservato per lungo tempo, ha uno scarso contenuto di micronutrienti. Quando non mangiamo ci viene fame, ma siamo mai "affamati" di vitamine?

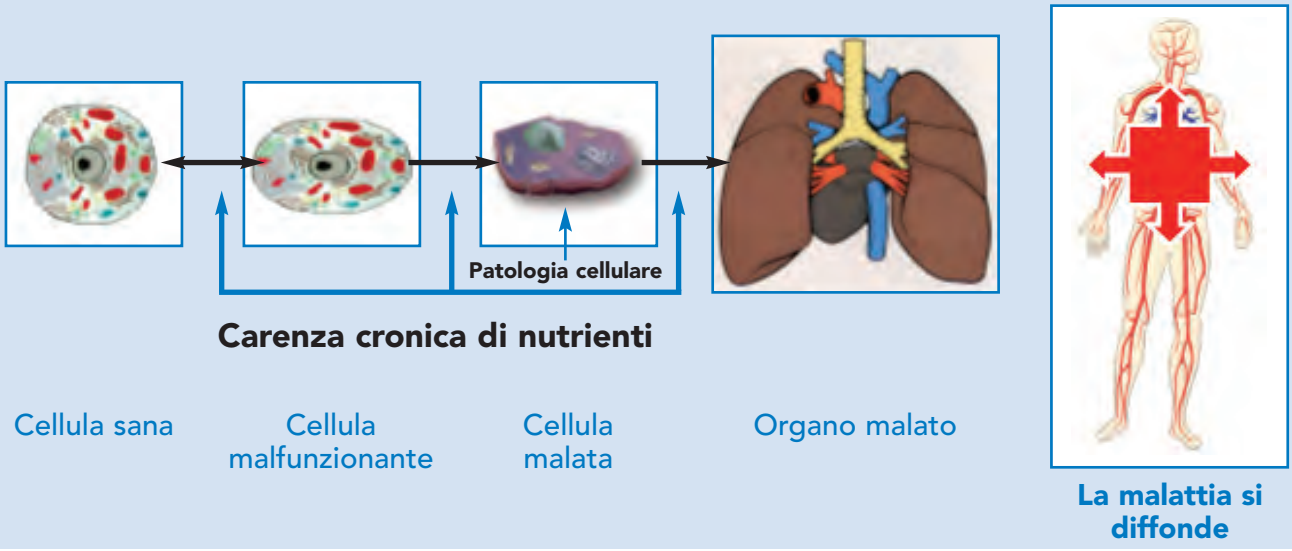
No, perché il corpo riconosce la carenza di vitamine solo quando è troppo tardi e il nostro corpo dà già segni di malfunzionamento.



Importanti biocatalizzatori:

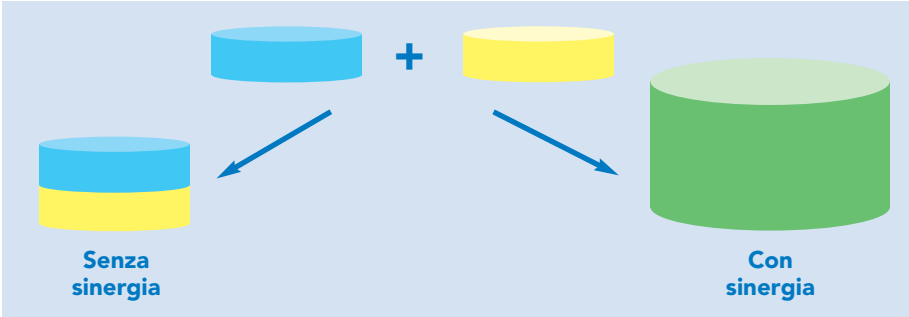
- ***Vitamina C***
- ***Vitamina B1***
- ***Vitamina B2***
- ***Vitamina B3***
- ***Vitamina B5***
- ***Vitamina B6***
- ***Vitamina B12***
- ***Carnitina***
- ***Coenzima Q-10***
- ***Minerali***
- ***Micronutrienti***

Uno studio pubblicato dal Journal of the American Medical Association (19 giugno 2002) afferma che la carenza di alcune vitamine "è un fattore di rischio per malattie croniche ed è frequente nella popolazione." In un altro punto si afferma: "La maggior parte delle persone non assume il giusto apporto di vitamine attraverso la dieta. Sembra consigliabile che tutti gli adulti assumano integratori vitaminici."



