

МЕТОДЪТ ГЕРСОН НАРЪЧНИК НА БЪЛГАРСКИ ЕЗИК

Деветдесет години са изразходвани в
подобряване на лечението

Всички протоколи



От Институт Герсон България

Тази книга е подготвена за всички с дегенеративни заболявания,
чиито лекари са им казали, че нищо не може да се направи

ЧЕТИРИНАДЕСЕТО ИЗДАНИЕ, Декември 2021 г.
Запазени авторски права в България и САЩ
за Институт Герсон България, ЕИК: 176615805

Тази книга е написана за онези, чиито лекари са им отказали лечение. Тя може да ви снабди с информация, от която имате нужда точно сега, все едно че сте се консултирали с обучен лекар от Института Герсон в САЩ.

Внимание: Тази книга е изчерпателен наръчник за тези, които искат да се запознаят с Методът Герсон. Ние знаем, че онкологично болните имат нужда от незабавно започване на лечението. Затова съставихме този наръчник, използвайки консултации с най-добри български лекари, за да сме убедени в точното предаване на информацията по оригиналната терапия от английски език. Защото детайлите са важни! Срещали сме неточни преводи на български език на някои от компонентите на терапията. Пазете се от информация от други източници! Срещали сме и неточни тълкувания и подвеждания по терапията в книги и статии на английски език. Пазете се и от тях! Единствено използвайте оригиналните книги за Терапията Герсон:

1. "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases" от Max Gerson
2. "Gerson Therapy Handbook" на Института Герсон САЩ
3. "Dr. Max Gerson - Healing the Hopeless" от Howard Straus и Barbara Marinacci
4. "Healing the Gerson Way - Defeating Cancer and Other Chronic Diseases" от Charlotte Gerson и Beata Bishop
5. "Healing Colon, Liver and Pancreas Cancer the Gerson Way" от Charlotte Gerson
6. "The Little Enema Book" на Института Герсон САЩ
7. "The Little Juicing Book" на Института Герсон САЩ
8. "The Gerson Therapy - The Proven Nutritional Program for Cancer and Other Illnesses" от Charlotte Gerson и Morton Walker, D.P.M.,

както и двете книги на български език:

1. Метод Герсон - Наръчник на български език от "Институт Герсон България"
2. "Терапията Герсон - доказаната хранителна програма за лечение на рака

и други "нелечими" заболявания" с оригинални автори Charlotte Gerson и Morton Walker, D.P.M., превод на български Илиян Емилов, изд. през 2012 год. от изд. "Изток-Запад"

Преди да започнете лечение обаче, консултирайте се с квалифициран лекар от Институт Герсон САЩ. Информацията в този наръчник е изчерпателна. Написана е на високо академично ниво и в същото време близко за нормалния човек. Наръчникът е изключителен образователен инструмент, маркирайки различни аспекти на заболяването рак. Авторите и Институт Герсон България не носят отговорност за последици от лечението!

"Лекарят.. се колебае да поема рискове за неговите пациенти, прилагайки непризнато лечение.. Аз бях в по-благоприятна позиция. Деветдесет до деветдесет и пет процента от моите пациенти бяха в съвсем напреднали (терминални) случаи, при които нямаше какъв риск да се поеме; или всички общопризнати лечения при тях не бяха проработили, или пациентите бяха негодни за операция от самото начало." - Макс Герсон, "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases"

"The physician . . . hesitates to take risks for his patients by applying a not-recognized treatment . . . I was in a more favorable position. Ninety to ninety-five percent of my patients were far advanced (terminal) cases without any risk to take; either all recognized treatments had failed or the patients were inoperable from the beginning."

— Max Gerson, "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases"

"Бих искал да ви кажа какво правим за да докажем, че това лечение наистина работи при болни от рак. Първо, това са резултатите." Макс Герсон, "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases", стр. 411

"I should like to tell you what we do to prove that this treatment really does work on cancer. Number one, the results." — Max Gerson, "A

Cancer Therapy - Results of Fifty Cases", p.
411

СЪДЪРЖАНИЕ

- I. Предговор
- II. Защо Гертон?
- III. Физиология на кафето
- IV. Двустъпковата Сокоизтисквачка
- V. Защо органик?
- VI. Протоколът Гертон за раково болни
 - 1. Какво е ракът и какво трябва да се коригира в него?
 - 2. Хранителен план Гертон
 - 3. Клизмен план Гертон
 - 4. План за хранителни добавки Гертон
 - 5. План за справяне с болката Гертон
 - а) Симптоми
 - б) Решения
 - 6. Физиологичен план
 - а) Домакинство Гертон
 - б) Банята на Гертон
- VII. Протоколът Гертон за раково болни, предварително третирани с химиотерапия
- VIII. Протоколът Гертон за силно отслабени раково болни
- IX. Очистителни реакции
- X. Как да започнем

I. Предговор

Тази книга е за онези - от другата страна на надеждата, за изхабените и за онези, които с отчаяние са се вкопчили в живота.

Има надежда в тази книга. Има изход от тъмния тунел. Обратно в земята на живота.

Но това ще отнеме посвещение и работа.

Ако не сте на ръба на отчаянието пред прага на смъртта, тогава предайте ценността на тази книга на някой друг, някой който ще я оцени.

70 страници за започване на лечението на шестия час от започването на четенето на този наръчник!

В тази книга има цитати и изречения в стил поговорки. Те са за да ви дадат мъдър тласък в същността на терапия за лечение на тежката болест рак. Терапията може да се прилага и при други хронични болести, но сега Институт Герсон България иска да се насочи към спасяването на безнадеждно болните. Ако сте хронично болен или познавате такива, може да предадете знанието за съществуването на Метода Герсон. Нека нуждаещите се да прочетат в оригинал на английски книгите на Д-р Герсон, дъщеря му Шарлот Герсон и д-р Мортон Уокър, както и този наръчник.

Методът Герсон е цялостен подход с множество компоненти, който се включват в индивидуализиран "Протокол Герсон". Спазващият всички компоненти може да очаква успех.

Основната Терапия Герсон се състои от няколко променени според ситуацията и нуждите протоколи. Те са:

1. Протокол за раково болни

2. Протокол за раково болни след химиотерапия
3. Протокол за изключително отслабени раково болни
4. Протокол за раково диабетно болни
5. Протокол за хронично нераково болни

В този наръчник ще се разгледат първите три протокола, които са за раково болни пациенти. Протоколът за хронични болести, ще е обект на друг наръчник. За него може да научите повече като прочетете оригиналните книги на английски език, чийто списък е поместен по-горе.

Д-р Алберт Швайцер, лекар на мисия в Африка, е написал това за своя приятел от много години д-р Макс Герсон:

"Виждам в Д-р Герсон един от най-изтъкнатите медицински гении в историята на медицината. Той притежаваше нещо фундаментално. От най-дълбока мисъл за природата на болестта до процеса на лек срещу нея, той изхожда към нови пътища за справянето с нея и при това с голям успех. За съжаление, той не можа да влезе в научното изследване или учебниците; обратно, той беше твърде възпрепятстван от неблагоприятните политически условия. В нормални времена той би бил в състояние да излага в продължение на много години идеите си като професор в някой от престижните германски университети; щеше да научи студентите си да носят неговите изследвания и знания и те самите да ги преподават; щеше да намери признание и поощрение..."

Други две публикации от Cancer News Journal, 1983:

"Норман Фриц дава лаетрил и това е пример за други добри нетоксични терапии. Този метод има добра краткосрочна реакция - облекчение на болката, ремисия на злокачествени заболявания, подобряване на апетита и качеството на живот и увеличение на силата от 70% до 80% при болни от рак. Процентът на възстановяване в дългосрочен план обаче е

около 15% или по-малко. В повечето случаи ракът отново прогресира и лаетрила спира да действа. В някои случаи, различни нетоксични терапии могат да бъдат комбинирани конструктивно с Терапията Герсон."

"Другото голямо предимство на Терапията Герсон е, че тя обикновено излекува тялото от всички дегенеративни и хронични заболявания, а не само от рака. Много от пациентите с рак, страдащи от други дегенеративни заболявания като артрит, сърдечни заболявания, диабет и т.н. се избавят и от тях."

Проф. д-р Биргер Янсон от Университета на Тексас установил, че пациенти с по-висок коефициент на натрий спрямо калий в диетата си са тези, които са по-склонни да имат рак. Проф. Стивън Томпсън от Университета на Калифорния (Сан Диего) установява, че завишаването на натрий в диетата ще ускори скоростта, с която биха настъпили метастази на рак в дебелото черво при животни.

Защо Герсон е успял?

Д-р Максвел Герсон успява в нещо в което мнозина са се провалили, защото прекарва десетилетия в опити да подобри клиничната си работа и наблюдава внимателно върху какво е работил, вместо да греши в това, което обикновенните изследователи, работещи с плъхове, правели и заключавали.

Герсон е споделял всичко което знае с академичната медицинска световна гилдия. Нещо, което мнозина не правят, в търсене на специфични формули, които да им донесат лични средства.

Изключения. Къде Методът Герсон не работи.

90% от онкологично болните умират не от рак, а от съпътстващи усложнения в организмите им от болестта. Факторите, които определят успеваемостта на Терапията са:

1. Прогресия на заболяването - в крайни случаи, последните часове от живота на човек, Герсон методът не би проработил. От друга страна би проработил седмици преди последните часове на човека.

2. Локация на тумора - някои видове карциноми са по-трудни да се лекуват от други.

3. Предшестваща химиотерапия или лъчетерапия - Факт е, че и двете отслабват и изменят основните функции на организма на болния в голяма степен. Има случаи, макар и малко, в които организма просто "дава на късо" от химиотерапия и/или лъчелечение. Тогава Герсон методът не проработва. Това да не ви окуражава. Все пак малък е броя на тези случаи в статистиката.

4. Прекъсване и започване на Терапията - Имайте предвид, че ако започнете Терапията Герсон, получите ефект от нея, прекъснете я и после започнете отново, голяма е вероятността тя да не проработи. Това е фундаментален аспект на терапията. Тя е ефективна ако удържите на нея поне за 18 месеца!

5. Ако имате рак или метастази в мозъка, тогава Герсон Терапията не е в този момент за вас. Съветваме ви да се обърнете към Клиниката Бързински в САЩ на д-р Станислав Бързински. Уеб сайтът на клиниката е: <http://www.burzynskiclinic.com>. Когато се овладее ситуацията чрез метода Бързински, можете да започнете Терапията Герсон.

6. Терапията не би сработила при пациенти с присадени органи, пейсмейкъри, левкемия, бъбречна недостатъчност стигнала до необходимост от диализа.

II. Защо Герсон?

Захванете се с Терапия Герсон ако имате рак. Екипът на Институт Герсон България е екип от натуропати, логопеди, философи, филолози. Ние избрахме точно тази терапия като нещо, не само от света на медицината, в което трябва да инвестираме време и усилие. Ние, като хора, винаги търсещи нещо смислено за човечеството, за нуждаещите се и децата ни създадохме образователен ресурсен център, наречен Институт Герсон България в границите на Република България.

Ние избрахме да създадем този институт след като сме разбрали за нас самите като хора, че трябва да насочим усилието си в здравето на хората, не в нещо друго. Чели сме с годините специализирана литература по медицина и всякакви методи за лечение на Множествена Склероза, Диабет, Рак и др. През всички тези години ние останахме безпристрастни към всяка една от тях и продължавахме с ежедневните си занимания. Тогава, през 2011 г. един от нас прочете Герсон. Заплени се от академизма и софистицизма (изискаността, но и богатството) на теорията (защото тогава всякаква нова информация беше теория) и сподели тази теория с хора от средата си. Другите също прочетоха Герсон. Мненията ни се срещнаха и създадохме Институт Герсон България в края на 2013 г. в гр. София.

Петте и половина (заклучителния) фактори, заради които да се захванете с Герсон, ако сте раково болен:

Броят на които терапията е помогнала да се възстановят от рак е много повече отколкото всеки един друг метод, който е известен на хората. Макар и хората да задават въпрос относно достоверността на това твърдение, те могат

да проследят източници в Youtube, да си зададат въпроса защо книгата на Шарлот Герсон се превежда на български през 2013 г., защо са направени редица документални филми, защо през 2011 г. в Япония няколко професора създават Герсон отделения в собствените си клиники.

Годините, през които се е използвала терапията: През 20 в. Терапията Герсон се е използвала по-дълго от всички други. Макс Герсон започва своя метод през 1910 г. и продължава да я използва до смъртта си през 1959 г. През 1978 г. дъщерята на доктора Шарлот Герсон отваря клиника в Тухуана (Мексико), която работи и днес. Всичко това обхваща период от повече от 100 години!

Не едно лекарство: Методът Герсон разчита на цялостен набор от добавки, хранителен режим и подход за детоксикация. Повечето лечения се доверяват на едно единично лекарство, без въобще да обръщат внимание, че специално в случаите на рак, тялото може да се отрови за час до два ако лекарството действително действа за туморен разпад.

