



LNS Nyhedsbrev oktober 2015

Op til 10 mio. koreanerne syge af deres telefoner

I Korea kan dette store antal mennesker være ramt af en række skader, der stammer fra overdreven brug af smartphones.

Ifølge Health Insurance Review and Assessment Service var antallet af patienter, der klagede over myofascial smertesyndrom, karpaltunnelsyndrom, ryg- og nakkeskader, skildpaddehals syndrom og tørre øjne i 2014 over 9.670.000.

Sim Woo-suk på Samsung Medical Center sagde, "at overdreven brug af smartphones er kendt for at forårsage forskellige muskel- og nerve problemer og problemer i øre, næse og hals samt infertilitet."

Dækningsgraden af smartphones i Korea med hele 83 procent er den fjerde højeste i verden, og den gennemsnitlige tid koreanerne bruger på deres telefon er tre timer og 39 minutter om dagen.

Anvendelse af smartphones i en længere periode påvirker nemt muskler og nerver og kan forårsage tørre øjne. Antallet af patienter med dette særlige problem er steget med 15,7 procent indenfor de seneste fire år.

Lee Sang-won, en øjenlæge i Seoul siger, at "øjnene bliver holdt fugtige, når vi blinker en gang hvert 10 sek. Når folk bruger en smartphone stirrer de ofte længe på skærmen og blinker ikke i helt op til fem minutter. Det forårsager, at tårer eller fugtigheden fordampes og efterlader øjnene tørre."

De elektromagnetiske bølger, der udsendes af smartphones kan også være skadelige, da de kan forårsage rhinitis og infertilitet. I USA har 19 mio. mennesker nonallergisk rhinitis, som opstår uden kendt årsag (tilstoppet næse, næsen løber, snøften o.lign.) i modsætning til allergisk rhinitis, som også involverer immunsystemet.

<http://www.webmd.com/allergies/nonallergic-rhinitis>

http://english.chosun.com/site/data/html_dir/2015/10/14/2015101401709.html

GMO majsdyrkning i Danmark?

I Danmark og de øvrige EU-lande er det i dag lovligt at sælge og købe godkendte GM-fødevarer. Men for at forbrugerne skal kunne vælge produkterne fra, skal de være mærkede som GMO. Det betyder i praksis, at GM-afgrøder 'kun' bliver solgt som dyrefoder i Europa.

Et flertal i Folketinget vil holde Monsanto's nye, genmodificerede majstype, MON 87427 væk fra danske marker, selvom regeringen og især Eva Kjær Hansen havde ønsket det modsatte, og til trods for at Roundup (som findes i GMO majs) dræber og forvansker mennesker, miljø og natur, og til trods for at Roundup er kræftfremkaldende.

Dansk Center for Fødevarer og Jordbrug (DCA) ved [Aarhus Universitet](#) har advaret fødevarerministeren mod godkendelsen af den nye GMO majs, da de mener, at rester fra glyphosat (Roundup) i GMO afgrøder også risikerer at kunne gøre mennesker syge, og at hele området bør yderligere undersøges.

I Californien har [The Environmental Protection Agency](#) netop besluttet at kategorisere Roundup og glyphosat som kræftfremkaldende, og flere stater i USA forventes at følge efter.

WHO kategoriserer i dag glyphosat som potentielt kræftfremkaldende.

Referencer: [Nu-kan-danmark-forbyde-gm-afgroeder-uden-indblanding-fra-EU - GMO Autorisation gennem EU kommissionen er muligt](#) - [Flertal i Folketinget imod GM majs på dansk jord](#)

Succes i kræftbehandling med homøopati komplementært med traditionel behandling

Homøopati i Frankrig har fået en stadig mere fremtrædende rolle i kræftbehandlingen. Brugen af homøopatisk medicin er steget med 100% i løbet af de seneste fire år. Hvert år anvender ca. 400 000 franske kræftpatienter homøopati som supplement til den sædvanlige behandling. Fordi homøopatisk behandling virker hurtigt og effektivt, er overkommelig og uden bivirkninger, når den anvendes korrekt, er det blevet den mest populære alternative behandlingsmetode i Frankrig.