Se ben somministrati, i micronutrienti supplementari possono contribuire a ristabilire gli equilibri metabolici. I micronutrienti assunti singolarmente o combinati a caso non sprigionano al massimo i loro effetti benefici. Vitamine, minerali, amminoacidi e altri micronutrienti agiscono nel nostro corpo dividendosi in squadre ben definite, secondo le norme biologiche della sinergia tra nutrienti cellulari. Lavorano come un'orchestra che, se diretta correttamente, suona la giusta melodia con gli strumenti adatti al caso.

Secondo i principi sulla sinergia di nutrienti, le combinazioni specifiche di nutrienti sono biologicamente molto più efficaci rispetto all'azione dei singoli elementi. Applicando questa norma, possiamo ottimizzare la selezione e la quantità dei singoli nutrienti per ottenere il massimo effetto biologico. Usando nutrienti a basso dosaggio e combinati correttamente, possiamo ottimizzare la nostra salute e avere esiti migliori per i nostri disturbi.



Nell'azione sinergica, il risultato finale è migliore della somma dei risultati individuali. La sinergia è applicabile quando è coinvolto più di un meccanismo.

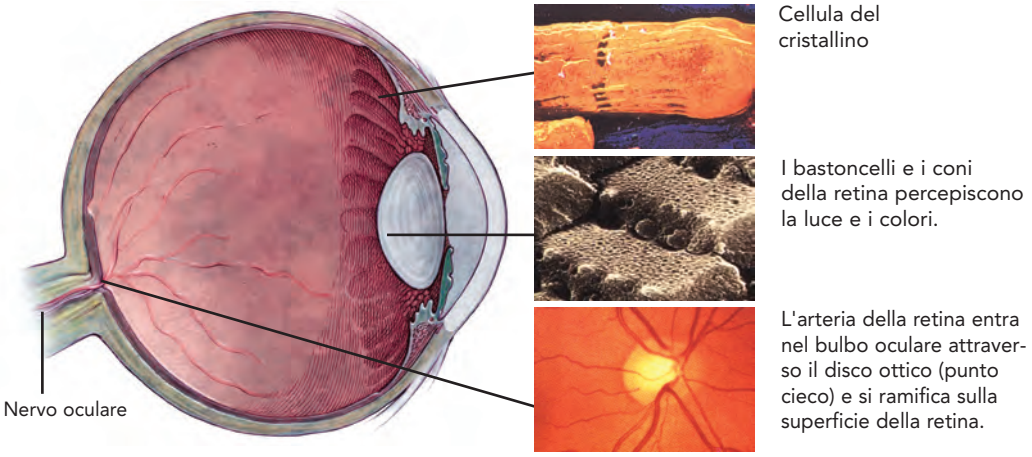
Come prendersi cura dei propri occhi

Il modo più efficace di favorire le funzioni della vista è la sinergia tra nutrienti.

L'approccio del dottor Rath alla medicina cellulare si basa su un dato molto semplice: tutti gli organi del nostro corpo, compresi i nostri occhi, sono formati da cellule che richiedono nutrienti specifici per funzionare al meglio. Perché tali organi mantengano le loro funzioni ottimali, è necessario un apporto continuo di vari micronutrienti, come ad esempio le vitamine.

Le cellule che formano l'occhio, quelle del nervo ottico che comunicano i segnali di luce al cervello, quelle dei muscoli che consentono ai nostri occhi di focalizzare, quelle dei vasi sanguigni che portano sangue e nutrimento agli occhi: queste cellule e molte altre hanno bisogno di particolari nutrienti.

Per ottimizzare il funzionamento di tutte le cellule che lavorano insieme per la nostra vista una vitamina non è sufficiente. Serve un gruppo di nutrienti specifici che lavorino in sinergia.



Quindi avere cura delle cellule dei nostri occhi significa adottare prima di tutto un programma base che includa diverse vitamine, minerali, aminoacidi e altri nutrienti fondamentali per armonizzare il nostro metabolismo.