Никакви странни химикали: Терапията Герсон, с изключение на калиевите соли и йода, не използва химикали и съединения, които да са нещо различно от нормални неща, които човек би използвал за храна, ако не е болен. Почти всички неща могат да се закупят от плод и зеленчук от био земеделие или био магазин. Калиевите соли и йодът са компоненти, които едно здраво тяло се нуждае. Дозите на тези две съединения са завишени, разбира се, в терапията, заради двете фундаментални аспекта в Герсон Терапията: разрушена щитовидна жлеза и прекалено натрупан натрий в клетките. Калиевият фосфат дори е наричана една от Шулсеровите соли, необходими за здрав организъм. Останалите две соли: калиев глюконат и калиев ацетат са обект на изследвания на д-р Герсон в течение на години и дори можем да ги причислим като една от тайните съставки на Терапията.

Няма нужда от опиати: ако има едно нещо, заради което да се захванете с Терапията Герсон, то това е безкомпромисния ефект, че докато спазвате хранителния план, извършвате клизми и пиете добавките, няма да имате нужда от морфин, трамал и всякави подобни опиати.

Повишава се качеството на живот от намалената болка и очистване, което получавате на стомашно-чревния тракт, черния си дроб и от постепенното обновяване на щитовидната жлеза, бъбреците и адреналните жлези. В допълнение, Терапията няма тайна и всички хора по света могат да обменят опит. Винаги когато пожелаете можете да се свържете с Института Герсон САЩ или Институт Герсон България и да получавате информация относно всеки въпрос относно Терапията.

III. Физиология на кафето

Какво прави кафето в човешкото тяло?

Забележителен факт е, че в зависимост от начина, по който се приема, кафето има два напълно противоположни ефекти.

Ако разреждана смес от кафе е взета в човешкото тяло през клизма, тя отваря жлъчните пътища за така токсични вещества, които могат да бъдат изкарани от черния дроб. За около 54 години д-р Макс Герсон използва кафеени клизми за да се постигне именно това. За всичкото това време той не е открил други странични ефекти. Вместо това, той е открил, че разреждени кафеени клизми биха спасили живота, когато нищо друго не би.

Цитати от Макс Герсон, "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases", стр. 407-411

"Откъде да започнем? Първата най-важната стъпка е детоксикация. Така че нека разгледаме това. Първо дадохме на пациенти някои различни видове клизми. Аз разбрах, че най-добрата е клизмата с кафе. Тя е била използвана за първи път от проф. О. А. Майер в Гьотинген. Тази идея му е хрумнала когато заедно с проф. Хойбнер са доставили кофеинов разтвор в ректума на животни. Той забеляза, че жлъчните пътища са били отворени и повече жлъчен сок е можело да се отлее..."

"Тези пациенти, които абсорбират големи туморни маси в очистващ поток (от тумора през кръвния поток в черния дроб) се събуждат с "аларма" всяка нощ, защото в противен случай щяха да са отровени от абсорбцията на тези маси. Ако аз им дам само една или две или три клизми, те умират от отравяне. Аз нямах право като

лекар да накарам организма да абсорбира всички туморни маси, и след това да не го снабдя с достатъчна детоксикация. С две или три клизми пациентите не бяха детоксикирани достатъчно! Те изпадаха в coma hepaticum (чернодробна кома)."

"Аутопсиите показаха, че черният дроб е бил отровен. Аз научих от тези бедствия, че не можеш да осигуриш на тези пациенти твърде много детоксикация... Когато не се дадат нощни клизми на тези пациенти, те бяха сънливи и почти в полусъзнание на сутринта. Сестрите потвърдиха това и ми казаха, че за да се освободят от това токсично състояние отново, отнемало няколко клизми. Аз не можех да усиля детоксификацията достатъчно. Дори и с всички тези клизми, това не беше достатъчно! Също трябваше да им давам рициново масло през устата и във вид на клизма през ден, поне за първата седмица от лечението или дори занатам."

"След тези две седмици няма да познаете тези пациенти! Те са пристигали на носилка, а сега обикалят наоколо! Те имат апетит... Те наддадоха тегло и туморите се стопиха."

В контраст, ако една чаша кафе се пие, тя има съвсем различни ефекти и всички от тези ефекти са изключително отрицателни:

"Чаша кафе, приета през устата има съвсем различен ефект... Тя повишава рефлексите, понижава кръвното налягане, увеличава сърдечната честота, причинява изпотяване, безсъние и сърцебиене." - Макс Герсон, "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases", стр. 191.

В стандартен учебник по Фармакология, могат да се видят тези детайлно описани явления от приемането на кафе.

Интригуващ е фактът, че нито един от тези ужасни странични ефекти не се случва, когато се дава клизма с кафе! Макс Герсон казва, че "чаша изпито кафе има съвсем различен ефект". Това е негово наблюдение от около 1925 г. нататък до смъртта му през 1959 година.

А клизма от разрежено кафе (за точната рецепта и пропорции ще прочетете в следващите глави) има определен, различен и мощен ефект: силно разширяване на жлъчните пътища. Това никога не се случва, когато кафето се пие през устата. Ясно е, че пиенето на кафе през устата и приемането му като разрежена смес в дебелия черва, имат напълно различни ефекти.

Защо е това? Ето четири причини защо:

Първо, Бог е направил стомаха и тънките черва да бъдат нормалните средства за абсорбиране на вещества от храната. Това включва въглехидратите, аминокиселините, мазнините и другите хранителни вещества.

Очевидно е, от друга страна, че дебелия черво не е предназначено да поема вещества, както тънките черва. То не разполага с хилусни съдове, откривани в тънките черва, които да абсорбират хранителните вещества в кръвния поток.

Второ, кафе прието през устата, преминава през цялата стомашно-чревна система. В противоположност, клизма с кафе навлиза само в долната част на дебелия черво.

Дългогодишната и последователна в действията си практика на Макс Герсон (продължавана и днес от Института Герсон и от всички лекуващи самостоятелно себе си пациенти) никога не е за това да се даде кафе на тънките черва, а точно обратното - чрез Клизми само на дебелия черво. Течността влиза и се запазва само в

долната част на корема /където се намира дебелия черво/.

Трето, когато се пие, кафето остава в тялото за до 5-6 часа, докато се абсорбира изцяло от хилусните съдове, премине в кръвния поток и оттам се транспортира в рамките на тялото до всеки орган, причинявайки поразия на цялата система.

Но, в съответствие с директива на Герсон, клизма с кафе остава само в долната част на дебелия черво за 12 до 15 минути, а после се изхвърля.

На четвърто място, за да произвежда толкова много различни ефекти върху тялото, кафето, прието през устата, би трябвало да навлиза в кръвния поток. И все пак съвсем очевидно е, че клизма с кафе не навлиза в кръвния поток, защото ако го направи, това би довело до същите ефекти, които се наблюдават при пиенето на кафе през устата. Вместо това, клизмата произвежда един единствен, съвсем различен ефект: мощно откриване на жлъчните пътища, така че отровите, съхранявани в черния дроб, да могат бъдат освободени.

Какъв е механизмът, по който това се случва?

Макс Герсон е заявил, че разреженото кафе във вода с цел клизма, вместо действително да пропътува чрез кръвта до черния дроб, има единствено способността да изпрати сигнал до него. Ако кафето влезе в кръвния поток и се пренесе до черния дроб, то също ще пропътува по цялото тяло и ще причини всички тези негативни ефекти, които изпито кафе би причинило: сърцебиене, тремор на тялото и др.

Но тъй като клизмата с кафе не произвежда нито един от тези лоши ефекти, изводът трябва да бъде, че кафето изпраща чрез нервите само знания на черния дроб. По този начин ние се

сблъскваме с факта, че клизмите с кафе очевидно не са вредни за системата (организма). Това заключение може да е неточно. Но това е мястото, където ни водят наблюдаваните факти...

Други “спорни” механизми, но с поразителен положителен ефект:

Инжекция с екстракт от телешки черен дроб. Д-р Герсон започва използването му под формата на сок (по-късно преминава във формата на инжекция) около 1950 г., поради заниженото качество на органичните пресни плодове и зеленчуци и по-точно заниженото съдържание на полезни вещества в тях. Прилагането на инжекция с екстракт от телешки черен дроб прави разлика във възстановяването на болните от рак.

Панкреатин (табл.) - помагат при храносмилателни проблеми в хода на лечението, тежки гастроинтестинални очистителни кризи, както и приети в количества извън нормалните (както е по протокола Герсон), панкреатиновите езними въздействат директно върху туморната маса. Панкреатинът определено е ключов в Протокола Герсон! Има случай, при които не се приема панкреатин. Не приемайте панкреатин при саркоми.

Луголов разтвор (йоден разтвор със специфична формула, използван десетилетия наред в медицината) - Доставя йод на организма. Ключово важен за справянето с рак.

Калиеви соли (Монокалиев фосфат, калиев ацетат и калиев глюконат) - помагат да се изпълни фундаменталната теория на Герсон - да се измести натрия, за сметка на калия на клетъчно ниво. Тогава ракът умира. Комбинацията от калиеви производни и йод извеждат натрия от клетките! Фундамент в терапията!

Екстракт от животинска говежда или свинска щитовидна жлеза - помага на

щитовидната жлеза на болния от рак в усвояването на йода и постепенното възстановяване на собствените и функции. Макс Герсон прави извод, че почти всички пациенти, болни от рак, имат неправилно функционираща щитовидна жлеза. Фундамент в терапията. Ключово важно, за да може да се достави йода и калиевите соли до клетките и те да извадят натрия от там. Внимание: Синтетичните щитовидни хормони са канцерогенни. Действа само екстракта от свинска щитовидна жлеза на истинско животно!

Рициново масло (олио, едно и също на бълг. ез.) - действа “прокарващо”, лаксативно, за да може да се изкарат отровите от стомашно-чревния тракт. Не ви съветваме да пропуснете използването му. Има го във вид на клизма и чрез приемане през устата. Детайлите са описани в следващите глави. Не го приемайте, ако преди това сте претърпели химиотерапия.

Четейки всичко това, Вие единствено сте господар на собствените си действия. Имайте предвид, че пълното възстановяване е постепенно, заради фактът да не се отрови тялото при детоксификацията (освобождаването от токсините). За тези, които останат в програмата за 18 до 24 месеца, оздравяването е поразяващият резултат! **НО ЕФЕКТЪТ ИДВА НА ПЪРВИЯ, ВТОРИЯ МЕСЕЦ ОТ ЗАПОЧВАНЕ НА ЛЕЧЕНИЕТО! ГОЛЯМА ЧАСТ ОТ ТУМОРНИТЕ МАСИ СЕ ТОПЯТ!** Ето затова може би тази терапия набира такава скорост по цял свят; станахме свидетели на българския превод на книгата “Терапията Герсон - доказаната хранителна програма за лечение на рака и други “нелечими” заболявания” с оригинални автори Charlotte Gerson и Morton Walker, D.P.M., превод на български Илиан Емилов, изд. през 2012 год. от изд. “Изток-Запад”; Фейсбук групата на Герсон Институт САЩ е над 80000 човека, а в неофициалните групи се наброяват над половин милион абонати; оздравели пациенти посвещават живота си на разпространението на терапията.

Има случаи на хора, които са провеждали лечението без никакви помощници или без да посещават специализирана клиника. И те са оздравявали. Ърл Тейлър от Кайро не е разбирал нищо от сложните неща, написани в книгите. Той е потърсил Шарлот Герсон (дъщерята на Макс Герсон), която му казала да следва единствено таблицата с режима на стр. 235 в книгата "A Cancer Therapy - Results of Fifty Cases" от Max Gerson. И така, той започнал да изцежда сокове и да прави клизми, както и да изпълнява другите неща от протокола и оздравява.

IV. Двустъп- ковата Сокоизтисквач- ка

Основен аспект в хранителния план Гертон е изцеждането на 1 Портокалов, 4 Марулени, 3 Морковени и 5 Ябълко-Морковени 240 мл. сокове на ден в началото на Терапията. Постепенно количествата могат да бъдат намалени.

Методът на изцеждане на соковете обаче е от огромно значение за качеството му. Терапевтичното свойство на соковете не би могло да бъде постигнато по никакъв друг начин освен чрез: 1. използването на биоплодове и биозеленчуци (такива, които са отглеждани без пестициди) в соковете и 2. използването на Двустъпкова Сокоизтисквачка за смилане и пресирането на соковете.

Двустъпковата Сокоизтисквачка представлява машина с два отделни компонента: ренде и преса. Рендето наподобява месомелачка, която прави на пюре биоморковите, биоябълките, биомарулите и др. Пресата задължително е хидравлична. Тя служи за изстискването в сок на пюре, създадено от първия процес.

Дотук ще спрем с обяснението за Двустъпковата Сокоизтисквачка. Разгледайте в Youtube какво представлява такава машина. Напишете "Norwalk Juicer" или "Using the Norwalk juicer". Тук е моментът да кажем, че единственият пример за такава машина е сокоизтисквачката Norwalk. Цената ѝ е около 3000 лв. За повечето от пациентите тя е непосилна и се използват алтернативи: хората си закупват електрическа месомелачка и ползват ръчна хидравлична преса. Тогава цената може да падне под 1200 лв., че дори

и до под 900 лв. в зависимост от вида и марката. При вторите неудобството е, че трябва да се пресираща на ръка по 10 пъти на ден. Това обаче не е проблем, особено когато се привикне.

Съветваме ви да се обърнете към "Институт Гертон България" в гр. София,. Потърсете съвет какво в момента за България е най-удачно да се ползва за Двустъпковата Сокоизтисквачка.