"Tidskrift för Homeopati " anviser nogle af de homøopatiske midler, der kan være effektive på forskellige stadier i kræftbehandlingen. Tidsskriftet nævner også mange gode homøopatiske midler, der kan anvendes til behandling af bivirkninger af kemoterapi, herunder anæmi, som let opstår under kemoterapi. Homøopati anvendes ved mangel på såvel røde som hvide blodlegemer samt blodplader.

I det sidste nummer af "Homøopatisk Journal No. 2, 2015" refereres bl.a. en artikel fra HRI's Homøopatiske Forskningskonference i Rom, der fortæller om Dr. Elio Rossi fra Italien. Han præsenterede en undersøgelse foretaget på 173 patienter. Resultatet viser, at homøopatisk behandling har stor effekt på kræftpatienter, og at disse havde signifikant færre og mildere bivirkninger af konventionelle behandlinger. Patienternes generelle tilstand forbedredes. De oplevede mindre kvalme, sov bedre, var mindre deprimerede og mindre ængstelig. Undersøgelsen viser også, at patienter i højere grad takket være den homøopatiske behandling kunne vende tilbage til deres hverdag. Det betød, at sygefravær faldt og i sidste ende gav økonomiske fordele.

Kilder: [Dagens Homeopati](#) - [Homeopati, en effektiv behandlingsmetode....](#) - [Marina Szöges.](#) - [Homeopatisk Tidsskrift nr 2, 2015](#) - <http://homeopatiframjandet.se/medlemskap-i-foreningen/>

Aspartam findes stadig i vore fødevarer

Selvom denne artikel om ASPARTAM blev skrevet i 2010 er den desværre stadig højaktuel. Forfatteren Alun Biggarts afsluttende bemærkninger i artiklen lyder: ***"Jeg håber at denne artikel vil få dig til at stoppe op og lytte til de signaler, som din krop sender dig. Hvis du indtager en fødevarer, som indeholder aspartam, hvad siger din krop så til dig?"***

[Læs om aspartam her](#)

Hjerteenergien involverer vores DNA

HeartMath Institutttet har dokumenteret, at kvaliteten af vores følelsesliv har en direkte indflydelse på vores DNA og proteinsyntesen – forhold, som er afgørende for kroppens evne til at danne enzymer, hormoner, immunstoffer mm.

Undersøgelsen tager udgangspunkt i tidligere studier, som har vist en tilstedeværelse af kvantekohærens i biologiske systemer – studier, som har vist at kvantefelter har indflydelse på neurologiske, immunologiske og cellulære forhold i kroppen. Disse studier støtter teorien om, at vi i kroppen finder tilstedeværelsen af endokrine elektromagnetiske felter, som er kohærente af natur. (hormonkirtler/chakra).

Forskerne på HeartMath Institutttet arbejder ud fra, at hjertet fysisk er en elektrisk oscillator, der ligesom en radiosender udsender kohærente frekvenser i kroppen, som genererer sundhed og vitalitet. Forskerne har således gennemført forsøg, som dokumenterer, at når mennesket fokuserer på at skabe dybe følelser af kærlighed og påskønnelse, opstår der en sammenhæng mellem hjertets kohærente ECG-mønster og hjernens elektriske aktivitet. Selvom hjertet er kendt for at udstråle et elektromagnetisk felt, tror forskerne, at den energetiske udveksling mellem hjertet og resten af kroppen også formidles gennem et kohærent kvantefelt, som de har døbt "hjerneenergien". Forskerne mener også, at denne vitaliserende og positive hjerteenergi involverer vores DNA, idet tidligere forskning har dokumenteret, at menneskets DNA spontant udstråler kohærente kvantefotoner.