Inoltre, poiché alcune cellule impegnate nel processo visivo svolgono compiti specifici, esse necessitano di nutrienti particolari o degli stessi ma in quantità maggiori.

Nella scelta degli integratori di nutrienti in sinergia per la salute dei vostri occhi, dovete tener conto di tre aspetti che influenzano considerevolmente la vista:

1. Protezione naturale delle funzioni fisiologiche essenziali per una buona vista:

Funzione:	**Micronutrienti utili:**
Muscoli ciliari la cui buona rilassatezza e contrazione controllano il focus del cristallino	Arginina, cisteina, vitamina E e vitamina C Vitamina A, luteina, betacarotene, zeaxantina, criptoxantina (gruppo di carotenoidi) e bioflavonoidi
Cellule epiteliali della retina e della macula, che servono al processo visivo	Vitamina C per migliorare l'elasticità e la struttura dei piccoli vasi sanguigni, Vitamina E per migliorare la viscosità e la fluidità del sangue
Vasi sanguigni degli occhi, che forniscono ossigeno e nutrienti agli occhi	Arginina, fonte di ossido di azoto, per rilassare le pareti dei vasi sanguigni degli occhi Cysteina, fonte di zolfo, per migliorare la struttura delle glicoproteine, che sono riempitivi e lubrificanti delle pareti dei vasi sanguigni
Guaina mielinica del nervo ottico, che trasporta gli impulsi di luce al cervello per creare le immagini	Cysteina, vitamina C, vitamina E e acido lipoico
Pigmenti funzionali e protettivi della macula	Vitamina A, luteina e altri carotenoidi

2. Protezione naturale degli occhi contro danni da stress ossidativo causato dai radicali liberi:

I derivati chimicamente attivi del metabolismo dell'ossigeno nascono da diverse fonti esterne (raggi UV, fumo, grassi ossidati e metalli tossici) e persino dal metabolismo stesso. Molte delle delicate strutture degli occhi, quali il cristallino e la macula (l'area della retina con la maggiore concentrazione di nervi per la percezione della luce), sono costantemente esposte alla luce e sono sensibili agli attacchi di radicali liberi.

Esistono dei nutrienti specifici, chiamati antiossidanti, che proteggono dai radicali liberi le cellule dell'intero organismo, compresi gli occhi. La funzione degli antiossidanti nelle cellule del nostro corpo è un esempio ideale della sinergia tra nutrienti: i singoli nutrienti si riciclano, si integrano e si appoggiano l'uno all'altro nello svolgimento di diversi compiti. Questa azione sinergica tra antiossidanti comprende:

I principali antiossidanti:

Vitamina A: importante per la vista, in particolare per la visione notturna.

Vitamina C: il principale antiossidante nelle parti acquose delle cellule, che può ridurre la pressione oculare in pazienti affetti da glaucoma. Al pari dell'ascorbil-palmitato, una forma liposolubile di questo nutriente, la vitamina C protegge la membrana cellulare ricca di lipidi, integrando l'azione della vitamina E.

Vitamina E: potente antiossidante liposolubile.

Acido lipoico: essenziale per la "sinergia antiossidante". La carenza di acido lipoico riduce la capacità degli altri antiossidanti di proteggere le cellule.

Carotenoidi: comprendono i pigmenti protettivi luteina e betacarotene, nonché bioflavonoidi quali l'antocianidina.

Cisteina: amminoacido contenente zolfo che si trova in diverse proteine. È precursore dell'importantissimo antiossidante cellulare glutatione (GSH).

