**COLONUL**

 **PREZENTARE**

**CINE EȘTI, TU, COLON  ?**

* Eu sunt **intestinul tău gros** .
* Măsor**1m și 50 cm**.
* Diametrul meu atinge **3-8 cm**.
* Mucoasa este fină și delicată, făcută dintr-un singur strat de celule și are o "grosime" ****de **25 miimi** dintr-un milimetru .
* Îmi schimb pielea la fiecare două zile .
* Găzduiesc **100.000 miliarde**de bacterii prietene care aparțin la **400 de specii** diferite . Ele sunt de **10 ori** mai numeroase decât toate celulele din corpul tău.
* Ele constituie **flora mea** care te protejează, transformă substanțele vitale și fabrică vitamine pe care nu le găsești în hrana ta.

 **CU CE TE OCUPI ?**

* Eu evacuez **deșeurile** tale pentru ca tu să te simți bine.
* Fac de **4 ori mai multe** mișcări de retur decât de avans pentru a-mi putea îndeplini rolul meu de re-absorbție .
* **Reabsorb 86%** din apa conținută în materiile pe care le primesc și formez scaune de calitate , agreabile pentru tine ( ele nu te murdăresc și nu te incomodează nici prin consistență și nici prin miros ).
* Când sunt deranjat și nu absorb decât **82%** din apă, atunci tu ai diaree iar dacă reabsorb **88%**, atunci tu ești constipat .
* Fabric **hormonul bunei dispoziții** ( serotonina).

**SUFERI ?**

* Da…multe **constrângeri, interdicții** și **suferințe** care mă apasă și mă paralizează.Am devenit discret, apatic sau iritabil...
* În cel mai fericit caz, ajung să evacuez deșeurile **o dată** pe zi în loc de **trei ori** … și atunci mă blochez, mă îngreunez, mă deformez și te otrăvesc cu toxinele mele pe care nu izbutesc să le evacuez pe măsură ce tu mănânci …
* Într-un final voi deveni prea lung, prea larg și asta agravează și mai mult starea mea… dar trebuie să fac loc deșeurilor care nu avansează !...
* În plus sufăr de **hemoroizi,** de **diverticule** ( cu crize foarte dureroase ) , de **colite**, de **maladia Crohn**, de **constipare** sau **diaree**, de **scaune** lipicioase, acide, decolorate, murdare sau dure…

**CE VREI ?**

* **Să mă ajuți** să mă eliberez de tot ce mă blochează, mă murdărește și ne îmbolnăvește, pe mine și pe tine …
* Vreau **să mă ajuți** să regăsesc tonusul și ritmul …
* Să-mi dai **impulsul** care declanșează evacuarea înainte de a-mi parveni cel nou și de fiecare dată când mănânci…
* Să **veghezi** asupra echilibrului și sănătății mele…să nu mă mai neglijezi…

**RESTABILIȚI ECHILIBRUL ȘI SĂNĂTATEA COLONULUI**

**SEMNELE UNUI PERFECT ECHILIBRU AL COLONULUI SUNT :**

* Colonul evacuează scaunele după fiecare masă .
* Scaunele sunt moi , nu se lipesc și nu murdăresc anusul în trecere.
* Mirosul este slab.
* Evacuarea este ușoară , se face rapid (~10sec) și integral .
* Defecarea procură o senzație de ușurare, de lejeritate și de mulțumire legată de starea de bine resimțită. 
* Când nu este cazul , suntem prinși într-un proces morbid. Marea parte a tuturor maladiilor sunt în legătură cu intoxicația colică. Se spune că moartea iese prin colon.
* Stagnarea scaunelor putrede este responsabilă de trecerea de toxine în corp prin traversarea mucoasei fine a colonului.
* Materiile fecale , fermentațiile putrede cu toxinele lor, învelișul mort al mucoasei, reziduurile iritante, paraziții, gaze, mucus… iată un depozit din cele mai nesănătoase.
* Chiar colonul dezvoltă el însuși patologii…mucoasa sa suferă , este iritat și lezat… flora sa se dezechilibrează… se deformează, se alungește, se lărgește și-și pierde tonusul.
* În acest fel , se întreține o auto-intoxicare a întregului nostru organism până ce devenim obosiți, deprimați și bolnavi.

