

Plíseň je často přehlížena příčina různých nemocí a také úzkosti a deprese

 badatel.net/plesen-je-casto-prehliadana-privina-roznych-chorob-a-tiez-uzkosti-a-depresie

redakce

22. novembra 2024

(SD Wells, [Natural News](#)) Když většina lidí uvažuje nad možnou příčinou jakékoli úzkosti nebo deprese, kterou zažívají, obvykle rychle obviní vůči nim nepříznivé sociální a emocionální faktory v důsledku špatných zkušeností nebo traumatu.

Jde o věci, které první přicházejí na mysl nejen trpícím lidem, ale také většině psychologů a psychiatrů při stanovování diagnózy.

Ale co když hlavní příčinou úzkosti a deprese bylo něco úplně jiného, plně fyzického, něco, co lze snadno vyléčit a čemu lze předcházet?

Plíseň bývá často neviditelnou příčinou úzkosti a deprese, o které většina lidí a lékařů ani neuvažuje. Existuje přitom více než 100 000 druhů plísní, které mohou růst v interiérech i venku.



Druhy plísní a příznaky onemocnění

Plísně lze klasifikovat jako:

- alergenní
- toxigenní – způsobují smrtelné zdravotní stavy
- patogenní – způsobují nemoci

Plísně jsou škodlivé bez ohledu na to, zda jsou požitá nebo vdechnutá. V domácnostech plísně často rostou v teplých, vlhkých a slabě osvětlených prostorech, jako jsou koupelny, podkroví a sklepy.

Někteří lidé jsou mnohem citlivější na plísně než jiní. Zdravotní symptomy plísní se mohou projevit již brzy po expozici, včetně kašle, sípání, ucpaného nosu, bolesti hlavy, únavy, trávicích problémů, dušnosti, exacerbovaného astmatu, podrážděných očí a kůže a plicních infekcí.

Chronická expozice jak požíváním, tak i vdechováním může vést k poruchám jater a ledvin, plicnímu krvácení a rakovině jater.

Jak předcházet vlivu plísní na zdraví

Je velmi důležité udržovat vlhkost v domácnosti na co nejnižší možné úrovni, co nejdříve odstranit případné úniky vody a důkladně vyčistit prostory po povodni nebo prasklém potrubí.

Nezapomeňte také větrat oblasti náchylné k vlhkosti. Pokud se plíseň vyvine, použijte bělicí roztok (Savo) nebo peroxid vodíku (méně drsný), abyste ji zabili, nejlépe ve spreji a použijte také kartáč.

Přírodním řešením je použít destilovaný bílý ocet se sodou bikarbonou – oblast otřít, nechat hodinu působit a poté vyčistit.

Pokud se sami na plíseň necítíte, najměte si odborníka, který má správné čisticí prostředky na toxigenní plísně.

Věda zjistila, že plíseň souvisí s problémy duševního zdraví, včetně vyšší míry deprese a poruch nálady

Výzkum ukázal, že plíseň má souvislost s problémy duševního zdraví. Chronické vystavení plísním může vyvolávat poruchy nálady, včetně deprese a úzkosti. Ovlivňuje také kognitivní funkce a paměť. Proto nedovolte, aby docházelo k vystavení plísním.

Výzkum dále ukazuje, že lidé žijící v domech s plísní mají vyšší míru deprese. Zamyslete se nad tím. Vy nebo váš blízký si můžete myslet, že jste v depresi kvůli stresu, životním situacím a zážitkům, přičemž je to plíseň, která způsobuje problém.



Ve skutečnosti by bylo třeba depresi předefinovat jako infekční chorobu, ne jako „emocionální poruchu“. Zejména proto, že deprese je často výsledkem infekce mikroorganismy, včetně bakterií, virů nebo parazitů.

Uvědomte si také, že tomu lze předejít a dá se to vyléčit. Není to žádná „chemická nerovnováha“, která se obvykle léčí nebo se jen potlačují příznaky léky na předpis.

Upřímně řečeno, když se někdo cítí úzkostně nebo depresivně, prvním úkolem by mělo být vyšetření na infekci plísněmi, parazity, bakteriemi a viry. To by mohlo pomoci předejít jiným nepodloženým diagnózám a vyhnout se nebezpečným lékům, které mohou způsobit strašlivé vedlejší účinky.

Pokud jste ztratili zájem vstát ráno z postele, pravděpodobně je za tím mnohem víc než jen běžný stres. Můžete trpět zánětem mozku způsobeným patogeny, plísněmi nebo parazity a to, jak se cítíte, je prostě příznakem této infekce.

Místa, kde se mohou plísně nacházet

Existuje několik běžných míst, kde můžete najít plíseň. Proto buďte ve střehu a odstraňte ji hned v zárodku a vyhněte se jejímu požití nebo vdechnutí.

Bud'te opatrní p'ri nákupu hub. P'řed vařením je dob're opláchněte a nakrájete, abyste viděli všechny části, protože pod nebo uvnitř záhybů se může skrývat plíseň.

Ovoce jako maliny, pomeranče, borůvky, ale také mnohé další druhy, může skrývat plíseň na spodní straně nebo i uvnitř a na první pohled si jí nemusíte všimnout. Zkontrolujte všechno ovoce předtím, než jej zkonsumujete.

Parapety a okenní tabule jsou další běžná místa, kde se nachází plíseň a hromadí vlhkost.

Uvnitř a na ventilačních sítích můžete najít hromadění plísní, které by mohly rozfoukat spóry po místnostech domu nebo kanceláře, snadno se vdechnou a způsobí infekci.

Koupelny jsou hlavními místy pro vznik plísní, jelikož tam protéká hodně vody, která často zůstává stát na poličkách, vanách, sprchách a toaletách.

Autor: SD Wells, Zdroj: naturalnews.com , Zpracoval: Badatel.net



Související články

- [10 příznaků, že jste byli vystaveni účinku toxické plísní](#)
- [8 bylinek, se kterými účinně vyzabíte všechny vnitřní parazity](#)
- [Smíchejte tyto 2 věci a vyčistíte vaše tělo od tuku, únavy a parazitů!](#)

- 7 příznaků plísňového onemocnění