

## Džoannas Badvīgas pretvēža diēta\*



Ārste Džoanna Badvīga (Dr. Johanna Budwig) bija viena Eiropas vadošajiem biokīmiķiem vēža slimību izpētes jomā.

Viņa piedzima 1908.gadā un nomira 95 gadu vecumā.

**Par onkoloģisko slimību izcilajiem pētījumiem viņa septiņas reizes tika nominēta Nobela prēmijai... Badvīga uzskatīja, ka attaukotu un pārstrādātu eļļu un tauku izmantošana uzturā noved pie nopietnām slimībām.**

Tā kā tagad visa pārtika tiek mākslīgi attaukota – tie ir draudi gan bērniem, gan pieaugušajiem.

Tika atklāts, ka veselu cilvēku asinīs Omega 3 taukskābju līmenis ir krietni augstāks nekā slimo.

Sekojot pētījumu rezultātiem, viņa sāka eksperimentu ceļā meklēt **pretvēža diētu** slimības ārstēšanai.

Rezultātā viņa izvēlējās biezpiena un organiskās linsēklu eļļas maisījumu.



**Linsēklu eļļa** satur Omega 3 taukskābes vairāk nekā citas eļļas, labi uzsūcas

un neizraisa alerģiju.

Savukārt biezpienā ir augsts glikoproteīnu līmenis.

Badvīga atklāja, ka šī biezpiena un linsēklu eļļas kombinācija padara eļļu šķīstošu ūdenī, t.i. organisms to labāk pārstrādā.

**Vienas pašas linsēklu eļļas lietošana ir nekaitīga, taču bezjēdzīga.** Eļļai obligāti jābūt sajauktai ar biezpienu.

Par pārsteigumu sev Badvīga atklāja, ka jau pēc trim šīs diētas mēnešiem veselības stāvoklis vēža slimniekiem uzlabojās. Audzēji samazinās, slimniekiem atgriežas spēks, bet asinīs vairs nav dzeltenzaļo daļiņu. Fosfolipīdu un lipoproteīdu līmenis atgriežas normas robežās, hemoglobīna līmenis arī normalizējas. Izdevās glābt pat slimniekus, no kuriem dakteri bija vienkārši atteikušies. Vēzi ir iespējams izārstēt.

**Pēc daudziem mēģinājumiem viņa atrada optimālu sastāvu – divas ēdamkarotes organiskas**



**(aukstās spiešanas metode) linsēklu eļļas g biezpiena viendabīgā masā. Lietošana – vienreiz dienā.**

**labi samaisīt ar 100-150**

**1990. gadā onkologs Dr. Roehm paziņoja, ka šī diēta ir visveiksmīgākā pretvēža diēta pasaulē.**

„Badvīgas protokola”, kā to vēlāk nosauca, izmantošana diētā, ir pierādījusi savu terapeitisko nozīmi vēža, miokarda

infarkta, aterosklerozes, aknu disfunkciju profilaksē un ārstēšanā, kuņģa čūlas, artrīta, ādas ekzēmas, vecuma deģenerācijas un autoimūno slimību ārstēšanā.

**Džoanna Badviga** savos pētījumos atklāja „slikto” tauku izmantošanas ļaunumu veselībai, tieši plaši izmantoto dehidrogenizācijas metodi (piemērs – margarīna, kas ir visai bīstams produkts cilvēkiem ar onkoloģisku risku, ražošana).

Džoannas Budvīgas zinātniskie uzskati visā viņas dzīves laikā tika pakļauti uzbrukumiem, bet pēc tam par tiem saskaņoti klusēja oficiālā medicīna, kas savsarpēji ir saistīta ar farmakoloģisko un pārtikas industriju. Kā atceras Klifs Bekvits (Cliff Beckwith), **Džoanas Badvīgas** bijušais pacients, ko 10 gadus viņa novēroja prostatas vēža dēļ, tika dokumentēti apmēram 1000 veiksmīgu izārstēšanas gadījumu no vēža.

Farmakoloģiskā un onkoloģiskā industrija ignorēja visus Džoannas Badvīgas sasniegumus. Bez tam viņas secinājumi varēja nopietni iedragāt pārtikas industriju tauku ražošanas jomā.



**Džozanna Badvīga** uzskatīja par nepieļaujamu izmantot jebkādas rafinētas eļļas, tā saucamos mākslīgos taukus (**margarīnu, majonēzi**), ko iegūst pilnīgas vai daļējas dehidrogenizācijas procesā. Visus šos taukus atgrūž organisms, sirds muskulis, kas noved pie dažādiem traucējumiem, arī šūnu līmenī. Pie sliktajiem taukiem Džozanna Badvīga iekļāva arī **nepiesātinātos taukus**, kas plaši tiek izmantoti konditorejas izstrādājumu ražošanā.

Pēc viņas uzskata, **lietošanai pārtikā ir pieļaujami ogļhidrāti**, kas satur dabīgo cukuru: āboli, vīģes, bumbieri, vīnogas. Nav atļauts lietot visa veida rafinēto cukuru, makaronu izstrādājumus, baltmaizi, treknu gaļu, ceptus un konservētus produktus. Praktiski visiem, lai saglabātu normālu veselību, tiek rekomendēts **katru dienu lietot vismaz 100 biezpiena ar 5 gramiem linsēklu eļļas**.

Saskaņā ar „Badvīgas protokola” diētu, brokastīs var iekļaut medu, sajauktu blenderī ar ar auksta spieduma linsēklu eļļu (tādu **eļļu jaglabā tikai ledusskapī**), nelielu daudzumu tikko slauktu svaigu pienu (deficīts produkts mūsdienu urbāniskajā vidē) un svaigu graudaino biezpienu. Ir atļauts pievienot riekstus (**izņemot zemesriekstus**) un nelielu daudzumu svaigus sezonas augļus.

Nepieciešams atzīmēt, ka Džozanna Badvīga **smagu saslimšanu gadījumos izmantoja maisījumu, kura sastāvā bija 42 gramus linsēklu eļļas (3 ēdamkarotes) uz 100 gramiem svaiga biezpiena**. Parastā ikdienas praksē, izmantojot šos produktus profilaksei, nepieciešams lietot mazāku linsēklu eļļas daudzumu uz lielāku biezpiena daudzumu.

#### **PIEZĪME.**

##### **Linsēklu eļļa ātri bojājas.**

Ja ieraudzīsiet to veikala plaukta, obligāti skatieties uz pildīšanas datumu.

**Ja pagājis vairāk nekā mēnesis, 100 %, ka eļļa ir sabojājusies, pat ja derīguma termiņš ir gads.**

Pārdevēji ir neizglītota tauta. Domā, ja eļļa, tad var to glabāt tāpat kā saulespuķu eļļu: siltumā un gaismā.

Bojāta eļļa ir rūgta un negaršīga. Svaiga eļļa ir mazliet asa, kā sinepes, un ļoti aromātiska.

Nobeigumā gribētos atzīmēt, ka **pretvēža diēta** ir noderīga visiem, ne tikai **vēža ārstēšanai** **bet arī veselajiem profilaksei.**