**RESTABILIREA ECHILIBRULUI SE POATE FACE RAPID ȘI UȘOR :**

* Se începe prin ușurarea și curățirea în profunzime a colonului prin intermediul câtorva irigări .
* Restabilirea florei intestinale originale ( adică cea pe care ați avut-o la naștere ) tot cu ajutorul irigărilor.
* Repararea mucoasei colonului cu ajutorul uleiurilor.
* Restabilirea ungerii ( lubrifierii) scaunelor , de asemenea, cu ajutorul uleiurilor.
* Învățarea utilizării corpului propriu, pentru a da un impuls colonului și a provoca o evacuare în interval de 5 minute.

**IRIGAREA COLONULUI**

* Irigarea colonului este o metodă blândă, controlată și profundă de curățire a intestinului gros prin băi succesive.
* Un loc de prim rang în istoria sănătății și a stării de bine fizice, psihice și emoționale a popoarelor din lumea întreagă , de mii de ani. 
* Metoda pe care o aplică clinica Medimserv din București este cea cu ajutorului aparaturii specializate pentru colono-hidroterapie.
* Aceasta permite , pe cursul ședințelor, de a asigura fiecărei persoane o igienă și un confort practic grație unui aparat echipat :
* Cu un control al presiunii și al debitului de apă cu oprire automată dacă presiunea se ridică.
* Cu un termostat de reglare a temperaturii apei.
* Cu filtre care permit o terapie cu apă curată și pură.
* Cu un sistem de evacuare închis, fără mirosuri, cu un tub de observare a materiilor de pe calea de evacuare și posibilitatea de a face prelevări.
* Cu un sistem de decontaminare automatic, închis .
* Irigarea colonului este forma de igienă intestinală cea mai completă și cea mai eficace. Ea permite nu doar curățarea ultimului segment al colonului , dar și o veritabilă terapie prin apă pe întregul traseu al colonului , prin abundența de băi interne.
* Alungit confortabil, se introduce delicat o canulă în rect. Acest gest este nedureros , dar creează o ușoară jenă care , sigur, dispare după câteva minute. Această canulă are o dublă funcție : aduce apa pe de-o parte și evacuează materiile și apa uzată pe de altă parte. Un masaj al colonului favorizează fragmentarea și dezlipirea reziduurilor fecale, stimulează colonul și face o muncă de eliberare a energiilor interne.
* În umpleri alternative, îmbăieri și evacuări, apa acționează prin înmuiere asupra mucoasei și nu prin spălare. Rezultă o curățire și o purificare blândă, progresivă și în profunzime.
* Starea de bine care rezultă se resimte într-o mulțime de planuri : fizic, energetic,emoțional, mintal și spiritual.

**IRIGAȚIILE DE COLON SE FAC :**

* Pentru o puternică detoxificare a organismului .
* Eliberarea forțelor imunitare.
* Sunt indispensabile înainte și după un post sau o cură .
* Pentru liniștirea balonărilor și durerilor .
* Pentru calmarea intoxicațiilor alimentare și a problemelor digestive .
* Pentru a regenera ficatul.
* Pentru a curăța intestinul subțire .
* Pentru a preveni sinuzitele și anginele cronice .
* Pentru a ameliora starea pielii.
* Pentru a ameliora circulația sanguină în bazin și picioare.
* Pentru a diminua efectele secundare ale chimioterapiei.
* Pentru a regenera corpul și spiritul .
* Pentru a regăsi energia , ideile clare și un mai bun moral .
* Pentru reeducarea intestinului, tratarea simptomelor de diaree sau a constipației .
* Pentru liniștirea diverticulitelor\* .
* Pentru susținerea rinichilor , eliminarea edemelor.
* Pentru eliminarea calculilor biliari și renali.
* Prevenirea și tratarea cistitelor și infecțiilor urinare .
* Ușurarea stărilor de durere cronică în ciclurile dureroase.
* Pentru prevenirea cancerului de colon.