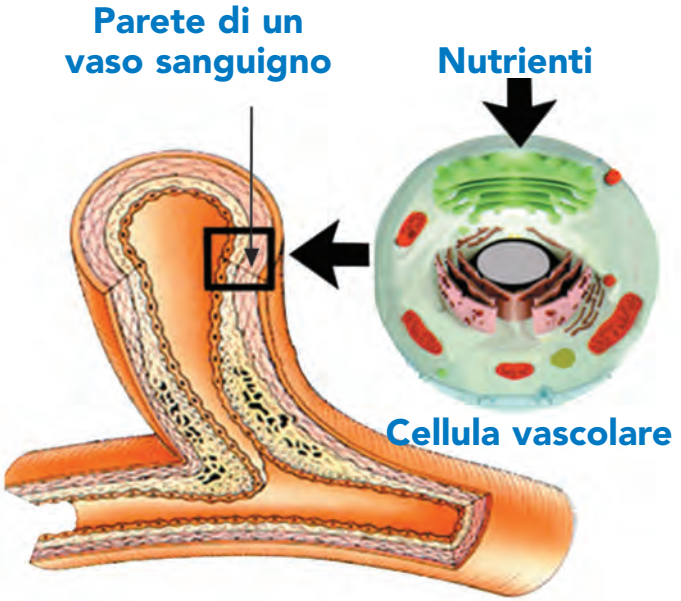
3. Prevenzione del deterioramento della vista a causa di invecchiamento accelerato:

Con l'avanzare dell'età, il flusso di sangue negli occhi diminuisce. Di conseguenza le cellule degli occhi vengono private sempre di più di nutrienti fondamentali necessari al loro corretto funzionamento e all'azione antiossidante.

Il processo di invecchiamento comporta molti cambiamenti, tra cui l'irrigidimento del tessuto connettivo degli occhi e delle pareti dei vasi sanguigni e danni al funzionamento dei muscoli lisci. Esistono molti nutrienti che possono proteggere le cellule dal deterioramento legato all'invecchiamento.

L'arginina stimola la produzione di ossido di azoto, necessaria al rilassamento ottimale dei vasi sanguigni per migliorare l'afflusso di sangue agli occhi.

Il livello di vitamina C negli occhi diminuisce con il passare degli anni. L'integrazione di vitamina C e di un complesso di bioflavonoidi nella propria dieta contribuisce ad assicurare una buona produzione di collagene, che previene l'irrigidimento prematuro dei tessuti oculari e la ridotta elasticità dei vasi sanguigni.



La buona salute delle pareti dei vasi sanguigni permette di alimentare meglio l'occhio con ossigeno e nutrienti.

A chi serve l'integrazione di nutrienti per la salute degli occhi?

Ai giovani e agli anziani

che lavorano al computer o guardano la televisione

Alle persone esposte alla luce artificiale o solare

A chi passa del tempo in ambienti con aria condizionata o riscaldamento

A chiunque sia esposto ad agenti inquinanti

A chi assume medicinali

Ai fumatori

Alle persone affette da diabete o da problemi di circolazione

Siete tra questi?

Altri modi di prendersi cura dei propri occhi

Mangiare sano

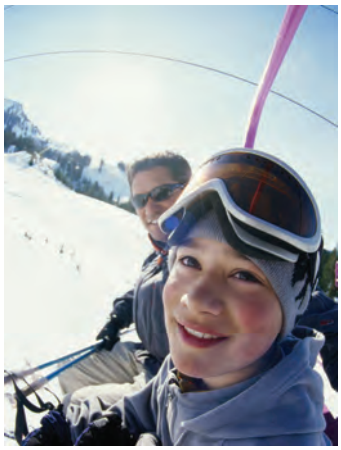
La salute dei vostri occhi è legata al buon funzionamento degli organi del vostro corpo, compreso il sistema cardiovascolare, il metabolismo epatico, il rendimento del cervello e altri fattori.

Quindi un'alimentazione sana aiuta tutto il corpo, compresi gli occhi. Includete nella vostra dieta quotidiana tanta verdura fresca (in particolare le varietà color verde scuro) e tanta frutta. È particolarmente importante mangiare bacche, anguria e carote perché contengono bioflavonoidi e carotenoidi.

Mangiate ogni giorno tanta frutta ricca di vitamina C e cibo ricco di acidi grassi essenziali, come il pesce, l'olio d'oliva, le mandorle e l'avocado.

Fare attenzione ai fattori esterni, come la luce solare

Nonostante i suoi denigratori, il sole è fondamentale per la salute degli occhi. Il sole che colpisce la retina la tiene attiva, un po' come l'attività fisica mantiene in forma il vostro corpo. Il sole stimola le ghiandole a produrre ormoni che regolano il vostro ciclo di sonno/veglia, l'equilibrio dei fluidi e l'umore.



