



Lila Malá

Parkinson

Praktická příručka pre majiteľov,  
príbuzných a zvedavcov

Vydal: Naxar

Parkinson

Praktická príručka pre majiteľov, príbuzných a zvedavcov

Vydal: Naxar, Tallerova 4, 811 02 Bratislava, e-mail: [info@naxar.sk](mailto:info@naxar.sk)

Rok vydania: 2020

Vydanie: prvé

ISBN (EPUB):978-80-570-1692-2

ISBN (MOBI):978-80-570-1693-9

ISBN (PDF): 978-80-570-1691-5

## Obsah

### Úvod

1. kapitola Čo, ako a prečo?
  - 1.1 Ako sa to začalo
  - 1.2 V nemocnici
  - 1.3 Čo je Parkinsonova choroba
  - 1.4 Ako som skúsila homeopatiu
  - 1.5 Za magnetmi do Maďarska
  - 1.6 Bulharský jogurt – vraj zázračný
  - 1.7 Ako som naletela
  - 1.8 Reflexná terapia pomôže, ale bolí
  - 1.9 Čo nám ešte zakážu
  - 1.10 Na dovolenke si dovoľíme
  - 1.11 Ovocie bez logiky
  - 1.12 Lieči iba zápal
  - 1.13 Nemáte vaňu? Nevadí
  - 1.14 Moja najlepšia priateľka
  - 1.15 Keď na to nemáš, vyrob si to
  - 1.16 Bola som v Kyjeve
  
2. kapitola Ako si zlepšiť zdravotný stav
  - 2.1 Mucuna pruriens
  - 2.2 Kokosový olej
  - 2.3 MCT olej
  
3. kapitola Strava pri neurologických ochoreniach
  - 3.1 Lepok a jeho negatívne pôsobenie
  - 3.2 Prečo je cukor zlý
  
4. kapitola Hýbte sa!
  
5. kapitola Doplnky stravy - Hericium erinaceus
  
6. kapitola Terapia svetlom (Vielight)
  
7. kapitola Pre všetkých, ktorých sa to týka

### Záver

### Použité zdroje

### Pripravujeme

## Úvod

Teda, napadlo by mi čokoľvek. Toto ale naozaj nie. Je to akoby som vyhrala prvú cenu v lotérii. Keby som však vyhrala v lotérii, potešilo by ma to. Táto „výhra“ ma skôr vydesila. Mala som naozaj veľmi málo rokov na to, aby som mala takúto chorobu. Prekvapilo to nielen mňa, ale aj lekárov. Verdikt znel hrozivo – Parkinsonova choroba. Naozaj som si myslela, že lekárom preskočilo. Mala som málo rokov na diagnózu starých ľudí. Stratila som veľmi veľa času tým, že som zisťovala príčinu. Úplne zbytočne. Aj keby som ju našla a odstránila, už by to nič nezmenilo na tom, že mi zasahuje do života. Preto som sa radšej sústredila na príznaky a pokúsila sa ovplyvniť práve tie.

Začala som sa a začala na sebe makat'. Nič pre mňa nie je nemožné, nemám žiadne hranice a nikdy si nepoviem, že toto nemôžem, lebo som chorá. Slovo nemôžem u mňa neplatí. Za tie roky, čo trávim s kamošom Parkim takmer všetok čas, som sa veľa naučila, dozvedela a vyskúšala a nechcem si to nechať pre seba. Ak niekoho inšpirujem, budem rada. To je asi môj hlavný cieľ. Všetko ostatné nájdete v tejto knihe a na webovej stránke [www.neurosvet.com](http://www.neurosvet.com). A ešte vysvetlenie k obálke a otázke, prečo „nenávidíme dvere a milujeme schody“. Táto choroba má totiž jedno nepríjemné špecifikum a to konkrétne stavy ON a OFF. Slovo OFF presne zodpovedá situácii, vaše telo sa vypne. Má problém urobiť aj jeden obyčajný krok. Dáte si lieky a čakáte na stav ON. V stave OFF je problém prechádzať cez akékoľvek dvere, ale asi najväčší sú dvere s fotobunkou a turnikety. Naopak, ak nás prílepíte ku schodom, okamžite ožijeme a schody zdoláme bez problémov. Čudné, ale je to tak. Viac pozornosti si však táto otázka nezaslúži a tak sa aspoň ocitla na obálke.