Netop derfor opsatte forskerne fra HeartMath Institutttet et forsøg, som een gang for alle skulle afklare sammenhængen mellem dybe kohærente følelser som kærlighed, omsorg og påskønnelse, og at denne "hjerneenergi" kunne ændre DNA'ets struktur. Forsøget viste med al tydelighed denne emotionelle forbindelse mellem vores følelser og DNA!

Et antal forskere fra HeartMath Institutttet, flere dygtige healere og fem frivillige universitets-studerende, deltog i forsøget.

Læs resten her: Holistica-Medica.dk

Kilde: HearthMath Science of the Heart

Resistente bakterier og andre problemer med antibiotika

Antibiotika kan ikke kun gøre bakterier resistente - men i nogle tilfælde også stærkere og mere effektive.

Et af de alvorlige problemer med resistente bakterier er, at de overlever en kur med antibiotika. Under en antibiotikakur dør de bakterier, som er modtagelige overfor antibiotikaen, men problemet er, at der så bliver mere plads til de resistente bakterier, som nu mere frit kan formere og brede sig.

En ny undersøgelse viser, at resistens i sig selv kan gøre nogle bakterier stærkere og mere smitsomme. Fx bliver bakterien *Pseudomonas aeruginosa*, der forårsager infektioner i patienter med cystisk fibrose eller svækket immunforsvar, stærkere og mere effektiv, hvis den bliver resistent.

I et forsøg indsatte forskerne bakterier i mus. Den resistente bakterie udgjorde i starten 0,1 procent af bakteriestammerne, men efter blot fem dage udgjorde den resistente, muterede bakterie mere end 40 procent af bakteriestammerne i musene. Under forsøget fik musene ingen former for antibiotika, så bakterien spredte sig ikke, fordi den var resistent, men fordi den var stærkere.

Nu hvor bagsiden af medaljen er tydelig for enhver, er der al mulig grund til at nedsætte

forbruget af antibiotika til dyr og mennesker. Ikke blot antibiotikas evne til at danne resistente bakterier er problematisk, men også de ændringer, som antibiotika forårsager i tarmfloraen, kan have vidtrækkende konsekvenser for den enkelte berørte fremover. Kun ved at ændre vores brug af antibiotika kan vi blive ved at bekæmpe multiresistente bakterier og sikre, at der findes lægemidler (eller hvad med naturlige midler, red.) til at redde de millioner af mennesker, der hvert år rammes af bakterieinfektioner.

Kilder: 1-Videnskab.dk - 2-Videnskab.dk

Damien Roux, Olga Danilchanka m.fl. Fitness cost of antibiotic susceptibility during bacterial infection. Science Translational Medicine 22 Jul 2015: Vol. 7, Issue 297, pp. 297ra114. DOI: 10.1126/scitranslmed.aab1621

Nomedica.dk

Atjuuuuu

Efterår betyder for mange også influenzatid. Flere og flere fravælger af gode grunde vaccination og tilvælger forebyggelse ved at styrke immunforsvaret. Elsker du hvidløg, så er denne hvidløgssuppe 100 gange stærkere end den bedste antibiotika på markedet! Vi takker for den enkle opskrift, som følger: **50 fed hvidløg, 1 rød løg, og noget timian!** Supernemt! Suppen er i stand til at bekæmpe mange influenzavira, forkølelse, og selv norovirus (tarminfektion, Roskildesyge). Bon Appetit!

Det interessante ved hvidløg er, at nye og muterede vira / infektioner, som ikke kan behandles med traditionel antibiotika, kan behandles med hvidløg. Årsagen til hvidløgs fantastiske antibiotiske egenskaber er det kemiske stof allicin. En undersøgelse udført ved Washington University har vist, at hvidløg er 100 gange mere effektiv end de 2 mest populære antibiotika på markedet. Værd at vide!