*\* Vezi documentul Medimserv* : **Dieta Specială : Diverticulite** *și***Meniul pe o săptămână pentru bolnavii de Diverticulite.**

**ÎNGRIJIREA COLONULUI PRIN INSTILAȚIE**

* **Instilarea înseamnă :**

***"vărsarea cu delicatețe a unui lichid într-o cavitate "***

Îngrijirea colonului prin instilare este , deci, un mijloc de a aduce în interiorul colonului un lichid care susține și amplifică îngrijirea de bază.

**Ne sunt la dispoziție următoarele posibilități :**

**SAREA MARINĂ**

* ****calmează spasmele și păstrează echilibrul fiziologic al mucoasei intestinale
* Permite calmarea completă a colonului dacă irigația este dureroasă
* Tratarea micozelor și candidozelor .

 **CAFEAUA
**

* Utilizată de mai mult de un secol în Brazilia pentru detoxificarea ficatului .
* Stimulează contracțiile intestinale și la dezlipirea pieilor vechi moarte .

 **USTUROI MACERAT**

* ****Utilizat tradițional în Vietnam ca antiseptic natural puternic ( de exemplu în caz de paraziți, micoze , candidoze) .
* Stimulant pentru organele digestive .

**ARGILA**

* Dezinfectează
* ****Anti-diareică
* Anti-inflamatorie
* Neutralizează toxinele
* Calmează și cicatrizează prin regenerare a țesuturilor ( tisulară).

**INFUZIE DE MUȘEȚEL
**

* Ușurează spasmele și iritațiile.
* Calmează mucoasa intestinală .

**ULEIUL VEGETAL**

* ****Absoarbe toxinele .
* Evacuează depozitele de complemente alimentare și de medicamente.
* Reconstruiește mucoasa intestinală.

**REPROGRAMAREA REFLEXELOR COLONULUI**

* Educația și modul nostru de viață au redus la un nivel patologic reflexele de evacuare ale colonului nostru.
* Ar trebui să avem scaun după fiecare masă. Adesea, nu persistă decât reflexul matinal, ajutat de meridianul intestinului gros care, în acel moment, este la maximumul activității sale.
* Noi suntem stăpâniți de colonul nostru și trebuie să așteptăm să binevoiască să-și facă treaba. Și când simțim că ar fi necesar să putem evacua, nu știm cum să o facem… suntem neputincioși în fața lui.
* Pentru a recâștiga controlul asupra colonului în loc să fim controlați de el , este posibil să învățăm să-i dăm un impuls care să provoace eliminarea în cel mult 5 minute. Un exerciți pe care-l puteți face nu importă când , pe timpul unei activități și fără ca nimeni să vadă ce faceți.

**CURĂȚAREA INTESTINULUI SUBȚIRE**

* Intestinul subțire este principalul organ al digestiei și al absorbției de nutrimente . El măsoară circa 7 metri și diametrul său este de 2 la 3 cm. El se situează între stomac și colon .
* În decursul anilor, acest organ prețios se **îngreunează** cu un strat de mucozități care nu sunt eliminate și care se găsesc într-o stare de putrefacție care otrăvește întregul corp. Absorbția nutrimentelor este grav perturbată. Acest strat de mucozități toxice este denumit **"placă mucoidă".**
* Resturi de complemente alimentare ,de medicamente, metale grele , acizi, bacterii, viruși, drojdii, paraziți, toxine denumite purine, putrecine, cadaverine… asta este realitatea. Corpul nostru ascunde un proces de moarte lentă, cu mult timp înainte de ultimele noastre zile.
* Cercetătorii afirmă că am putea trăi între **150 și 300 de ani** , dacă nu ne otrăvim celulele cu o multitudine de toxine. Într-o experiență făcută într-un laborator , oamenii de știință au cultivat celule de inimă de pui de găină care au trăit 29 de ani , în timp ce un pui are o speranță de viață de 7-8 ani. Ziua în care un student a uitat să schimbe apa la celule, ele au murit… datorită toxinelor din propriul lor metabolism !
* Printre resturile materiale, placa mucoidă , conține, de asemenea, și poluare simbolică : teamă, credință și convingeri limitate, condiționări, constrângeri, etc. Corpul, în general, are reticențe în a scăpa de această placă mucoidă. Este destabilizator pentru inconștient și pentru memoria celulară de a se separa de ceea ce, pentru ele, reprezintă o structură.
* Curățarea **intestinului subțire** ( și a colonului, bineînțeles) se poate face în momentul în care colonul este **permeabil** , adică când evacuează fără reținere materiile fecale , pe timpul unei irigări de colon.
* Începeți atunci prin faza preparatorie de o săptămână cu consum de plante. Urmează apoi, faza de eliminare care durează patru zile și în care nu se mănâncă nimic solid. Vom consuma plante și argile în fiecare zi și vom face câte o irigație de colon pentru a evacua majoritatea cantităților de placă mucoidă dezlipită.