V. Защо органик?

Телата ни имат свойството да складираат вредни химикали и субстанции с години и едва когато товарът от такива вещества стане твърде голям за организма, тогава той дава “на късо”. Плодовете, и зеленчуците на съвременната трапеза са гледани с пестициди и фунгициди. Преработените храни в ресторантите и заведенията за бързо хранене са били консервирани и оцветявани с консерванти и оцветители. Консумирайки ги, хората са натрупвали в телата си вредни субстанции в продължение на години.

Тези храни, освен че водят до натрупване на вредни вещества в организма, те го и лишават от съществено важни витамини, ензими и минерали.

В допълнение, къщите и населените места в които живеем биват изпълнени с азбест, вредни оловни пари, алуминий, барий, талий, мед и всякакви токсични елементи. Всички те също са натрупвали в телата ни вредни субстанции в продължение на години.

Животозастрашаващи болести и хронични състояния се отключват с “отложен старт” в хората, консумирали пестицидни и консервирани храни или са били изложени на “скрит” канцероген в собствените им домакинства.

Ракът е висша резултатна болест на неправилно хранене и излагане на вредни метали и скрити токсичности. Обикновено минават от 10 до 30 години в интензивно използване на пестицидно гледани (не био, органик) храни преди да се появят първите симптоми на заболяването.

Д-р Макс Герсон, на който е посветен този наръчник казва, че причината за дегенеративните болести и болестта рак е

или дефицит или токсичност в организма или комбинация от двете на някой или няколко животоважни витамини, минерали, ензими или др. субстанции.

Този дефицит или токсичност може да има и скрит корен чрез бионеусвояемост на някой витамин, минерал, ензим или субстанция. Т.е. ако той не е поднесен в натрално-усвояема форма, макар и да присъства в състава на храната. Или пък нещо в тялото на човека пречи да не се усвои както трябва.

Ето защо, за да се предотврати рак и други тежки хронични състояния, е нужно да се води холистичен, природосъобразен начин на живот с основно гориво биологично отглеждани храни. Вторият фактор е да се избягва скрита токсичност.

Веднъж настъпила болестта може да се обърне като се започне интензивен прием на определени био храни, избягват се други и се даде на тялото това, от което е било лишавано с години във вид на качествена био храна.

Органик или био са тези храни, които са отгледани по метода на биодинамичното земеделие. Това е цяла школа от науката за отглеждане на плодове, зеленчуци, житни растения, бобови растения, технически култури и др. Практикува се като се прилагат специални методи на въртене на културите за единица обработваема земя, слагат се натурални чайове и смеси, които да отблъскват вредители, поощряват се определени животни да конкурират други в една обща схема за справяне и борба с вредителите. Не се допускат синтетични пестициди и фунгициди. Всичко става натурално.

Това е методът на прадедите ни. Прародителите ни са практикували метода на биодинамичното земеделие без дори да подозират за него. Преди години не е имало чак толкова силни синтетични препарати, които да бъдат прилагани в земеделието и животновъдството.

Това е допринесло и за по-доброто здраве на населението преди десетилетия, сравнено с 2013 г., в която случаите на заболяли от рак са с 54% повече от тези преди около век.

Ето защо един заболял индивид, трябва да започне хранене единствено с биохрани, за да вкара в организма си балансирано количество и качество витамини, минерали, ензими или др. субстанции.

VI. Протоколът Герсон за раково болни

Протоколът Герсон съдържа в себе си хранителен план, план за приемане на медикаменти (лекарства, хранителни добавки), план за правене на клизми, план за справяне с болката и физиологичен план.

Ние от Институт Герсон България, с течение на годините, не сме виждали по-академично организиран подход за хранене на болен организъм, за хранене на здрав организъм, за отстраняване на съпътстващи проблеми, настъпващи в тялото повреме на справяне със здравословен проблем от този на Макс Герсон. Книгите му, а и тези на дъщеря му Шарлот Герсон, са с висока професионална стойност и са написани като учебник, спазващ дидактически, медицински и граматически принципи. Трябва да се отчете фактът, че подобен академичен труд е нужно да се разгледа като наследство.

Ние трябва да установим едно нещо тук, още в началото: Целта на Терапията Герсон е да спаси живот. Хората, които започват тази програма са често в близост до смъртта. За разлика от някои други "ракови средства", тази програма спасява животи. Ако читателят не харесва програмата или пък желае да я следва, това е негов избор. Но при всички случаи, той не трябва да унижава тези, които следват програмата, така че да могат да продължат да живеят.

Те се нуждаят от насърчение, не от укорение.

Има лекарства, използвани в тази терапия за да помогнат възстановяване на болните. Здравите хора не приемат тези

лекарства. Те не са за тях. Но за по-голямата част от един век, д-р Герсон и неговите сътрудници са открили, че тези специални вещества са довели хора от ръба на смъртта обратно към живот. Тези вещества, при условие че болните ги приемат в комбинация с обилно хранене на тъканите, водят до интензивното прочистване на тези тъкани. Както всички лекарства, те се използват за определено време от болни хора, за да им помогне да станат добре. След това, те могат да бъдат прекратени.

За родители и близки на заболели от напреднал рак, бихме казали: Този човек се бори и пици за неговия или нейния живот и се нуждае от вашата помощ. Той или тя може да умре ако не положите усилия. Но вие трябва да помогнете.

**VI. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
Дни 1-7**

			Добавки																	
Час	Сокове: 13 броя (240 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (100% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене*	Пчелни продукти	Коластра (Imugen)	Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма	
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.										
6:00			✓								Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)									
8:00	Портокал	З		3	1	1	2	1	3	1										
9:00	Марулен				1	НЕ!														
9:30	Ябълко-Морковен				1	1		1												
10:00	Ябълко-Морковен		✓		1	1									250					
11:00	Морковен				НЕ								2							
12:00	Марулен				1	НЕ!														
13:00	Ябълко-Морковен	О		3	1	1	2	1	3	1						200			1	
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не	✓		1	НЕ!														
15:00	Морковен				НЕ								2							
16:00	Морковен				НЕ								2							
17:00	Ябълко-Морковен				1	1				3										
18:00	Марулен		✓		1	НЕ!									250					
19:00	Ябълко-Морковен	В		3	1	1	2	1	3							200			1	
22:00			✓																	
Пчелен прашец, _____ НЕ! _____ ч. л./ден												Пчелно млечице, _____ НЕ! _____ мг./ден								
												НЕ!								
												През ден								

* Коензим Q10. I ден: 50 мг. общо. II ден: 100 мг, общо. От III ден: 600 мг./ден

**VI. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
Седмица 2-4**

			Добавки																	
Час	Сокове: 13 броя (240 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (100% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене	Пчелни продукти	Коластра (Imugen)	Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма	
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.										
6:00			✓								Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)									
8:00	Портокал	З		3	4	3	2	1	3	1										
9:00	Марулен				4	НЕ!														
9:30	Ябълко-Морковен				4	3		1												
10:00	Ябълко-Морковен		✓		4	3		1		1					250					
11:00	Морковен				НЕ								2							
12:00	Марулен				4	НЕ!														
13:00	Ябълко-Морковен	О		3	4	3	2	1	3	1						200			1	
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не	✓		4	НЕ!														
15:00	Морковен				НЕ								2							
16:00	Морковен				НЕ								2							
17:00	Ябълко-Морковен				4	3		1	3	1										
18:00	Марулен		✓		4	НЕ!									250					
19:00	Ябълко-Морковен	В		3	4	3	2	1	3	1						200			1	
22:00			✓																	
Пчелен прашец, _____ НЕ! ч. л./ден												Пчелно млечице, _____ НЕ! мг./ден								
												НЕ!								
												През ден								

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД 700 МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

Тълкуване и особености на фундаменталния протокол:

- Винаги когато не понасяте соковете, намалете количеството на всеки сок и изключвайте Морковените. Когато сте по-добре, увеличавайте количеството на всеки сок и постепенно връщайте отново Морковените Сокове.
- Добавете 50% овесена каша /Рецептата е в Глава V: "Справяне с болката"/ към всеки от соковете, ако не ги понасяте добре.
- Преди започване на прием на Разтворът на Калиеви Соли, задължително е да се изследват нивата на Калий в кръвта, за да се балансира дозата. Пациенти с бъбречна недостатъчност, гастрит, гадене, кървене и костни метастази да започнат с по 1 ч.л. във всеки един от Дневните Сокове /без Морковените/ и да наблюдават дали те се понасят. Дозата се увеличава изключително плавно. Пациенти със сърдечна недостатъчност, прекаран инфаркт на миокарда или застойна сърдечна недостатъчност да не започват прием на калиевите соли без лекарска консултация.
- Луголовият разтвор при пациенти с костни метастази, метастази в черния дроб, хепатит или цироза, високо кръвно налягане, Тироидит на Хашимото, натравяне с тежки метали започват внимателно с ОБЩО 1-2 капки на ден (не по 1-2 капки във всеки сок)! Целта е да се избегне кървене или понижаване на броя на тромбоцитите в кръвта. Екстрактът от свинска щитовидна жлеза, Луголът и Ниацинът да не се пият при ниски RBC. (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). Не приемайте повече от 2 капки Луголов Разтвор общо за деня ако не пиете Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Количеството на Луголовия Разтвор за деня зависи от количеството прием на Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Ако ви е известно че страдате от натравяне с тежки метали, задръжте дозата до 1-2 капки на ден. При нарастваща поносимост, увеличете дозата до пълната.
- Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза има противопоказанията като тези на Луголовия Разтвор: пациенти с костни метастази, метастази в черния дроб, хепатит или цироза, високо кръвно налягане, Тироидит на Хашимото, натравяне с тежки метали започват внимателно с ОБЩО 1 табл. за деня. Наблюдавайте симптоми като сърцебиене, тревожност, раздразнителност, безсъние и треперене. При такива случаи може да сте предозирали щитовидния екстракт. Пациенти с история на сърдечна недостатъчност трябва да започнат с най-много по 2 табл. от 60 мг на ден. Екстрактът от свинска щитовидна жлеза, Луголът и Ниацинът да не се пият при ниски RBC. (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). **НЕ ПРИЕМАЙТЕ ПОВРЕМЕ НА МЕНЗИС!**
- Ниацинът при пациенти с чернодробна недостатъчност, главен или метастазирал тумор в черния дроб, хепатит или чернодробна цироза да приемат общо между 100 и 150 мг. на ден. Пациенти с история на кървене, язви, гастрит или такива които непосредствено преди това са приемали преднизолон, други стероиди или антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин, да не пият ниацин. Екстрактът от свинска щитовидна жлеза, Луголът и Ниацинът да не се пият при ниски RBC. (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). **НЕ ПРИЕМАЙТЕ ПОВРЕМЕ НА МЕНЗИС!**
- Панкреатинът да не се пие единствено при сарком. При тежки форми на рак и при големи тумори, приемайте 3 пъти по 1 табл. от 1200 мг. (това са по-големи таблетки).
- Ацидолът е противопоказан при язви, силно гадене, стомашно-чревно кървене или проблеми в хранопровода и при хора, приемали антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин.
- Инжекциите с 0,5 куб. см. екстракт от Черен Дроб, с добавен 0,1 куб. см В12 (Метилкобаламин или Хидроксикобаламин) да се бият по веднъж на ден. Няма данни за противопоказания, освен ако няма завишени нива на В12 в кръвта. Моля имайте предвид, че от месец Февруари 2015 г. Инжекцията от Суров Черен Дроб с добавен Вит. В12 за Инжекции, поради фактът че продуктът се прави по-концентриран, се изменя както следва: от 3 сс Екстракт от Суров Черен Дроб + 0,1 сс Вит. В12 за Инжекции /Метил или

Хидроксkobаламин/ на 0,5 cc Екстракт от Суров Черен Дроб + 0,1 cc Вит. В12 за Инжекции / Метил или Хидроксkobаламин/.

- Таблетките със Сух Говежди Черен Дроб са противопоказани при подагра. При непоносимост към тях, същите да се приемат с храната, когато се приемат и храносмилателните ензими, а не в сок или чай от мента. При анемия, може да се увеличат до 9 табл./ден.
- Кoenзим Q10 се започва с 50 мг. през първият ден. Ако не се появят симптоми като аритмия и съцебиене, се пият 100 мг. на втория ден. На третият ден трябва да се достигне доза от 400 мг. за деня и тази доза остава така за нататък.
- Мегазим Форте, Wobe Mugos или Nutrazyme храносмилателни ензими се използват за разтваряне външната стена на тумори. Те са спомагателно средство, но много препоръчително.
- Клизмите с Биокафе могат да се учестят до една на 2-3 часа в случаите описани в “План за справяне с болката”.
- Ако в хода на лечението сте зле, винаги изключвайте Морковените Сокове и намаляйте наполовина дозите на Калиевите Соли, Луголовия Разтвор и Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Останалите медикаменти не се променят като дози. Не бъркайте “временно зле” или “очистваща реакция” с “токсична реакция”. Не намаляйте дозите рязко и правете разлика между “очистващи реакции”, които всъщност са полезни, защото това е знак, че туморите се рападат и “токсична реакция”, в смисъла на непоносимост към лекарствата и прекалено бърза детоксикация, което би наложило намаляване на дозировките на Калиевите Соли, Луголовия Разтвор, Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза и трите Морковени Сока!

Годишен план при раково болни пациенти: като имате предвид, че пациентите неподлагани на химиотерапия и в сравнително добро здраве нямат нужда от така честа корекция на режима, използвайте следващия лист, от който да получите информация за годишната промяна в дозите на медикаментите.