Kilder: [Natural Cures](http://NaturalCures.com) - Sundhed.dk

Kolloidt sølv

Kolloidt sølv er et naturligt antibiotikum, som er uden bivirkninger. Kolloidt sølv optages i mikroorganismene og ødelægger deres kemiske processer, så de dræbes. Samtidig medfører den måde, det kolloide sølv virker på, at mikroorganismene ikke kan mutere eller blive resistente.

Kolloidt sølv angriber kun de skadelige bakterier, men påvirker ikke de gavnlige bakterier i vores tarmkanal, da det opsluges i maven og den øverste del af tyndtarmen.

Kolloidt sølv er ikke skadeligt og ophobes heller ikke i kroppen.

Sølv er godkendt til brug i mad.

Den bedste måde at indtage kolloidt sølv på er en teskefuld kolloidt sølv 3-4 gange dagligt og holde det i munden nogle minutter. Man kan derefter gurgle med det og synke det. Det medfører en hurtig optagelse i blodet og er blandt andet med til at modvirke betændelse, også i tandkødet (paradentose). Man kan også spraye kolloidt sølv i halsen.

Kilde: [Radiodoktoren CVH](http://Radiodoktoren.CVH)

Alvorligt depressive i gruppeterapi kan droppe medicinen

En britisk Lancet-undersøgelse viser, at mindfulness som behandlingsform tilsyneladende virker lige så godt som antidepressiver. Øvelserne går ud på *at undgå* at lade sin opmærksomhed rive med af negative tanker og følelser fra øjeblik til øjeblik samt *undgå* at dømme sine egne tanker.

Forskerne gav 212 depressive patienter behandling med mindfulness terapi i to år, mens

en kontrolgruppe på 212 patienter fortsatte i et medicinsk tilbud i samme periode. Der skete tilbagefald af depression i begge grupper i samme størrelsesorden, nemlig 44 procent i gruppen, der blev behandlet med meditationsbaseret terapi, og 47 procent af patienterne i det medicinske tilbud.

Det er det første, store sammenlignende studie af mindfulness og antidepressiva, og resultaterne er overbevisende. Forskeren fortæller, at resultatet er blevet mødt med stor interesse i England, og i Danmark er en kollega, overlæge i psykiatri samt seniorforsker ved Aarhus Universitetshospital og selv uddannet instruktør i mindfulness begejstret. Hun mener endvidere, at den meditationsbaserede terapiform ikke bliver anvendt tidligt nok på patienter i det danske sundhedssystem.

Undersøgelserne af omkostningerne ved de to forskellige behandlingsmetoder i Lancet-undersøgelsen viser også, at det ikke er dyrere at behandle med mindfulness end med medicin.

En af mange negative bivirkninger ved behandling med psykofarmaka er en voldsom vægtforøgelse. Derfor er det vigtigt at kunne tilbyde alternativer til den medicinske behandling, som ikke alle patienter trives med. Patienternes interesse for at anvende mindfulness som behandlingsform er stor, og forskerne bag projektet mener, at mindfulness virker lige så godt som antidepressiver. Der er tale om 2 positive bivirkninger, nemlig at der kan spares mange penge og sidst men ikke mindst undgås lidelse for de mange tusinde, der rammes af depression.

Kilde: [Politiken/Viden/April 2015](#)

Se næste LNS foredrag i Værløse Kirke 20. oktober

Tegn et medlemskab i LNS NaturSundhedsrådet - Resten af 2015 og hele 2016 for et års pris - [Medlemsfordele her](#)

Vi udsender til alle der står på vores mailing liste



Redigeret af Vera Marcher
LNS NaturSundhedsrådet
Kontor: Møllegårdsvej 3, Osted
DK-4320 Lejre - LNSNATUR.ORG
CVR Nr. 30751361
Copyright © 2015 All rights reserved

[Opdater dine oplysninger her](#) | [Videresend gerne denne mail](#) | [Frameld listen](#)