**CURĂȚARE FICAT-VEZICĂ BILIARĂ**

* Vezicula biliară face oficiul de rezervor pentru bila secretată de către ficat . În momentul cerut de către necesitățile digestiei, ea își varsă conținutul în intestin.
* Ficatul este, pe plan simbolic , organul mâniei către el însuși, vezicula biliară este organul care ia decizii și de mânie spre exterior.
* Starea corpului nostru face ca să creăm încetiniri ale fluxului biliar și să cristalizăm bila. Ea devine calcul. Practic , toată lumea fabrică calculi. Unii au câțiva calculi micuți , alții au sute . Mărimea lor poate varia de la un bob de piper, o cireașă până la o prună mai mică.
* În majoritatea timpului, calculii sunt invizibili la examinările medicale. Rareori este necesar să fie îndepărtați prin operație .
* Într-o operație se pierd organe prețioase : vezicula este îndepărtată în același timp cu calculii și vom avea o perioada probleme de digestie si absorbtie.
* Este posibil să evacuați calculii mai mici ,pe cale intestinală ,cu produse simple, naturale , fără pericol sau durere. Acest lucru s-a făcut dintotdeauna… dar noi îl ignorăm.
* Procedura este ușoară , uneori puțin dezagreabilă dar numai pentru câteva ore. Ea se derulează pe parcursul a 7 zile . În primele 6 zile se poate trăi și lucra normal. De la sfârșitul celei de-a șasea și în cea de-a șaptea zi, purjarea și irigațiile colonului vă obligă să rămâneți acasă. A 7-a zi, calculii și un strat mucoid în descompunere sunt evacuate și pot fi examinate.
* Se utilizează exclusiv sucuri, siropuri, ulei și 2 irigații de colon.

**OPERAȚIUNEA DE PURIFICARE**

* Proces de cinci zile în care se întreprinde o purificare a corpului în profunzime : acompaniament terapeutic cu irigații ale colonului / zi , instilații colonice, masaj colonic, post( sau cură de sucuri) și o retragere din lume, din activitatea cotidiană, de la obligații și obiceiuri ( fără lectură, muzică, televizor, scris, calculator, telefon, etc. ) pentru a vă lua un timp de recul , a face vid și a se regenera.
* Prin acest procedeu se realizează detoxificarea, purificarea și regenerarea corpului fizic, energetic, emoțional, mintal și spiritual pentru a regăsi o sănătate întărită, un nou echilibru emoțional, un mintal clar și un spirit îmbunătățit.

INDICAȚII

* Tratamentul de irigație colonică trebuie să înceapă printr-o anamneză pentru a se face un bilanț de sănătate și pentru a determina dacă este posibil sau nu să efectuăm procedura.

 INDICAȚII GENERALE

* Igienă și prevenție
* Cure de dezintoxicare
* Mono diete
* Post alimentar
* Toxemie generală și intestinală
* Reeducare a tranzitului
* Colon leneș
* La femeile gravide până în a treia lună și după naștere .
* În caz de gaze, balonări
* Constipări diverse
* Diaree
* Inflamații cronice ale colonului
* Paraziți
* Dolihocolon și megacolon
* Tulburări digestive
* Colite
* Acidoză
* Hemoroizi
* Edeme
* Probleme de greutate
* Susținere și acompaniere în regimuri sau în posturile alimentare