През първите 14-16 седмици не се приема кисело мляко (йогурт, селско сирене). Да се приготвя единствено по рецепта на Шарлот Герсон. Вижте раздел “Рецепти” в този наръчник. След това можете внимателно да го добавите или да се възползвате от пълноценен негов заместител като хавайската спинулина и/или пчелно млечице и прашец. От момента на добавянето може да следвате като ориентир за дозировките по седмици Годишния План за Раково болни пациенти в глава VI на този наръчник. Ако пациентът реагира по-бавно на Терапията, то тогава добавянето може да стане и на по-късен етап. Добре е да се следят протеинните нива в кръвта и ако са занижени понякога йогуртът може да се добави и по-рано (6-8 седмица) в хода на Терапията. Добре е да се консултирате с НИБ или Герсон Институт САЩ ако имате колебание кога да добавите йогурт.

**VI. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
Седмица _____**

			Добавки																
Час	Сокове: _____ броя (_____ мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (_____ % сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене*	Пчелни продукти	Коластра (Itugen)	Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.									
6:00											Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)								
8:00	Портокал	З																	
9:00	Марулен					НЕ!													
9:30																			
10:00	Ябълко-Морковен																		
11:00					НЕ														
12:00	Марулен					НЕ!													
13:00	Ябълко-Морковен	О																	
14:00	Марулен	Кисело мляко: _____				НЕ!													
15:00					НЕ														
16:00					НЕ														
17:00	Ябълко-Морковен																		
18:00	Марулен					НЕ!													
19:00	Ябълко-Морковен	В																	
22:00																			
_____ След закуска. _____ куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)												Пчелен прашец, _____ ч. л./ден							
												Пчелно млечице, _____ мг./ден							

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД _____ МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

**ГОДИШЕН ПЛАН ЗА ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)**

Седмица	Сокове (240 мл. всеки)	Хранене. Ленено масло, суп. л.	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилиен/, капки в сок по протокол	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетамин и 230 мг. Пепсин	Инжекция: 0,5 куб.см екстракт от Черен Дроб и 0,1 куб. см Вит. В12 (Метилкобаламин)	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Коензим Q10, мг./ден	Пчелен прашец, ч. л./ден	Пчелно млечице, мг./ден	Клизма с Биокафе (100% сила)	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма
1-4	1 Портокалов, 5 Ябълко-Морковени, 4 Марулени и 3 Морковени	Норм. 2 с.л.	10x4	3	5x1	6x1	4x3	3x2	1/ден	3x2 на ден във всеки един от Морковените сокове	400	×	×	на 4 часа	През ден
5-6		Норм. 1 с.л.	10x2	2	3x1/2	също	също	също	също		същ о	×	×	също	също
7-11		също	същ о	1	също	също	4x2	също	също		същ о	×	×	също	също
12-15		+ 80 г. йогурт*. също	8x2	също	2x1/2	също	също	също	също		същ о	1/2	×	също	също
16-20		също	същ о	също	3x1/2	също	също	също	също		400	същ о	100	също	също
21-24		170 г. йогурт. също	същ о	също	също	също	също	също	също		същ о	същ о	същ о	също	2/ седм .
25-30		2x110 г. йогурт. също	същ о	също	също	също	също	също	също		същ о	същ о	същ о	също	също
31-36		също	същ о	също	2x1/2	4x1	също	също	През ден		300	същ о	същ о	2/ден	1/ седм .
37-42		също, наблегн ете на сурово	6x2	също	също	също	също	също	2/ седм .		100	същ о	същ о	също	също
43-51		вместо готвено	същ о	също	също	също	също	също	също		същ о	същ о	същ о	също	също
52-60		също	същ о	също	също	също	също	също	също		същ о	същ о	същ о	също	също
61-67		също	същ о	също	също	също	също	също	1/ седм		не	същ о	същ о	1/ден	също

* йогурт: запознайте се внимателно какво точно е йогурт (кисело мляко, селско сирене) за Герсон менюто. Ако използвате грешен вид, това може да въведе обрат в Терапията. Рецептата му ще намерите във видеото “Gerson Therapy, Vol. 3: Food Preparation” на Шарлот Герсон. Всеки 100 г. могат да се заменят с 1 равна с.л. хавайска спорулина.

**1. Какво е ракът и
какво трябва да се
коригира в него?**

Според работите на учените Ямагива и Ичикава, които мазали ушите на зайци с катранено вещество в продължение на 9 месеца, в периода преди появата на рака зайците показали **увреда на черния дроб, заедно с бъбреците, далака и лимфния апарат!** Дълго време отнемало от този момент, преди здравите клетки да започнат да приемат свойството да мутират в рак.

а) Ракът означава:

- Бавна интоксикация и промяна на цялото тяло, особено на черния дроб.

- Нашествие на Na-група йонизирана [натриев хлорид] и загуба на K-група [калий и йод] на клетъчно ниво, последвано от тъканен и/или клетъчен оток.

- Занижаване на електрическите потенциали в жизненоважни органи, засилване на тъканния и/или клетъчен оток, натрупване на отрови, загуба на напрежение, тонус, намалява реактивиращата мощност и способността за доставка на кислород, дедиференциация (липса на отличителност) на някои клетки.

- Увеличаване на общото отравяне. Витални функции и енергии намаляват. Увеличава се масата на рака. Раковите клетки оперират чрез ферментация, не оксидация ("дишане"). Те са отрицателно електрически заредени. Загубили са връзката си с кръвта и серума.

- Персистиращо (непреставашо и задълбочаващо се) унищожаване на обмяната на веществата и чернодробния паренхим (отличителността и уникалността на клетките на черния дроб са унищожени). Ракът взима превез в тялото, действа, разпространява се.

- Загуба на свойствата на финалния филтър на организма - черния дроб. Чернодробна кома. Смърт.

б) Стратегия за коригиране на действието на рака:

- Спиране на ферментацията на клетъчно ниво и заменянето и с оксидация ("дишане"). Това се постига като се изведе "заседналия" Натрий в клетките и те се заредят с достатъчно и дори излишно количество Калий. Започва се диета без готварска сол. Приемат се калиеви соли (монокалиев фосфат, калиев глюконат и калиев ацетат), луголов разтвор. Започва прием на оксидиращи ензими единствено чрез органични плодове и зеленчуци. Последните трябва да събудят организма за глобална алергична реакция срещу раковата маса. Натрият пречи на ензимните процеси да се случват правилно. Вместо това те протичат в "изроден" вид. Натрият способства за задържането на вода в клетките и оттам следва подуването им. Това пък е съпътствано от загуба на електрически потенциал от клетките! Калият е нужен за катализатор на правилни ензимни процеси. Йодът, заедно с K е ключът към обръщане на процеса от ракова клетка към здрава. Йодът, заедно с Na, обаче засилва обратния процес: раковия.

- Нужно е да се детоксицира тялото и от натрупани "изродени" вещества от неправилните (нездравословни) процеси случвали се в клетките повреме на използването на ферментация за енергия и задържане на увеличени количества йонизиран Na. Започват се клизми с кафе, които да подпомогнат детоксикацията. Започват се и клизми с рициново масло, за усиление на детоксикацията.

- Възстановява се нормалния паренхим на клетките на черния дроб. Това става чрез въвеждане на инжекции от телешки черен дроб, като телето да е гледано органично.

в) Метод за коригиране на действието на рака:

- Доставяне на вещества на организма: Медицински експерти знаят, че жертвите на рака гладуват до смърт.

Техните системи стават толкова дезорганизирани, поради отровите изхвърлени в организма от злокачественото заболяване, че те не могат правилно да усвоят храната, която ядат. Този проблем трябва да се реши. Чрез доставянето до организма на специфични хранителни вещества в определени количества ежедневно. Всичко това организирано в главен хранителен план.

- Намаляване на тумора: Туморът трябва да бъде намален или свит. В медицината това се извършва чрез прилагане на хирургия, химиотерапия или облъчване на тумора. В този процес, сериозни щети се нанасят на околната тъкан и като цяло на цялото тяло. Природната медицина изпълнява тази задача, като постепенно разтваря тумора, така че да е изнесен в кръвния поток.

- Почистване на черния дроб: Когато туморът се разделя, той се отвежда от кръвта към черния дроб, който е основен почистващ кръвта орган. Но това води до купчина от токсични вещества **наведнъж** в черния дроб. Толкова много отпадъци се доставят до него от тумора, че черният дроб не може да ги елиминира достатъчно бързо. Бързо свиване на тумора изисква спешно, ежечасно почистване на черния дроб. Отровите в него трябва да бъдат отстранявани. Ако това не бъде направено, лицето ще стане сънливо и ще изпадне в чернодробна кома. Той/тя ще изпадне и в безсъзнание и ще умре от отравяне на черния дроб.

- Почистване на червата. Когато отровите се отвеждат от черния дроб, те трябва бързо да се изведат и извън тялото през тънките черва и дебелото черво. Изключително важно е тялото да бъде подпомогнато в тази функция. Само защото токсините са минали от тумора в черния дроб и после в стомашно-чревния тракт не означава, че те са извън тялото. От начина на работа на тялото при други заболявания знаем, че когато червата са претоварени, токсичните вещества се абсорбират от него

и се изпращат отново до черния дроб и бъбреците за отстраняване.

Обобщено, достатъчното по обем и специфично като съставки хранене изчиства тумора постепенно, като го праща през кръвния поток в черния дроб и оттам с помощта на жлъчката до червата. В този процес е нужна изключителна помощ за тялото. Ежечасна помощ за почистване на черния дроб.

Четейки с годините различни теории за справяне с рака, ние авторите от Институт Герсон България сме виждали изключително малко в които да се акцентира на детоксикация. Точно обратното, навсякъде се говори какво и по колко да се приема, но не и как евентуален разпад на туморната маса да се отведе извън тялото без да му навреди!

2. Хранителен план Герсон

Хранителният план Герсон е план на избягване на определени храни и на усилено приемане на други. Храненето на пациента е безсолно. Не се слага в никакъв случай готварска сол.

Храните като качество трябва да са органично отгледани, в България това са така наречените био храни. Това означава да са гледани без пестициди. Д-р Герсон доказва, че количествата на полезни вещества в органичните в пъти превъзхождат тези на не био храните. Освен това, наличието на даден елемент в не био храна в повечето случаи е във форма, неусвоима за организма. Не прибягвайте към Плана Герсон ако сте решили да не купувате био храни. Ние от Институт Герсон България ви уверяваме в нищожното качество на храните които не са био. Нещо повече, вие плащате висока цена за на практика нищо полезно. Морковите и картофите, които не са гледани по метода на биологичното земеделие са ОТРОВНИ и опасни ако се приемат в количества по Хранителния План Герсон! От друга страна, Ако те са био, са ключът към убиване на рака, заради ензимите и полезните вещества които съдържат.

Ваша е отговорността да си осигурите чисти храни! Не бива използването на конвенционални храни да е повод за претенция от Ваша страна за неефективността на Терапията! Д-р Герсон изрично подчертава, че храните трябва да са био, "живи", органични и че използването на не такива ще доведе до точно обратния ефект в Терапията.

Плодовете трябва да се консумират зрели! Има редица вещества, които се съдържат в зрелите плодове, които все още не се съдържат в незрелите! И в допълнение, в незрелите се съдържат канцерогенни вещества. Така че, когато говорим за плодове специално, гледайте да консумирате достатъчно узрелите такива!

Основен аспект в хранителния план Герсон е изцеждането на *1 Портокалов, 4 Марулени, 3 Морковени и 5 Ябълко-*

Морковени 240 мл. сокове на ден в началото на Терапията. След 1 година количествата се намаляват.

Забранени храни, напитки и добавки /не ги приемайте никога/:

Готварска Сол!, остри, силни и люти подправки, черен пипер, люти чушки; чушки рогач; чай (освен от мента, лайка, Пау Д'Арко, корен от валериана, полски хвощ, пореч или глухарче само в случаите, когато пациентът продължава да бъде жаден, въпреки огромното количество сокове или е жаден през нощта); кафе, нескафе; шоколад; тютюн; алкохол; рафинирана захар; бяла захар, изкуствена кафява захар, истинска кафява захар, тръстикова захар, захар Зуканат, ДОРИ БИО ЗАХАР!; стевия!; ксилитол; сладкиши; сладолед; сметана; кексове; щрудели; пайове; бързи закуски; бутилирани, замразени, консервирани, рафинирани, осолени, пушени или с добавена сяра храни; ядки; ядките на плодовете; ядките на кайсиите! (въпреки известния факт за съдържанието на Вит. В17. Лаетрил може да се приема само като медикамент и то в определени случаи); гъби; соя и соеви продукти; тофу; зрял боб!, зрял грах, леща; туршии; краставици!; слънчогледово олио; зехтин; масло; всякакви масла и олиа; фъстъчено масло; гхи; месо; риба; яйца; мляко; сирене; кашкавал; авокадо; маслини; лецитин; всякакви боровинки, ягоди, малини, къпини, алкекенги, физалис, цариградско грозде, нар, касис, ананас, шипка, мечо грозде, бъз!, бъзък!, годжи бери, персимон; сода бикарбонат; газирана вода; чушки капия; паприка; листата на морковите; листа на растението горчица; листата на репичките; спанак (освен задушен и то минимум след 16-тата седмица от началото на Терапията, виж "Храни от трето ниво на предпазливост" в категориите по-долу); люцерна, ечемичена трева, пшенична трева; всякакви кълнове (съдържат незавършени аминокиселини), ВОДА!; комерсиални хлябове!; мая, теста; бял ориз, царевица!, зърнени храни!, освен овесени ядки; не са изследвани: ечемик, спелта, ръж (може

само за безсолен ръжен хляб), лимец (може да се добави само в безсолен ръжен хляб), обикновена пшеница, просо, чия, амарант!; Калций на таблетки; Магнезий на таблетки; Витамини и минерали на таблетки; Хормони на таблетки; Фолиева киселина.

