

Saunaterapian vaikutukset myrkköjen poistumiseen

Tietolähde: SAUNA THERAPY FOR DETOXIFICATION AND HEALING, Lawrence Wilson, M.D. /USA

Saunaterapian aikana teetin mineraalianalyysin hiuksistani joka 2-3 kuukauden välein. Osa tuloksista on vedetty yhteen kahteen allaolevaan taulukkoon.

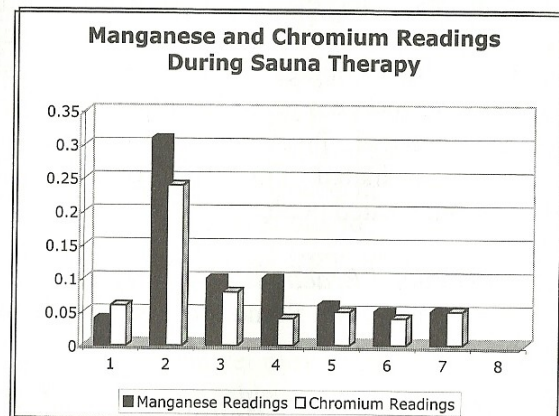
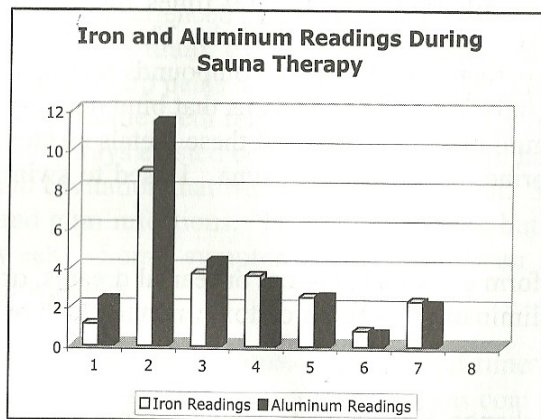
Lukeaksesi näitä taulukoita, numerot alarivissä tarkoittavat peräkkäisiä testejä. Numerot pystyakselilla tarkoittavat mineraalitasoja milligrammoina sataa grammaa kohden.

Pilarit osoittavat dramaattisia muutoksia mineraalitasoissa eli rautaa, alumiinin, mangaanin ja kromin poistuminen kehosta on lisääntynyt oleellisesti saunaterapian aikana. *Kun mineraalien taso nousee nopeasti toistettavien hiusanalyysien aikana, osoittaa se lähes aina, että tuota mineraalia poistuu kehosta oleelliset määrät.*

Nämä merkittävät mineraalien poistumiset kehosta aikana, jolloin olin hyvin tarkka siitä mitä söin, join, hengitin tai kosketin, osoittavat näiden metallien poistumista ihon ja hiusten kautta.

Kun poistuvien raskasmetallien määrä aluksi nousi merkittävästi, väheni se peräkkäisten testien jälkeen normaalille tasolle osoittaen, että saunahoidon edetessä heho puhdistui.

Hair Mineral Values For One Year During Sauna Therapy



Testitulokset ovat varsin dramaattisia. Vaikka olen testannut 25 vuoden aikana mineraalitasojani eri hoitomuotojen aikana, en ole löytänyt vastaavia lukemia lähellekään tätä tasoa. Testini eivät koskaan olleet näyttäneet näin korkeita mineraalitasoja vaikka olin testannut niitä muista ihmisistä. Varsinkin toisen testin tulokset noin kuukausi saunahoidon aloittamisesta osoitti minulle sen, että infrapunasaunaterapia on paras tapa poistaa myrkyllisiä metalleja kehosta. Mikään muu terapiamuoto ei ole osoittautunut yhtä tehokkaaksi.

Näihin tuloksiin viitaten suosittelemme infrapunälämmittimen asentamista myös saunan kattoon, sillä pään lämmittäminen auttaa poistamaan raskasmetalleja. Lisäksi lääkäri suosittelee nauttimaan runsaasti C-vitamiinia, sillä se auttaa soluja myrkköjen poistossa. Yliannostusta ei tule koska se on vesiliukoinen vitamiini ja ylimäärä poistuu kehosta.