D'altro canto, troppo sole può danneggiare gli occhi: i raggi ultravioletti possono causare la cataratta, la degenerazione della macula e la cecità temporanea per il bagliore riflesso da sabbia, neve o acqua. Il sole può aumentare la velocità di produzione dei radicali liberi, che possono causare malattie che a loro volta possono portare alla cecità.

Allora che fare per proteggere i propri occhi?

Evitare fattori potenzialmente dannosi:

- Portare occhiali da sole che schermino i raggi UV al 100%.
- Evitare le tossine che agiscono sul nervo ottico, come l'aspartame (Nutrasweet®), glutammato monosodico, steroidi, calmanti, anti-depressivi, litio e inibitori della monoamina-ossidasi.
- Evitare di fumare e anche il fumo altrui.
- Evitare l'esposizione ad agenti che possano irritare gli occhi o causare allergie agli occhi.

Trovare rimedio per la secchezza oculare:

- Usare agenti umidificanti (in particolare quando il clima è secco e quando si usano riscaldamento e aria condizionata).
- Evitare smog ed esalazioni.
- Cercare di battere più spesso le palpebre.
- Se si lavora al computer, posizionare il monitor in modo da guardare lo schermo con le palpebre abbassate.

Assicurare al propri occhi il corretto apporto di nutrienti.

Il Dr. Rath Research Institute

Il Dr. Rath Research Institute si trova a Silicon Valley, in California. Vi si studiano soprattutto i benefici che i micronutrienti apportano a diverse malattie croniche e il mantenimento di un buono stato di salute in base al nuovo metodo ideato dal dottor Matthias Rath, la medicina cellulare.

Il Dr. Rath Research Institute

Grazie alla medicina cellulare, le conoscenze sul ruolo dei micronutrienti come biocatalizzatori in molte reazioni metaboliche a livello cellulare vengono tradotte in applicazioni pratiche per la salute della persona. L'espansione di questo campo farà crollare il muro artificiale che ancora oggi separa la scienza della biochimica nutrizionale dalla pratica della medicina.

Le ricerche svolte dagli scienziati dell'istituto si basano sulle scoperte scientifiche del dottor Rath nel campo delle malattie cardiovascolari, del cancro e di altre gravi patologie. Il Dr. Rath Research Institute ospita un laboratorio farmaceutico di 23.000 mq e può vantare uno staff di scienziati altamente qualificati nel campo della medicina, della biochimica, della biologia cellulare e della nutrizionistica.

Diretti dalla dottoressa Aleksandra Niedzwiecki, questi scienziati conducono ricerche innovative nel campo della salute naturale e della medicina cellulare avvalendosi di scienze e tecnologie moderne.

La dottoressa Niedzwiecki e l'équipe di ricercatori dell'istituto.

Gli autori

Il dottor Matthias Rath ha dedicato la sua vita sulla ricerca di approcci naturali per la salute e all'applicazione delle sue scoperte a beneficio della salute delle persone. Il dott. Rath ha collaborato con il doppio premio Nobel Linus Pauling e ha prodotto diverse pubblicazioni scientifiche sull'uso di nutrienti in diversi disturbi cronici, in particolare sul controllo del cancro e dell'arteriosclerosi.
Il dottor Rath ha fondato il "Dr. Rath Research Institute" per portare avanti e promuovere la ricerca sulla medicina naturale sviluppando terapie per disturbi cronici comuni basate su nutrienti.
Il suo devoto team di ricercatori è guidato dalla biochimica

Dott.
Matthias Rath

Dott.ssa Aleksandra
Niedzwiecki

Aleksandra Niedzwiecki, che ha lavorato a stretto contatto con due portatori di premio Nobel e ha rivestito il ruolo di direttore nel reparto di ricerca cardiovascolare dell' istituto Linus Pauling (USA).
Il team del Dr. Rath Research Institute ha presentato il proprio lavoro in diverse conferenze scientifiche e cliniche e ha pubblicato le proprie scoperte su riviste specializzate.

Il progresso scientifico sulla medicina cellulare ha aperto nuove strade per la ricerca e la terapia di molte malattie.

Per maggiori informazioni, visitate il sito www.drrathresearch.org.