Доминиращи храни: обелени сурови настъргани Ябълки, печени Ябълки с корите, Ябълков сос (рецептата е в раздел "Рецепти"), задушени Ябълки със стафида (био и без добавена сяра); необелени сурови настъргани Моркови (най-добре в равни количества с настъргани Ябълки), леко сварени Моркови (може поръсени с био кленов сироп или галета от ръжен безсолен хляб), леко печени Моркови (може поръсени с био кленов сироп или галета от ръжен безсолен хляб); печен Картоф с корите, печен белен Картоф със сурова настъргана целина и лимонов сок, печен белен Картоф с ябълков сос, сладки Картофи (батати; не повече от веднъж в седмицата); сурово настъргано Цвекло, задушено за 40 мин. Цвекло; варени био Овесени Ядки /сварете 140-200 г. ядки в 300-440 мл. къкрещо-завряла дестилирана вода на бавен огън за около 5 мин/, варени био Овесени Ядки с дресинг от следните: обелени сурови настъргани Ябълки, суров ябълков сос от първата (мелеща) част на сокоизтисквачката, био меласа (без сяра!), био кленов сироп, задушени кайсии или праскови, задушени сливи, ябълков сос, сурови био червени стафида, сурови фурми, сурови смокини; ежедневно Ръжен Безсолен Хляб приготвен от самите вас /Рецептата е в раздел "Рецепти"/;

Внимание: Позволеното количество захари (био пчелен мед /единствено след 52-ата седмица от началото на Терапията/, био меласа без сяра, био кленов сироп) да ви бъде не повече от 2 ч.л./ден!

Внимание: Редуцирайте до минимум картофите, пчелния мед /единствено ако е позволен и след 52-ата седмица от

началото на Терапията/, меласата, кленовия сироп, портокалите, бананите (важно!) и занижете на половина количеството моркови (освен в соковете) ако имате съпътстваща Гъбична инфекция Кандида. Не малък брой от раково болните я имат налице, заедно с медна токсичност.

КУПЕТЕ СИ ДЕХИДРАТОР И САМИ СИ ИЗСУШАВАЙТЕ ПЛОДОВЕТЕ И ЗЕЛЕНЧУЦИТЕ: Така ще се предпазите от възможни адитиви и консерванти, на които може да попаднете когато купувате био изсушени плодове и зеленчуци. Този подход е и една прекрасна възможност да се запасите с тези продукти за зимата. Преди да сушите плодове, уверете се че са достатъчно узрели!

Внимание: Всички сушени плодове и зеленчуци трябва да се наикиснат от предната вечер преди ползването им и винаги да се ядат задушени!

ОСОБЕНО ВНИМАНИЕ: Избягвайте био стафидите и сушените плодове, в които за консервант е използвано слънчогледово олио или други масла, калиев сорбат, серен двуокис или други серни или калиеви съединения! В България няма биостафида без добавено слънчогледово олио. Ако желаете можете да замените стафидите със сушени златни череши на фирмата "Серена". Можете и да си изсушите грозде сами на дехидратор (описан по-горе).

Позволен суров храни: ленено масло /разгледайте глава VI: "Годишен план Герсон за Протокол Герсон за раково болни пациенти" за схема на прием на ленено олио директно в салатите или в дресингите; пресни ябълки, моркови, марули, грозде (избягвайте ако имате гъбички от рода Кандида), манго, папая, череши, праскови, кайсии, портокали (заменете с грейпфрут ако имате гъбички от рода Кандида), грейпфрут, лимони, мандарини, пъпеш, диня, киви (узряло, не зелено и твърдо), райска ябълка /Diospyros

virginiana/, цикория, целина (може малко в салата, но не прекалявайте), домати, маруля, маруля сорт "Ескарпиол", зелена салатка, къдрава маруля, млад чесън, млад лук, праз лук, карфиол, репички, глави целина, чушки камби (тъмнозелени и червени); веднъж в седмицата листа от мента за подправка;

Позволени задушени храни /на бавен огън докато омекнат/: задушени картофи (намалете количеството им ако имате гъбички от рода Кандида, но не ги изключвайте съвсем); задушени круши (избягвайте ги сурови), задушени сливи (избягвайте ги сурови), задушени био червени стафили, кайсии (никога сурови и без добавена сяра); задушени плодове и зеленчуци в техен сос;

Позволени сготвени храни: Хипократова Супа (рецептата е в раздел "Рецепти"); бавно сварени био овесени ядки; кафяв или див ориз (не повече от веднъж в седмицата); чай от мента или чай от Пау (Д'Арко само в случаите, когато пациентът продължава да бъде жаден, въпреки огромното количество сокове или е жаден през нощта)

Позволени подправки за свободно ползване: лук, чесън и магданоз, свеж кориандър. Могат да се ползват в големи количества.

Позволени подправки за ограничено ползване (само по малко и никога други): бахар, анасон, дафинов лист, кориандър, копър, майорана, розмарин, градински чай, шафран (истински), естрагон, мащерка, киселец, чубрица. Да се използват рядко, тъй като могат да попречат на естествените реакции на организма да се справят с болестта.

Забранени подправки: босилек, риган, джинджифил, канела, куркума, къри, индийско орехче, и всякакви други извън списъка по-горе!

Храни от второ ниво на предпазливост /включете ги след осмата седмица от началото на Терапията/: безсолнен ръжен или лимецов или комбиниран от двете хляб (за препоръчване домашно приготвен; в България няма подходящ в магазините); галета от ръжен или лимецов безсолнен хляб (настъргайте сами);

Храни от трето ниво на предпазливост /включете ги след 12-тата седмица от началото на Терапията/ за усилване на азотния баланс след протеиновото ограничаване през предходния период, препоръчително след преценка на Герсон лекар: безсолнен, безмазнинен йогурт (нар. още кисело мляко по Герсон); безсолнен, безмазнинен цеден йогурт (нар. още цедено кисело мляко или йогуртово сирене по Герсон); безсолна, безмазнинна извара (нар. още селско сирене по Герсон). В България няма такива. От Институт Герсон България ви препоръчваме да не правите експерименти с този продукт поне два месеца от започване на лечението. След това единствено киселото мляко по рецептата в този наръчник е безопасно. Рецептната за безсолна, безмазнинна извара ще намерите във видеото "Gerson Therapy, Vol. 3: Food Preparation" на Шарлот Герсон. В много от случаите ракът се завръща, ако прибегнете към млечни храни прекалено рано. Хавайска спинулина (в доза до 2 равни с.л./ден, като всеки 100 г. селско сирене (йогурт) по годишния протокол в глава VI. могат да се заменят с 1 равна с.л. хавайска спинулина) може да се използва като заместител на киселото мляко, когато

пациентът има алергия към мляко и в никакъв друг случай.

Храни от четвърто ниво на предпазливост /включете ги след 20-тата седмица от началото на Терапията/: патладжан; задушен спанак (никога суров); царевица /единствено след одобрение от лекар; иначе царевицата е твърдо НЕ по Герсон/; задушен зелен фасул (след минимум 6 месеца от началото на лечението; в никакъв случай зрял фасул, зрял грах и леща!).

Храни от пето ниво на предпазливост /включете ги след 52-тата седмица от началото на Терапията/: био пчелен мед, банан.

ПРИМЕРНО СЕДМИЧНО ХРАНИТЕЛНО МЕНЮ ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ

Следва на нова страница

Пон	Вт	Ср	Чт
Овесени със задушена ябълка и кленов сироп	Овесени със сурово ябълково пюре от 2 ябълки и по желание кленов сироп	Овесени със задушени стафиди (без слънчогледово олио) и кленов сироп	Овесени със задушени пресни или сушени сливи
Обяд			
Печен картоф	Печен картоф	Варен картоф	Печена тиква с ориз и стафиди по Герсон
Салата Цвекло (обелено, на кубчета, задушени 40 мин, изстинали) с аранжирани отстриани червеножилни Марули	Пюре от Варени тиква и моркови в пасатор, украсено с магданоз	Варени Аспержи	Задушен лук със стафиди: 1 глава лук (чопър), 1/4 чаша стафиди. Задушава се 30 мин.
	Задушени тиквички		
Салата: домати с аранжирани отстриани главести Марули	Салата: сурови чушки на дълго, сурова целина на ленти	Лимони на кръгове в чиния	Салата: Сурова Цикория
Дресинг II: 1/4 чаша оцет, 1 1/2 чаша лимонов сок, 1/4 чаша копър. Всичко в блендер.	Лимони на кръгове в чиния	Дресинг IV: 2 глави стар лук (чопър), 6 скилидки чесън (кайма чопър), 2 ч.л. копър (чопър). Декорация с пресен чесън надълго и 2 клонки копър	Дресинг I: 1/4 чаша оцет, 1/2 чаша портокалов сок, 1/2 чаша лимонов сок, 1/2 чаша грейпфрутов сок, 1 печен картоф от миналия ден, 1/4 чаша копър. Всичко в блендер.
Десерт: Сурови Череши	Десерт: Задушено Манго	Десерт: Паскова или нектарина	Десерт: Суров Пъпеш или 3-5 парчета диня
Вечеря			
Картофена салата НИБ: печен картоф, зелен лук, зелен чесън, репички	Печен картоф	Картофено пюре: Варен картоф се обелва и с малко дестилирана вода се процесира в блендер. Може да се разнообрази като му се добави и 1 морков.	Варен Артишок
	Печени чушки с доматиен сос	Варен кафяв ориз с целина, чушки, червен стар лук, копър, кориандър, стафиди накиснати от предния ден, оцет, ленено олио (Рецепта на Джес Айнскоу)	Цвекло (обелено, на кубчета, задушени 40 мин, изстинали)
Зелена салата: Маруля (чопър), репички (кръгчета), домати (едър чопър), магданоз (чопър)	Салата: зеле и моркови на ленти (ел. ренде), копър (чопър)	Цвекло (обелено, на кубчета, задушени 40 мин, изстинали)	Сурови Карфиол, Чери домати, лук
Дресинг VI на НИБ: 2 сушени домати в ленено масло, целина и копър (чопър). Лененото олио да замести обедната и вечерната доза ленено масло. В никакъв случай не добавяйте повече.	Дресинг III: 2/3 чаша портокалов сок, 1 ч.л. брашно от лимец, 1 1/2 ч.л. оцет, 1 ч.л. мед	Дресинг I: 1/4 чаша оцет, 1/2 чаша портокалов сок, 1/2 чаша лимонов сок, 1/2 чаша грейпфрутов сок, 1 печен картоф от миналия ден, 1/4 чаша копър. Всичко в блендер. Тук може и Дресинг V	Дресинг V на Шарлот Герсон: Домати (едро чопър), малко чесън и магданоз. Всичко се смесва в блендер.
Десерт: 1/2 Печена ябълка с кленов сироп	Десерт: Кейк от тиква и овес по Джес Айнскоу	Десерт: 2 бр. смокини	Десерт: 2 Печени ябълки със стафиди

Пт	Сб	Нд
Овесени със задушени или сурови пресни кайсии или на киснати сушени кайсии	Овесени със задушен ябълков сос (по рецепта на Шарлот Герсон)	Овесени със задушени круши
Обяд		
Картофено пюре: Варен картоф се обелва и с малко дестилирана вода се процесира в блендер. Може да се разнообрази като му се добави и 1 морков.	Печен Батат с чесън и лук	Печен Картоф с Печен Ябълков сос по Шарлот Герсон
Задушени броколи (40 мин.)	Задушени броколи и моркови	Пълнени чушки с ориз по НИБ Картофено пюре: Варен картоф се обелва и се процесира в блендер
Салата: Чери домати, зелен лук на ленти, Репички на шайби, магданоз (чопър)	Сурова настъргана ряпа	Зелена салата: Рукола, домати на едро, Салата Цвекло с воден крес или магданоз от предния ден
Дресинг IV: 2 глави стар лук (чопър), 6 скилидки чесън (кайма чопър), 2 ч.л. копър (чопър). Декорация с пресен чесън надълго и 2 клонки копър	Дресинг от лимон	Дресинг V на Шарлот Герсон: Домати (едро чопър), малко чесън и магданоз. Всичко се смесва в блендер. Идеален за върху чушката ДОБРА КОМБИНАЦИЯ
Десерт: Сурово Грозде	Десерт: Задушени Сливи	Десерт: Суров Ябълко-морковен маш
Вечеря		
Печен картоф с лук	Картофена салата по Шарлот Герсон: варен белен картоф, червен стар лук, зелена чушка, целина	
Печени домати на шайби по Шарлот Герсон	Задушено Цвекло със Суров Ябълков маш	Патладжан с домати, чесън, лук и чубрица /при условие, че са минали 4-6 месеца/ или Зелени сарми с ориз, моркови, чушки и лук по рецепта на Джес Айнскоу
Салата Цвекло с воден крес или магданоз: 3 глави цвекло (обелени, на кубчета, задушени 40 мин, изстинали), 1/2 стар жълт лук (чопър), сок от 1 лимон, 1/2 връзка воден крес или магданоз (едър чопър)	Лимони на кръгове в чиния	Салата: зеле и моркови на ленти (ел. ренде), копър (чопър)
Лимони на кръгове в чиния	Дресинг VII на Шарлот Герсон: 30 мл. био ябълков оцет, малко био чесън на прах /без сол, сира и консерватни/ или свеж чесън, прокаран прес преса за чесън, малко мащерка, 60 мл. дестилирана вода	Дресинг V на Шарлот Герсон: Домати (едро чопър), малко чесън и магданоз. Всичко се смесва в блендер.
Десерт: Мандарини	Десерт: 3-4 Фурми	Десерт: Овесен кейк по Джес Айнскоу

Внимание:

На закуска се сервира винаги **Голяма порция Овесени Ядки** /110-140 г. в 300-440 мл. предварително завряла дестилирана вода/ с обелени сурови настъргани Ябълки, био меласа (без сяр!), био кленов сироп, задушени кайсии или праскови, задушени сливи, ябълков сос, задушени био червени стафида. Всичко без консерванти!

