Szanowny Panie Januszu !

Bardzo proszę o radę, czy w moim przypadku wskazana byłaby dieta optymalna (wrzody żołądka), dwa tygodnie temu ostry atak - szpital i perspektywa operacji po badaniach jednak wstrzymano się z operacją.

Lekarze wykluczyli u mnie spożywanie tłuszczy zwierzęcych i tłustych potraw. Mam 45 lat pracuję na "taśmie" w z-dzie elektronicznym.

Z wyrazami szacunku Krystyna

Wiadomosc wyslana ze strony www.optymalni.pl

Szanowna Pani!

Odpowiadałem już w Wirtualnej Ark@dii na list związany z postępowaniem w ostrym stadium choroby wrzodowej (być może Pani Go nie czytała, gdyż zginął w natłoku innych informacji, więc żeby się nie powtarzać zredaguję swoją odpowiedź trochę inaczej. Nie ma innego sposobu trwałego wyleczenia choroby wrzodowej, jak zastosowanie Żywienia Optymalnego! Aby zapoznać się z najlepiej byłoby przeczytać którąś z książek doktora Kwaśniewskiego. Można też (jeśli nie chce Pani kupować książki) poczytać o ŻO na stronach internetowych np.: http://ikoiko.republika.pl/ Jeśli chce się Pani naprawdę wyleczyć z choroby wrzodowej to podaję skuteczny sposób postępowania w ostrych stanach choroby wrzodowej znany dawniej jako dieta Sippy`ego. Od pewnego czasu ta skuteczna w leczeniu wrzodowców dieta zaczęła być przez lekarzy potępiana, a obecnie została „zamilczana na śmierć". Dziwnym trafem zbiegło się to z promocją nowych importowanych z Zachodu środków farmaceutycznych na chorobę wrzodową i całą resztą innych wspomagających leków na nerwy, na helicobacter pylori itp. Leki te, co prawda, były stosunkowo skuteczne (na krótką metę) natomiast nie usuwały przyczyn (jak w reklamie TV) i trzeba było z czasem zażywać ich coraz większe dawki przy coraz mniejszej skuteczności. Nota bene w poradnikach lekarskich można przeczytać, że niektóre z nich mogą powodować wiele skutków ubocznych z przerostem prostaty i jaskrą włącznie! Poniżej przytaczam tekst z opisem diety Sippy`ego pochodzący z Podręcznika dla Średnich Szkół Medycznych (drugie wydanie) z 1962 r. autorstwa prof. AM w Białymstoku dr Jakuba Chlebowskiego. Jeśli ma pani „opory" co do osoby doktora Kwaśniewskiego to dodam, że tekst pochodzi z okresu kiedy lek. med. Jan Kwaśniewski dopiero opracowywał swoją dietę. Od siebie dodam, że w ten sposób leczyła mnie żona w atakach choroby wrzodowej. Niestety po wyleczeniu ostrego stanu, pod presją propagandy „zdrowego żywienia" płynącej ze środków „musowego przekazu" zaczynałem się żywić „zdrowo", aż do następnego ataku (które powtarzały się coraz częściej) i mimo zażywania coraz większych dawek nowoczesnych środków farmaceutycznych stan mojego przewodu pokarmowego stale się pogarszał. I jakoś do głowy przyjść mi nie mogło, że sposób żywienia, który „wyciągał" mnie z ciężkich stanów chorobowych należało stosować stale. Olśnienia doznałem po przeczytaniu wstępu do Książki Kucharskiej dr Kwaśniewskiego. Po przejściu na ŻO, poprzedzone dietą Sippy`ego zastosowaną po kolejnym ataku, moje kłopoty z wrzodami i przewodem pokarmowym szybko uległy poprawie aż do całkowitego ustąpienia. Poniżej tekst o którym wspominałem:

(...)Leczenie. Podstawowe znaczenie w leczeniu zaostrzenia choroby wrzodowej ma odpowiednio zorganizowane pielęgnowanie, spokój i dieta. W ciągu 2-3 tygodni w okresie ostrym chory powinien leżeć w łóżku, najlepiej w szpitalu. Dieta powinna oszczędzać chory narząd, przyczyniać się do zmniejszenia wydzielania soku żołądkowego i jednocześnie dostarczać ustrojowi pokarmów wystarczających pod względem ilościowym i jakościowym.