Bibliografia

Alves-Rodrigues A. et al.: The science behind lutein. Toxicol Letter, 2004, 150(1): 57–83.

Bursell S. et al.: High-dose of vitamin E supplements normalizes retinal blood flow and creatine clearance inpatients with Type 1 diabetes. Diabetes Care, 1999, 22(8) :1245–1251.

Cai J, et al.: Oxidative damage and protection of RPE. Progr Retin Eye Res, 2000, 19(2): 205–221.

Chevez-Barrios P.: et al. Cataract development in gamma-glutamyl transpeptidase- deficient mice. Exp Eye Res, 2000, 71(6): 575–582.

Filina AA.: et al. Lipoic acid as a means of metabolic therapy of open-angle glaucoma. Vapr Oftalmologii, 1995, 111: 68.

Koshiyama Y.: et al. Expression and localization of enzymes of arginine metabolism in the rat eye. Curr Eye Res, 2000, 20(4): 313–321.

Mitchell P.: et al. Nutritional factors in the development of age-related eye disease. Asia Pac J Clin Nutr, 2003, 12 Suppl: S5.

Packer L.: Antioxidant properties of lipoic acid and its therapeutic effects in prevention of diabetic complications and cataracts. Annals NT Acad Sci, 1994, 738: 257–264.

Rath M.: Why Animals Don't Get Heart Attacks…But People Do! Santa Clara, CA: Dr. Rath Education Services B.V., 2003.

Van Rooij J. et al.: Oral vitamin C and E as additional treatment in patients with acute anterior uveitis: A randomized double masked study in 145 patients. Br J Ophtalmol, 1999, 83(11): 1277–1282.

Ringraziamo Dr. C. Rapp
per il Suo appoggio della risunzione
di questo manifesto.

Il dottor Matthias Rath, erede del doppio premio Nobel Linus Pauling, ha aperto nuovi orizzonti sul controllo naturale del cancro, delle malattie cardiovascolari e di altre patologie croniche.

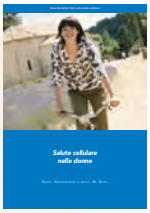
La sua ricerca sulla salute delle cellule è documentata nelle seguenti pubblicazioni:

Dott. M. Waheed Roomi /
Dott.ssa Aleksandra Niedzwiecki /
Dott. Matthias Rath
Cancro: Panoramica sul cancro e innovazioni della medicina cellulare
opuscolo, 52 pagine

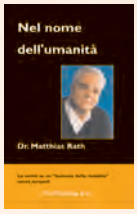
Dott. Matthias Rath
Domande e risposte sulla medicina cellulare
opuscolo, 36 pagine

Dott. Matthias Rath
Perché gli animali non sono soggetti ad attacchi cardiaci ... e gli uomini sì
Libro, 338 pagine,
ISBN-978-90-76332-54-3

Il Dott. Rath presenta i suoi rivoluzionari risultati scientifici relativamente alla guarigione da infarto, colpo apoplettico, diabete e altre patologie.



Dott. Matthias Rath /
Dott. Aleksandra Niedzwiecki
Salute cellulare nelle donne
opuscolo, 28 pagine



Dott. Matthias Rath
Nel nome dell' umanità
Libro, 132 pagine

Dott. Matthias Rath /
Dott. Aleksandra Niedzwiecki
Sinergia di nutrienti per la salute dell' apparato digerente
opuscolo, 24 pagine

www.drrathresearch.org
Pagina Internet internazionale sulla medicina cellulare
- Studi attuali / risultati della ricerca di base
- Conoscenze di base sui nutrienti cellulari

www.dr-rath-foundation.org
Pagina Internet internazionale per la liberalizzazione delle terapie naturali
- Campagne internazionali per la libera scelta della terapia
- Risultati attuali e manifestazioni

www.rath-eduserv.com
Pagina Internet internazionale del Dr. Rath Education Services B.V. con la possibilità di acquistare:
- Pubblicazioni scientifiche sulla medicina cellulare
- Dépliant informativi sulle terapie naturali

Dr. Rath Education Services B.V.
Postbus 656
6400 AR Heerlen
Paesi Bassi

Tel.: +31 (0)457 – 111 224
Fax: +31 (0)457 – 111 229

1111/01-0410/IT