На закуска се пие портокалов или грейфрутов сок (грейпфрутов ако имате Кандида, а може и да разнообразявате портокаловия с грейпфрутов; не приемайте ако страдате от колагеново заболяване на съединителната тъкан и не приемайте при Лупус: в тези случаи може да изцедите 180-220 мл. чист ябълков сок през двустъпковата сокоизтисквачка) с добавени според индивидуалния за пациента протокол добавки. Не пийте този сок на гладно!

1 филия Ръжен Безсолн Хляб препечен или не, намазан с кленов сироп по желание се сервира на закуска, само при положение, че пациентът има апетит и изяжда цялата порция овесена каша.

На обяд и вечеря се сервира винаги Хипократова супа (мин. 380 мл.), разнообразно приготвен Картоф (печен, варен или на салата), задушени или сурови зеленчуци. Винаги да има и сурова салата! Задушени или сурови плодове се сервират също винаги на обяд и на вечеря. На обяд и на вечеря се пие ябълко-морковен сок с добавени според индивидуалния за пациента протокол добавки.

ПАЦИЕНТИТЕ БЕЗ АПЕТИТ МОГАТ ДА ЯДАТ ПО ЕДНО ЯСТИЕ ЗА ДЕНЯ, А ДОМАШНИТЕ ПОМОЩНИЦИ ДА НЕ ПРАВЯТ РАЗНООБРАЗНИ И МНОГО ПРОДУКТИ. НАПРИМЕР НА ОБЯДА И ВЕЧЕРЯТА СЕ ЯДЕ ЗАДУШЕНО ЦВЕКЛО С ЛЮБИМ ДРЕСИНГ КАТО МИНИМУМ. НА СЛЕДВАЩИЯ ДЕН СЕ ПРАВЯТ ТИКВИЧКИ ЗА ЦЕЛИЯ ДЕН, НА ТРЕТИЯ БРОКОЛИ И Т.Н. ТОЗИ МЕТОД МОЖЕ ДА СЕ РАЗГЛЕЖДА КАТО РАЗДЕЛНО ХРАНЕНЕ. ВАЖНО Е ДА СЕ ЗАПАЗИ ПРИНЦИПА ЗАДЪЛЖИТЕЛНО ДА ИМА СОК, СУРОВА САЛАТА, ХИПОКРАТОВА СУПА И ОСНОВНО ЯСТИЕ. ПЛОВОДЕТЕ ВИНАГИ ДА СА НАЛИЧНИ ПРЕЗ ЦЕЛИЯ ДЕН. ДА СЕ ПОДНАСЯ И ЯБЪЛКОВ СОС, СУРОВО ЯБЪЛКОВО ПЮРЕ, СУРОВО ЯБЪЛКО-МОРКОВЕНО ПЮРЕ. ОТ ТОЗИ МЕТОД МОГАТ ДА СЕ ВЪЗПОЛЗВАТ И ПАЦИЕНТИТЕ С АПЕТИТ, С ТАЗИ РАЗЛИКА, ЧЕ ПРЕЗ НЯКОЛКО ДНИ Е ХУБАВО ЗА ЕДИН ДЕН ДА СЕ ВНЕСЕ РАЗНООБРАЗНО МЕНЮ ЗА ЦЕЛИЯ ДЕН С ЦЕЛ СТИМУЛИРАНЕ НА СЕТИВАТА. ВСИЧКИ ПАЦИЕНТИ ДА НАБЛЯГАТ НА ОБЕМА ХРАНА, ЗАЩОТО ТОВА Е ХРАНИТЕЛНА ТЕРАПИЯ И ЕФЕКТ ИМА ОТ ОБЕМА.

СОКЪТ НА ЗАКУСКА, ОБЯД И ВЕЧЕРЯ ДА СЕ РАЗГЛЕЖДА КАТО ХРАНА. РАЗСЪЖДЕНИЯТА, ЧЕ НЕ Е ХУБАВО ДА СЕ ПИЕ ПРЕДИ, ПОВРЕМЕ И СЛЕД ХРАНЕНЕ НЕ ВАЖАТ ЗА СОКОВЕТЕ, А ЗА ВОДА. КАКТО ЗНАЕМ МЕТОДЪТ ГЕРСОН ИЗКЛЮЧВА ПРИЕМАНЕТО НА ВОДА!

НАЙ-ДОБРЕ Е ЯБЪЛКО-МОРКОВЕНИТЕ СОКОВЕ ДА СЕ ПИЯТ 15 МИНУТИ ПРЕДИ ХРАНЕНЕ С КАЛИЕВИТЕ СОЛИ, ЛУГОЛА И АЦИДОЛА (АКО СА ПРЕДПИСАНИ) НА НЯКОЛКО УМЕРЕНО ГОЛЕМИ ГЛЪТКИ И КОГАТО СОКЪТ Е ИЗПИТ ДА СЕ ПРИСТЪПИ СЛЕД ОЩЕ 10-15 МИНУТИ КЪМ ХРАНЕНЕ. ПОРТОКАЛОВИЯТ СОК ДА НЕ СЕ ПИЕ НА ГЛАДНО, А ПОВРЕМЕ НА ЗАКУСКА.

МОРКОВЕНИТЕ СОКОВЕ (АКО СА ПРЕДПИСАНИ) НЕ СЛУЧАЙНО СА ОТДЕЛНО ОТ ТРИТЕ ОСНОВНИ ХРАНЕНИЯ, ЗА ДА МОГАТ ДА СЕ КОМБИНИРАТ С ТАБЛЕТКИТЕ ОТ ЧЕРЕН ДРОБ.

ЗЕЛЕНИТЕ СОКОВЕ ДА СЕ ПИЯТ НА ДВЕ ГОЛЕМИ ГЛЪТКИ ЗА НЕ ПОВЕЧЕ ОТ ДВЕ МИНУТИ, С ДОБАВЕНИТЕ В ТЯХ КАЛИЕВИ СОЛИ (АКО СА ПРЕДПИСАНИ). НЕ СЛУЧАЙНО ТЕ СА ОТДЕЛНО ОТ ТРИТЕ ОСНОВНИ ХРАНЕНИЯ.

САМОТО ХРАНЕНЕ ПРОТИЧА В СЛЕДНИЯ РЕД: СУРОВА САЛАТА, ХИПОКРАТОВА СУПА, СГОТВЕНО ЯСТИЕ, ДЕСЕРТ.

ЛЕНЕНОТО ОЛИО ДА СЕ ИЗПОЛЗВА В СУРОВАТА САЛАТА И ПО ЖЕЛАНИЕ В СГОТВЕНОТО ЯСТИЕ. НИКОГА ДА НЕ ВЛИЗА В КОНТАКТ С ТОПЛИ ХРАНИ. КОГАТО ПОДНАСЯТЕ ТОПЛО ЯСТИЕ НЕ БИВА ДА ВЛИЗА В КОНТАКТ С ЛЕНЕНОТО ОЛИО. ИЗЧАКАЙТЕ ТО ДА ИЗСТИНЕ. НЕ ПРЕДВИШАВАЙТЕ ДНЕВНАТА МУ ДОЗА: ПЪРВИ МЕСЕЦ ОТ НАЧАЛОТО НА ТЕРАПИЯТА - ПО 2 С.Л. ЗА ДЕНЯ; ОТ ВТОРИ МЕСЕЦ СЛЕД НАЧАЛОТО НА ТЕРАПИЯТА - ПО 1 С.Л. ЗА ДЕНЯ!

ПОВРЕМЕ НА ХРАНЕНЕ, ЗАЕДНО СЪС САЛАТАТА, ДА СЕ ВЗИМА 300 МГ. КОЕНЗИМ Q10 (АКО ОБЩАТА ДНЕВНА ДОЗА Е 600 МГ.), ЗАЕДНО С ЛЕНЕНОТО ОЛИО.

НЕПОСРЕДСТВЕНО СЛЕД ХРАНЕНЕ ДА СЕ ПРИЕМА ПАНКРЕАТИН, НИАЦИН, СУХ ЕКСТРАКТ ОТ СВИНСКА ЩИТОВИДНА ЖЛЕЗА, С МИНИМАЛНО КОЛИЧЕСТВО ЧАЙ ОТ МЕНТА ИЛИ С ХИПОКРАТОВА СУПА, ПРИ УСЛОВИЕ ЧЕ Е ПОИЗСТИНАЛА.

Основни отправни точки

Ястието трябва да се готви като единна цялост на Цвят, Фокус /какво ще се използва за основен продукт, напр. картоф или цвекло/, Подправки.

Ден с ден да не се повтаря.

Хранене с хранене да не с повтаря.

Останали продукти от предния ден да влязат в дресинг или преобразено ястие. Напр. печените картофи от предния ден влизат в дресинг I. Цвеклото от предния ден влиза в салата с воден крес или магданоз.

РЕЦЕПТИ ЗА СОКОВЕТЕ И ХРАНИТЕ В ПРОТОКОЛИТЕ ГЕРСОН ЗА РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ

Всички продукти трябва да са био. Т.е. да не са гледани с пестициди! Това е главен аспект в Терапията. Не може да замените био продуктите с не био такива!

Всички сокове, освен Портокаловия или Грейпфрутовия да се правят през Двустъпкова Сокоизтисквачка! Вижте глава IV. на този на ръчник за пълно описание на машината.

Всички плодове и зеленчуци се измиват с пречистена чешмяна вода / водата от водопровода, на която е нужно да има базова филтрация от твърди частици и за препоръчване хлор и флуор/. След това се изплакват чрез потопяване в дестилирана вода или вода, преминала през обратна осмоза (без минерализатори и йонизатори). Пригответе си голям леген за тази цел. По-лесно е.

ВНИМАНИЕ: Продуктите не се киснат във водороден пероксид. В миналото, от Герсон САЩ съветваха това да става, както и предните издания на нашия наръчник съветваше. От НИБ направихме изследване, което доказва, че жизненоважни ензими се унищожават след въздействието на водороден пероксид или озон. Самият д-р Герсон не го е използвал за тези цели. Също така, не използвайте озонатор за да озонирате продуктите с цел да им махнете пестицидите. Не използвайте озонатор в хладилника!

Финално, продуктите се изтъркват с четка за да им падне калта и мърсотията. Не претърквайте. Топват се и се изплакват набързо в дестилирана вода. Не белете ябълките, не изстъргвайте морковите!

Внимание: Ако водата не е флуорирана, за целите на киснене и миене, както и за готвене, може да се използва и вода, преминала през

пречистване с обратна осмоза. За целите на клизми обаче, ние от НИБ препоръчваме да имате и дестилатор, за да постигнем по-силна чистота на водата за клизми!

Когато се смилат ябълки и моркови, а и продуктите за маруления сок през двустъпковата сокоизтисквачка, е хубаво да се бъркат после. Ябълките дърпат допълнителни хранителни вещества от морковите, когато се бъркат. Затова е хубаво да не се ползват филтърните торби, а филтърните кърпи, за да могат да се отделят допълнителните вещества от морковите.

Задушените ястия да се задушават на бавен огън в продължение на 40 минути до 2 часа при температура до 82 °C. Картофите, цвеклото, артишокът и царевицата (ако е позволена въобще; моля имайте предвид, че тя от трето ниво на предпазливост според класификацията в този наръчник) трябва да заврят до не повече от 98 °C, т.е. да се сварят на възможно най-слабата температура. При тях задушаване е невъзможно.

Правилно задушеното ястие леко хрупка, т.е. извадено е една идея преди напълното му отпускане. Пагубно е ако презадушите или преварите продукта.

Да се задушава без вода или с минимално количество. Всеки добавен милилитър ще изсмуче не малък процент от полезните съставки на плода или зеленчука. Вместо вода, успешно можете да използвате 1-2 с.л. Хипократова Супа, наредени в дъното на тенджерата дебели шайби домати или лук или дори резенчета ябълки, които да отдадат вода за задушаването на ястието. Не изхвърляйте подобна вода, а напротив използвайте я в консумацията на ястието, макар че се предполага, че след успешно задушаване ще остане малко или никакво количество.