Osiągnąć to można w różny sposób; do najbardziej rozpowszechnionych należą diety: Sippy'ego i Pewznera. Stosowanie tych diet jest obliczone na kilka tygodni. W najcięższych przypadkach Sippy zaleca kilkudniową głodówkę, podczas której chory dostaje tylko około l litra płynów dziennie w postaci 5°/o roztworu glikozy oraz soli fizjologicznej w kroplówce doodbytniczej lub dożylnej. Od 3-4 dnia chory otrzymuje od godziny 7 rano do godziny 19 co godzinę po 100 ml mleka zmieszanego do połowy ze śmietanką, w przerwach zaś między tymi posiłkami podaje się choremu alkalia (0,5-1,0 g dwuwęglanu sodu na przemian z 0,5 g magnezji palonej albo węglanu wapnia w zależności od charakteru wypróżnień; magnezja bowiem przyczynia się do rozwolnienia, węglan wapnia zaś do zatrzymania stolców). Następnie co 2-4 dni, kierując się stanem chorego, wprowadza się stopniowo do tego podstawowego pożywienia dodatki w postaci jaja na miękko i grysiku, tak że po 10-12 dniach chory poza mlekiem mieszanym ze śmietanką otrzymuje 3 jaja na miękko i 250 g grysiku dziennie. Później dodaje się masło, ryż, mąkę owsianą itp. W 3 tygodniu wolno dodać móżdżek cielęcy, później skrobane mięso. Oczywiście w zależności od potrzeby wprowadza się do tego schematu pewne modyfikacje. Schemat diety Pewznera przewiduje w ciągu pierwszych 10-12 dni płynne lub galaretowate pokarmy: jaja na miękko lub omlety na parze, zupy kiełkowe, mleko i masło oraz odwar głogu, czy też soki owocowe jako źródło witaminy C. W ciągu następnych 10-14 dni dodaje się 50-70 g białych sucharków, przetarte kasze na mleku, a wreszcie 70-120 g mięsa w postaci knedli lub puree mięsnego. W ciągu całego tego czasu chory powinien pozostawać w łóżku. Po kilku dniach przejściowej diety, w których chory otrzymuje dziennie dodatkowo do poprzednich pokarmów jeszcze 300 g czerstwego białego chleba i 200 g przetartych ziemniaków oraz marchwi, przechodzi się na dłuższy czas (kilka miesięcy) do pożywnej diety oszczędzającej. Z jadłospisu osób cierpiących na chorobę wrzodową wyłączamy alkohol, rosoły mięsne i jarzynowe, grzyby, potrawy smażone, ostre i solone, konserwy i wędliny, grube surowe jarzyny, ciastka, pierogi i razowy chleb. Wyłączenie na dłuższy czas wspomnianych pokarmów drażniących błonę śluzową żołądka i pobudzających do wydzielania kwasu solnego, należy do zasad żywienia w każdym schemacie. Nie należy tylko przesadzać i pamiętać o konieczności dostarczenia choremu dostatecznej ilości różnych witamin i soli mineralnych w pożywieniu, wszystkie bowiem bardzo ścisłe diety są pod tym względem nie bez zarzutu. Dlatego też wprowadzenie od czasu do czasu (nie w ciągu pierwszych l-2 miesięcy) pewnych odchyleń od schematu nie tylko nie przynosi szkody, lecz nawet przyczynia się do poprawy stanu chorego. Podstawą żywienia chorych na chorobę wrzodową powinny być jaja, masło, zupy kiełkowe, mleko, kasze drobne i przecierane, puree ziemniaczane i jarzynowe, siekane i mielone mięso, gotowane na parze, oraz świeża gotowana ryba(...)

Oczywiście po zastosowaniu diety Sippy`ego należy bezzwłocznie przejść na ŻO, aby nawroty choroby już się nie powtórzyły!

Pozdrawiam
Janusz Żurek

Komentarz:

Zalecenia przytoczone w tekście z 1962 roku nie są w pełni zgodne z ŻO doktora Kwaśniewskiego, nie mniej były w owym czasie najlepszym sposobem na dolegliwości spowodowane chorobą wrzodową. W późniejszym okresie nastąpiło w tym względzie cofnięcie się w rozwoju oficjalnej medycyny i dietetyki, a przy tym całkowite zignorowanie osiągnięć doktora Kwaśniewskiego.