***Pentru o lucrare de ameliorare în funcționarea colonului , acest procedeu poate avea un impact favorabil în caz de :***

* Afecțiuni ORL
	+ Afecțiuni dermatologice
	+ Afecțiuni pulmonare
	+ Afecțiuni dorsale
	+ Afecțiuni ginecologice
	+ Blocaje ca urmare a anesteziei
	+ Cure de detoxificare – post alimentar
	+ Oboseală, astenie, somn dereglat
	+ Tulburări psihice (depresii)
	+ În acompaniere la o psihoterapie, psihanaliză, analiză
* Hidroterapia nu demineralizează și nici nu favorizează pierderea de electroliți, vitamine și minerale.
* Ea permite , dimpotrivă, o mai bună absorbție a acestora.
* Este la fel și pentru flora intestinală, unde nu se observă diaree ca urmare a unei ședințe de hidroterapie , ce semnalizează perturbări ale florei normale a colonului.
* Din contră, colonul este debarasat de reziduuri și deșeuri și va putea produce o floră normală în câteva ore.
* Hidroterapia se poate practica începând din adolescență până la o vârstă avansată.

CONTRAINDICAȚII

**CONTRAINDICAȚII LA IRIGAȚIA COLONICĂ**

* Există anumite limite în utilizarea acestei tehnici , care sunt :
* Urmările hemoragiilor importante
* Necroze prin iradiație abdominală
* Patologiile inflamatorii acute ale intestinului
* Stările hemoroidale importante
* Aderențele pelviene
* Ulcerele și suspiciunea de perforație digestivă
* Tulburările cardiace severe
* Intervențiile chirurgicale recente pe abdomen
* Hipertensiunea arterială severă
* Cancerele de colon
* Antecedentele de sincope cardiace
* Graviditatea după a treia lună
* Herniile abdominale
* Fisuri și fistule anale

CONTRA-INDICAȚII LA SPĂLĂRILE DE MANIERĂ GENERALĂ :

* Pot exista circumstanțe particulare care contra-indică practicarea spălăturilor rectale. Atunci, este indispensabil de a cere un aviz medical , pentru a evita orice eroare :
* **1/ CONTRA-INDICAȚII ABSOLUTE :**
	+ **Ocluzia intestinală**, este o urgență chirurgicală care impune o spitalizare de urgență. Survin dureri importante de abdomen, acompaniate de constipație perseverentă și de o oprire a gazelor intestinale.
	+ **Sindromul apendicular** , este de asemenea, o urgență chirurgicală .O durere de circumscrisă la nivelul fosei iliace dreapta, acompaniată de constipație, febră și vomismente, trebuie să fie imediat văzută de un doctor. Trebuie să vă abțineți de la orice auto-medicație.

	                          **2/ CONTRA-INDICAȚII RELATIVE:**
	+ **Colita ulceroasă** , este o contra-indicație relativă. Trebuie să vă abțineți să faceți spălături rectale în perioadele de criză, dar în afara acestor perioade de inflamații acute, spălăturile se reiau după indicații.
	+ **Puseul hemoroidal**, este, de asemenea, contra-indicație relativă. Obstacolul mecanic al hemoroizilor poate îngreuna spălătura. Trebuie știut că hemoroizii se datorează unei constipații prin lipsa de fibre și de apă și a unei supraîncărcări hepatice. Ajunge deci, o dată puseul sugrumat de către un tratament medical adecvat, să tratați cele două cauze responsabile pentru criză.

N.B. Poate părea complex de determinat posibilitatea de a practica sau nu o hidroterapie de colon. În fapt, presiunea apei pe cursul unei hidroterapii rămâne în permanență inferioară celei a materiilor fecale deja prezente în colon. Deci, dacă puteți avea scaune normale, puteți cu certitudine pune apă pură în colonul dvs.

FRECVENȚA ȘEDINȚELOR

* Frecvența ședințelor este adaptată la fiecare situație și la fiecare caz, respectând ritmul persoanei.
* La început, cel mai adesea se practică un tratament în trei ședințe, la interval de două săptămâni .
* În continuare, două ședințe anuale sunt preconizate primăvara și toamna, pentru a favoriza o bună detoxificare.