Печените ястия да се пекат за 1ч. и 20 мин. до 2 часа на температура до 148 °C. Можете да сложите иноксова тенжера във

фурната и да я покриете изцяло с капак, като на дъното наредите дебели шайби домати или лук или дори резенчета ябълки, които да отдадат вода за задушаването на ястието. Втори метод е да закупите инноксови шишове, да ги отрежете с дължина, такава че да влязат в релсите на фурната ви и по този начин да изпечете успешно картофи и цвекло във въздуха, като обръщате продуктите от време навреме.

Различни продукти не се готвят в никакъв случай заедно. Изключение прави рататуи /според ДВД от Унгарската Клиника/. Отодлните продукти изискват различно технологично време за задушаване. Знайте тези времена!

ВНИМАНИЕ: Не използвайте уреди за готвене на пара. Парата е с температура над 100 °C и убива всички полезни съставки на продуктите!

Използвайте само инноксови съдове или емайлирани. Но се уверете, че вторите не са глазирани с олово и не са с пробит емайл.

Уверете се , че капаците на съдовете са от типа “прилягащи плътно”. Такива са обикновено с ръб (фланец), който е разположен перпендикулярно на капака.

Портокалов сок

- 3 портокала (500 г.)

Нарежете портокалите на две. Използвайте изтисквачка със зъбци: такава в която изцеждате портокала с въртеливо движение. Не използвайте цитрус преса, в която се поставя половината плод, защото така в сока ви ще попаднат ароматни масла от самата кора. Не използвайте алуминиева, а пластмасова, порцеланова или изтисквачка от неръждаема стомана.



Марулен сок

Снабдете се с колкото се можете повече от следните видове марули и зеленолистни, но не и с никакви други видове извън списъка. Да са само био:

Маруля или маруля с червени жилки



Главеста салата



Салата сорт "Ромейн"



Къдрава Ендивия



Маруля сорт "Ескариол"

Маруля сорт "Ескариол" (нар. още широколистна ендивия; студолюбива маруля)



Воден Крес (*Nasturtium Officinale*). Нарича се още мокреш, пореч, поточарка. По-едър от градинския кресон и няма нищо общо с него. В никакъв случай не използвайте градински кресон! Препоръчваме да се снабдите със семена от него от Институт Герсон България или от САЩ (<https://www.horizonherbs.com/>) и да го засадите в 80 см. сандъци. Расте за около месец. Листата се подстригват като магданоз и израстват отново. Ако не можете да го направите, можете да го поръчате в сух вид от Билкова Аптека на ул. Поп Богомил в гр. София. Слагайте по 1/3 ч.л във всеки един от зелените сокове. Имайте предвид, че това е временно решение и свежият е най-лечебен.

Маруля сорт "Ендивия"



В НИКАКЪВ СЛУЧАИ НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ САЛАТА АЙСБЕРГ. ТЯ НЯМА ХЛОРОФИЛ И Е БЕЗПОЛЕЗНА! В НИКАКЪВ СЛУЧАИ НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ СПАНАК. ТОЙ СЪДЪРЖА ТВЪРДЕ МНОГО ОКСАЛАТНА КИСЕЛИНА!

Листа от червено зеле (без ствола; не използвайте бяло зеле)



Млади листа от Несладко цвекло



Зелена чушка камба (в ниакакъв случай не капия или червена камба)



Манголд (наричат го още листно цвекло или спанаково цвекло, стеблата му могат да бъдат цветни)



Ябълка сорт “Грени смит”, “Макинтош”, “Пипин” или “Петровка” (това са леко кисели и зелени или зелено-червени ябълки). В никакъв случай не използвайте червени сладки и златни превъзходни ябълки! При невъзможност да се снабдите с някоя от четирите сорта, може да прибегнете като избор и до сортовете: ”Брамли”, “Рим” и “Гала”.

Когато се съмнявате една ябълка дали е годна за Терапията, отхапете от нея, ако накиселява и е с твърда, здрава структура, то тя е. Ако ябълката е сладникава или сладко-кисела и е месеста, а не с твърда структура, то тогава тя е негодна.

Грени Смит



Макинтош



Брамли



Пипин



Рим



Петровка



Гала



Рецептата е:

- 1/4 до 1/2 глава (взависимост от големината) или смесица от каквото имате от следните: Маруля, Главеста Салата, Салата сорт "Ромейн"
- 2-4 листа смесица от Маруля сорт "Ендивия" и Маруля сорт "Ескарпиол" и Цикория
- 5-6 листа Воден Кресон
- 1-2 листа от средно голяма глава Червено Зеле
- 2-3 млади вътрешни листа от Несладко Цвекло (Външните листа съдържат в пъти над позволеното количество Натрий. Не използвайте външните)!
- 1/4 малка до средна Тъмно-зелена Чушка камба
- 1 листо Манголд
- 1 малка Зелена Биоябълка (230 г.)

Измийте хубаво продуктите, като обърнете специално внимание на пясък и почва в основата на стволите на листата.

Отрежете стволите на листата. Не белете ябълките!

Накълцайте продуктите, защото така ще увеличите лечебните им свойства, предпазвайки ги от повишаване на температурата повреме на прокарването им през Сокоизтисквачката.

Процедирайте през Двустъпковата Сокоизтисквачка.

Маруленият сок да се пие на секундата. Той не може да се съхранява. Не добавяйте Луголов Разтвор в него!

Ябълко-Морковен сок

- 1 биоябълка (230 г.) сорт "Грени смит", "Пипин", "Макинтош", "Петровка", "Брамли", "Рим" или "Гала".
- 2-4 биоморкова (230 г.)

Нарежете ябълките. Не ги белете, а само ги почистете от дръжката, семките и вътрешната ципа.

Не изстъргвайте морковите! Почистете ги с четка по вертикала и хоризонтала. Отрежете връхчетата им. Ако след като ги отрежете, намирате черна или зелена следа в средата, е нужно да я отстраните. Ако желаете можете да срежете морковите и на две.

Процедирайте през Двустъпковата Сокоизтисквачка.

Този сок би могъл да се съхранява до 2-3 часа в хладилник след като е приготвен. Доста от Герсон пациентите правят Ябълко-Морковените сокове и Морковените сокове за целия ден. Това не е правилно, но ако се налага е по-добър вариант от бездействието. Съхранявайте сока в стъклени буркани или шишета с капачка с винт, като винаги пълните догоре. Да няма и един милиметър празнина. Малко въздух в буркана и действието на ензимите в сока ще си замине!

Морковен сок

- 4-6 биоморкова (460 г.)

Не изстъргвайте морковите! Отрежете връхчетата им. Ако желаете можете да ги срежете на две.

Процедирайте през Двустъпковата Сокоизтисквачка.

Хипократова супа

За един човек, да се използва минимум 5 литров съд. Зеленчуците да се измият и изтъркат добре с четка. Да не се белят, с изключение на лука и чесъна. Нарежете ги на едро, дори можете да ги сложите цели, само почистете домати от зелените вътрешности, почистете грижливо целината без да я белите, разрежете праса на две и измийте хубаво остатъчната почва:

- 1 средно голяма глава целина (ако не е в сезон, използвайте 3-4 стъбла целина; целина сорт "Паскал" е за предпочитане)
- 1 среден корен от магданоз (не винаги се намира, пропуснете ако го няма; виждали сме го в м-н "Hit" Младост, но не е органик)
- 2 малки стръка праз (може да се заместят с 2 малки глави лук)
- 2 средни глави лук
- Малко магданоз
- 700 г. домати или повече
- 450 г. картофи
- Чесън може да се използва в изобилие по време на готвенето или да се изцеди пресен в готовата гореща супа.

Покрийте всичко с вода. Сложете плътно капака на тенджерата. Включете котлона на най-слабата степен. Да се готви бавно в продължение на 2 1/2 до 3 часа, след което супата, докато е все още топла, се намачква с уред за намачкване на картофи. Това ще ви позволи да смелите супата по-лесно в мелницата за храна. Следва смилането през мелница за храна (ръчен пасатор за зеленчуци). Използвайте движение надясно и от време-навреме наляво. Почти никакви влакна не трябва да се виждат след смилането. Използвайте различно количеството вода при готвенето за да постигнете различна гъстота, според вашия вкус.

Внимание: не разбивайте Хипократова Супа през блендер, тъй като част от полезните съставки се "изпаряват" от създаденото от въртеливото движение на блендера електричество.



Внимание: Мелницата за храна (ръчният пасатор за зеленчуци) е много важен. Само той може да изведе правилния краен продукт, годен за Терапията Герсон. В България има няколко марки, които може да потърсите: Fackelmann, Tescoma и Gefu. Най-добра е тази на Gefu /цената и е около 140 лв./, но е с голям диаметър на цедката, масивна, стабилна и наистина вечна. Тази на Fackelmann е доста по-неудобна, въпреки ниската си цена /около 40 лв./ и се чупи лесно. Тази на Tescoma е стабилна, масивна, но диаметърът и е много малък и това прави меленето доста трудно.

Препоръчаната от НИБ е Gefu Flotte Lotte, защото меленето през нея отнема само 5 минути.

Ето два линка:

*<http://chefs-heaven.com/87/88/3327.html>
<http://www.praktiker-online.bg/product/99938/ured-za-pasirane.html>*

Gefu може да се намери в Технополис или в онлайн магазини.

Нека супата изстине, преди да я приберете в хладилник. Дръжте я добре затворена в хладилника за не повече от 2 дни. Загривайте колкото е необходимо всеки път и ако след затоплянето остане, изхвърляйте.

Голяма порция Овесени Ядки

110 г. до 140 г. био Овесени Ядки се слагат в три пъти повече количество от ядките дестилирана вода (340-430 мл.). Пускат се да заврят. След като водата заври, намалява се огъня със значителна степен. Задушават се за 5-7 мин. на много бавен огън под леко открит капак, като се разбъркват от време на време. Внимание: лесно превира, затова наистина на много лек огън.

Подправят се с дресинг от следните: обелени сурови настъргани Ябълки, суров ябълков сос от първата (мелеща) част на сокоизтисквачката, био пчелен мед, био меласа (без сяра!), био кленов сироп, задушени кайсии или праскови, задушени сливи, ябълков сос, сурови био червени стафида, сурови фурми, сурови смокини.

За по-добра усвояемост може да се накиснат от предната вечер директно подготвени за задушаване в пропорция 1 част био овесени ядки към 3 части вода.

Лимецова Квас и Безсолен Ръжен Хляб

/Рецепта на Институт Герсон България/

Избягвайте използването на хляб обаче поне през първите два месеца от началото на Терапията

В Институт Герсон България предпочитаме създаване на квас без стартерна култура. Ако все пак решите да използвате такава, избирайки рецепта от книгата "Терапията Герсон - доказаната хранителна програма за лечение на рака и други "нелечими" заболявания", купете си

активната суха мая единствено от биомагазин и да е сертифицирана "органик".

Лимецова Квас

Използвайте керамична или стъклена купа. В никакъв случай не пластмасова или още по-лошо метална. Използвайте дървена лъжица.

3 супени лъжици фино пълнозърнесто брашно от лимец и 5 супени лъжици предварително сварена Дестилирана Вода вода се смесват. Оставят се на стайна температура за 48 часа (или докато прокиснат и се появят мехурчета на повърхността). Половината от сместта се изхвърля и се заменя с нова: 3 супени лъжици фино пълнозърнесто брашно от лимец и 5 супени лъжици предварително сварена Дестилирана Вода. Оставя се на стайна температура за 24 часа. След това процедурата се потрета, за да се получат общо около 3 захранвания. Квасът е готов.

Начин на съхранение и подхранване: Квасът може да бъде съхраняван на стайна температура или в хладилник. На стайна температура се съхранява като на всеки 24 часа се заменя половината от сместта с нова (постоянно се подхранва). В хладилник не се подхранва, но трябва да се извади и захрани 24 часа преди използването му.

Безсолен Ръжен Хляб

Без сол и зехтин за намазване. Не хитрейте! Наръсете дъното на тавата за печене с овесени ядки. Това ще предпази от залепване. Същите тези ядки може да похапнете.

Продукти:

500 г. био ръжено брашно
250 г. био пълнозърнесто брашно от лимец
1 ч.л. био кленов сироп
2 с.л. лимецова квас

560 мл. леко затоплена предварително сварена дестилирана вода

Начин на приготвяне:

1. Добавете всички съставки и разбъркайте много добре.
3. Оставете да втаса в продължение на 1 час и 15 минути.
4. Преместете в неалуминиева тава за печене /най-добре огнеупорно стъкло/ и оставете да довтаса отново за шест часа.
5. Печете един час при 190°C с включени долна и горна част на фурната.

Ястия & Десерти

Пълнени чушки с ориз по НИБ: 250 г. ориз се накисват във вода за една вечер. На следващият ден оризът се слага във вода и се задушава бавно. Задушават се отделно 4 картофа, 2 моркова и 3/4 средна глава целина. Двете варива се омесват и се прави плънка. Напълват се 6 огромни или 12 големи чушки и се пекат за 50 мин на 250°C, като на дъното на тавата се добавя достатъчно количество Хипократова Супа.

Печени чушки с доматиен сос: 10 бр. чушки и резенчета от 2 големи глави лук се запичат с минимално количество вода. Чушките се обелват. Към лука се добавят процесирани в блендер 500 г. домати, кленов сироп и магданоз. Чушките се подреждат в голяма чиния и се заливат със соса.