## Upozornenie

Kniha nenahrádza lekársku starostlivosť a nevyzýva čitateľov, aby prestali užívať predpísané lieky. Všetky metódy uvedené v tejto knihe sú možným doplnkom k bežnej liečbe, nesľubujú však zázraky.

## 1. kapitola

### Čo, ako a prečo?

#### 1.1 Ako sa to začalo

Prešiel takmer mesiac od momentu, čo som si uvedomila tú nechutnú vnútornú bolesť ramena. Skúsila som už takmer všetko, počnúc liekmi a končiac bylinkami. Som praváčka a bolelo ma ľavé rameno, takže som ho úspešne odstavovala z činnosti, čo - iste chápete - nebol žiaduci element.

Keď bola bolesť už neúnosná, vybrala som sa k známemu - neurológovi. Teda, nebol to môj známy, ale známeho známy a pre mňa skôr úplne neznámy. Po celý čas medzi objednaním na vyšetrenie a prekročením prahu ambulancie som sa už bolesťou nezaoberala. Myslela som si, že to bude tak ako vždy, prídem a dostanem recept na tabletky, ktoré si podľa vlastného uváženia vyberiem alebo nie. Vždy som to tak robila, prečo by to teraz malo byť inak. Lenže od istého času už viem, že vždy je všetko inak...

Zaklopala som na dvere ambulancie a zvnútra zaznel mužský hlas: „Ďalej!!“ Pomaly som otvorila dvere a za stolom sedel chlap s okuliarmi na nose. Zdá sa, že toto bude ten môj vybavený doktor. Podľa pokynov som teda išla ďalej. Po úvodných formalitách nepodstatného charakteru a niekoľkých otázkach, ktoré boli mierené na môj zdravotný stav, mi oznámil: „Podľa všetkého máte Parkinsona.“ Preskočilo mu? Mám 35 rokov. A toľko ešte viem, že Parkinson je choroba starých ľudí a prejavuje sa hlavne trasením. A to je asi tak všetko. Na vlastné oči som žiadneho človeka s touto chorobou nevidela.

„Nemáte náhodou niekoho v rodine, kto by mal túto diagnózu?“ opýtal sa lekár.

„Nie, nemám!“ odpovedala som mu s náznakom prekvapenia a vystrašenia v hlase. Ale hlavne, vôbec som mu neverila.

„Je potrebné urobiť rôzne testy, bolo by dobré, keby ste na budúci týždeň prišli na pár dní do nemocnice, nech sa to potvrdí,“ navrhol mi. *Alebo skôr vyvráti*, pomyslela som si. Doktor si zrejme všimol môj sklúčený pohľad, pretože ma začal upokojovať slovami, ktoré ma naozaj neupokojili. „No, nie je to príjemná choroba, ale vždy lepšie ako rakovina. Už na to máme lieky, celkom dobre sa s nimi dá existovať, dokonca aj chodiť do práce. Lieky fungujú minimálne päť rokov a potom... no, to sa uvidí, veď veda sa stále vyvíja. Možno sa dovtedy niečo nájde.“

Po tomto vyčerpávajúcom, vraj povzbudzujúcom rozhovore som si dohodla termín v nemocnici a rozlúčila sa s lekárom. Prvá dávka plaču prišla v aute pred nemocnicou. Naozaj som nevedela pochopiť, prečo ja. Nefajčím, nepijem, športujem, zdravo sa stravujem, tak kde som urobila chybu?

Ani neviem, ako som sa dostala domov, oznámila „skvelú novinu“ a nechala ich, nech si to spracujú sami, zavrela som sa do izby a zúfalstvo sa dostavilo v plnej paráde. Veľmi sa už nepamätám, čo všetko sa v ten večer dialo, ale jedno viem. Uzavrela som dohodu sama so sebou, že sa tak ľahko nedám. Nie som chorá a už vôbec nemám túto diagnózu. Nastúpim teda do nemocnice a dokážem všetkým, že sa mýlia. A s touto myšlienkou a slzami v očiach som nadránom zaspala.