Варен кафяв ориз с целина, чушки, червен стар лук, копър, кориандър, стафиди накиснати от предния ден, оцет, ленено олио (Рецепта на Джес Айнскоу): Накисват се отделно ориз и стафиди от предната вечер, като водата се сменя два

пъти. Обикновено след първите 30 мин. откакто са накиснати за първи път ориза или стафидите. Оризът се задушава на бавен огън за 2 часа. Задушават се отделно целина, чушки, червен стар лук. Добавят се копър и кориандър и всичко се смесва. Накрая се прибавят и малко оцет, ленено олио (само в рамките на обедната и вечерната доза) и стафидите, но след като сместта е поизстинала.

Патладжан с домати, чесън, лук и чубрица /при условие, че са минали 4-6 месеца/: 5 средно големи домата се смилат на сок през двустъпковата сокоизтисквачка. 10 средно големи скилидки чесън, 2 средни глави стар или пресен лук и шепа магданоз се смилат в чопър. Добавят се към сока от домати. Добавят се и 2 суп. л. чубрица. Готовият сок се изсипва в иноксова правоъгълна тава. 1 или 2 патладжана, в зависимост от размера им, се измиват, почистват от върховете и се нарязват на половин сантиметрови ленти. Добавят се в тавата към доматения сок, като се следи той да ги покрие. Сокът от 1 лимон се изтиска върху току що подредените патладжани. Ястието се пече 1 час до 1 час и 20 мин. на 180°C.

Зелеви сарми с ориз, моркови, чушки и лук по рецепта на Джес Айнскоу: Накиснете 6-8 цели листа от червено зеле в голяма купа с гореща деситлирана вода за около 20 мин. Задушете на бавен огън 1 чаша кафяв ориз в 2-3 чаша вода. Предполага се, че сте накиснали ориза от предната вечер. Нарежете на дълги, тънки ленти 2 моркова, 1 чушка камба и 1 глава лук. Сложете ги, заедно със смлян чесън и ги задушете. Извадете листата от зеле от горещата вода. Напълнете ги със смес от всички горни зеленчуци, заедно и с малко кориандър. Сгънете листата зеле във формата на сарми. Сармите поставете в тава от неръждаема стомана и напълнете тавата със сока от 1 лимон. Поръсете всичко с малко кленов сироп. Печете във фурна на 180°C за 15 мин. Сервирайте

сармите с отделен кафяв ориз и излейте малко от соса от тавата отгоре.

Печени картофи на шиш /прилага се там където пише “Печен картоф”/: Цели картофи се измиват добре и се изтъркват с четка. Не се белят. Нанизват се на шишове от инокс /внимавайте наистина да не са алуминиеви/. Пекат се във фурна, но във въздуха, без допир на скара или таван към външната им стена, като се въртят от време на време.

Печени домати на шайби по Шарлот Герсон: 1-2 домата се нарязват на среднодебели кръгчета. Поставят се в иноксова тава и се запичат за 20 мин. на 250°C без вода.

Печена тиква по Герсон: Измийте хубаво една тиква. Може да я изтъркате с четка, за да падне всичката мърсотия. Разрежете тиквата на две и премахнете семките и вътрешната и мека част. В тава от инокс налейте 5 мм вода и поставете тиквите с вътрешностите нагоре. Изпечете за 1 час на 250 °C /големите тикви може и малко по-дълго/. След като извадите тиквата и тя изстине, обелете я. По желание нарежете на 2-3 см. кубчета или пасирайте.

Печена тиква с ориз и стафиди по Герсон: Сварете 1 чаша кафяв ориз в два пъти повече вода по метода на абсорбцията. Отделете го в голяма купа. Изпечете 1 тиква по рецептата за “Печена тиква по Герсон”. Процесирайте в блендер или пасатор, за да стане на пюре. В малка купа комбинирайте тиквеното пюре, 1 суп. л. био кленов сироп и 1 1/2 суп. л. био ябълков оцет. Разбъркайте добре. Прибавете получената смес към сварения кафяв ориз. Разбъркайте отново. Накрая добавете 2 суп. л. магданоз, накълцани предварително в чопър, 1 малка нарязана био ябълка сорт “Фуджи”, 1 малка глава предварително накълцан лук и 1/4 чаша био стафиди без

сяра, наkisнати от предната нощ за да се рехидартират. Сервирайте ястието топло.

Суров Ябълко-Морковен маш по Шарлот Герсон: Разрежете няколко ябълки и почистете вътрешността им. Почистете и няколко моркова, като отстраните краищата им. Прокарайте ябълките и морковите през рендето на двустъпковата сокоизтисквачка. Решетката и ще задържи люспите на ябълката и ще получите гладко пюре от ябълки и моркови. Същото това, освен по плана, може да се похапва като малка закуска към 11 ч. или като следобедна закуска.

Печен Ябълков сос по Шарлот Герсон: Задушават се нарязани, небелени, почистени от вътрешностите ябълки във вода, колкото да покрие 3/4 от ябълките. Прокарват се през мелницата за храна.

Задушено Цвекло със Суров Ябълков маш: Цвекло се слага с кората във вода, така че 2/3 от нея да го покрият. Задушава се на бавен огън. Изстива. Бели се и се реже на шайби. Ябълки се нарязват и се почистват вътрешностите им. Прокарват се през рендето на двустъпковата сокоизтисквачка. Смесват се с обеленото, задушено цвекло. Двата продукта заедно се задушават за още съвсем малко, доколкото ябълките да пуснат леко от соса.

Овесен кейк по Джес Айнскоу: 4 ч.ч. овесени ядки, 2 настъргани или чопнати моркова и стафиди по желание се пекат 45 мин. на 250 °C. По желание се подправя с мед като изстине.

Кейк от тиква и овес по Джес Айнскоу: Задушете 3 чаши тиква в малко вода дотолкова, че да омекне и да става за пюре. След това смелете тиквата на пюре в блендер. Намачкайте 2 банана. Сложете тиквата, бананите, 1/2 чаша био кленов сироп, 3 чаши овесени ядки и 1 чаша

овесени трици в купа. Добавете и ½ чаша стафиди “Султанас”. На дъното на иноксова тава наръсете овесени ядки, така че да покрият тавата напълно. Изсипете сместта от по-горе върху ядките и добавете най-отгоре още един слой овесени ядки. Изпечете за един час на 150 °C.

Забележка: Тези от вас, които не следват Терапията Герсон, могат да добавят малко канела и лешников крем за да усилят вкуса на тази рецепта още повече.

Сосове & Дресинги

Дресинг I: 1/4 чаша оцет, 1/2 чаша портокалов сок, 1/2 чаша лимонов сок, 1/2 чаша грейпфрутов сок, 1 печен картоф от миналия ден, 1/4 чаша копър. Всичко в блендер.

Дресинг II: 1/4 чаша оцет, 1 1/2 чаша лимонов сок, 1/4 чаша копър. Всичко в блендер.

Дресинг III: 2/3 чаша портокалов сок, 1 ч.л. брашно от лимец, 1 1/2 ч.л. оцет, 1 ч.л. кленов сироп или био пчелен мед (ако е минала 1 година, V-то ниво на предпазливост).

Дресинг IV: 2 глави стар лук (чопър), 6 скилидки чесън (кайма чопър), 2 ч.л. копър (чопър). Декорация с пресен чесън на дълго и 2 клонки копър.

Дресинг V на Шарлот Герсон: Домати (едро чопър), малко чесън и магданоз. Всичко се смесва в блендер.

Дресинг VI на НИБ: 2 сушени домати, 1 с.л. ленено масло, целина и копър. Всичко се смесва в блендер. Лененото олио да замести обедната и вечерната доза ленено

масло. В никакъв случай не добавяйте повече.

Дресинг VII на Шарлот Герсон: 30 мл. био ябълков оцет, малко био чесън на прах /без сол, сира и консерванти/ или свеж чесън, прокаран прес преса за чесън, малко мащерка, 60 мл. дестилирана вода.

Институт Герсон България иска да наблегне в този наръчник на основните аспекти на Терапията Герсон. Някои рецепти за основни храни, дресинги и десерти, които доминират в Терапията Герсон, са поместени по-горе. Изкуството да се готви разнообразно по метода Герсон оставяме на вас, като прочетете някои от оригиналните книги за Терапията Герсон на английски или препоръчително е да се снабдите с книгата “Терапията Герсон - доказаната хранителна програма за лечение на рака и други “нелечими” заболявания” с оригинални автори Charlotte Gerson и Morton Walker, D.P.M., превод на български Илиян Емилов, изд. през 2012 год. от изд. “Изток-Запад”. Там са описани всички рецепти за сосове, дресинги и десерти.

Внимание: в нашите рецепти за дресинги не фигурира вече ленено олио като съставка. Винаги добавяйте лененото олио в суровата салата или изстиналото основно ястие на обяда и вечерята, като не предвишавате дневната доза според индивидуалния ви протокол (обикновено това е 2 с.л./ден през първия месец от началото на Терапията и после по 1 с.л./ден).

Внимание: Ако четете рецепти, в които съставка е ленено олио, ви съветваме да го изпуснете, а винаги да си го добавяте свежо повреме на хранене: в суровата салата или изстиналото основно ястие!

Внимание: През първите 16-20 седмици от началото на Терапията не експериментирайте много с рецепти, а се придържайте към основните храни с разнообразие в самите тях. Твърде много

експериментиране може да въведе обрат в ефективността на лечението!

Кисело мляко (Йогурт, Yogurt) по Герсон

През първите 8-10 седмици е добре да не приемате йогурт (кисело мляко). След това можете внимателно да го добавите.

2 л. сурово (непастеризирано, неварено) пълномаслено нехомогенизирано прясно мляко се комбинира с 1 пакетче стартерна култура, достатъчна за 2 л. мляко, или с 3 ч. л. кисело мляко от предната закваска в няколко стерилизирани стъклени буркани. Сместа се загрява до 46°C. Не я прегрявайте дори и една идея над указаната температура! ТЯ ТРЯБВА ДА Е ПОД 48°C! АКО СЕ ВДИГНЕ ДОРИ МАЛКО НАД ТОВА, ЖИВИТЕ ЕНЗИМИ УМИРАТ МОМЕНТАЛНО! Дръжте сместа на топло за 4-8 часа, като поддържате началната температура. Инкубационният период зависи от отоплеността на помещението и външни фактори. Когато млякото е готово, то е твърдо и клечка за зъби може да се забодее в него. Киселото мляко е готово. Запазете закваска за следващия път.

ВНИМАНИЕ: КОГАТО МЛЯКОТО НЕ Е ХОМОГЕНИЗИРАНО, МАКАР И ПЪЛНОМАСЛЕНО, МАЗНИНТЕ ЩЕ ИЗПЛУВАТ НА ВЪРХА НА БУРКАНИТЕ В КОИТО ЗАКВАСВАТЕ. ОТДЕЛЕТЕ 3 СМ. ОТ ТОЗИ НАЙ-ГОРЕН СЛОЙ И НА ДЪНОТО ЩЕ ИМАТЕ ОБЕЗМАСЛЕНО СУРОВО КИСЕЛО МЛЯКО ПО ГЕРСОН. НИКОГА НЕ ЯЖТЕ ГОРНИТЕ 3 СМ. СЛОЙ ОТ ВСЕКИ БУРКАН, ТЪЙ КАТО ТЕ СЪДЪРЖАТ МАЗНИНТЕ НА МЛЯКОТО. НИКОГА НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ КУПЕНО ОТ МАГАЗИНИТЕ ПРЯСНО МЛЯКО ЗА ЗАКВАСВАНЕ, ТЪЙ

КАТО ТО Е ХОМОГЕНИЗИРАНО И ТАКА ЩЕ ПОЛУЧИТЕ МАЗНИННО МЛЯКО!

Цедено кисело мляко (Сирене от кисело мляко, Yogurt Cheese) по Герсон

Поставете кисело мляко по горната рецепта в кърпа за сирене и го окачете над мивка или съд. След 6-8 часа ще имате цедено кисело мляко или както е известно в Герсон рецептите сирене от кисело мляко.

Извара (Селско сирене, Curd, Cottage Cheese). Единствено по рецепта на Шарлот Герсон. Трудно за правене, защото няма обезмаслено сурово прясно мляко в България.

3.80 л сурово (непастеризирано), обезмаслено (не нискомаслено, а напълно без мазнини), нехомогенизирано прясно мляко се поставя в стъклени бутилки. Тези бутилки се поставят в дълбока и широка тенджерка, която се напълва с толкова вода, че да покрие половината от височината на бутилките.

Обезмаслено сурово мляко не се продава в България. Обучете се как сами да обезмаслявате сурово мляко!

Тенджерата се поставя на котлона и се пуска на средна степен. Температурата трябва да достигне такава, че водата да е една идея по-топла от поносима на допир с пръст. Не позволявайте на водата да заври, не я прегрявайте дори и една идея над указаната! ТЕМПЕРАТУРАТА ТРЯБВА ДА Е ПОД 48°C! АКО СЕ ВДИГНЕ ДОРИ МАЛКО НАД ТОВА, МЛЯКОТО НЕ Е ГОДНО ЗА ИЗВАРА, ТЪЙ КАТО ЖИВИТЕ И ЕНЗИМИ УМИРАТ МОМЕНТАЛНО! Най-добре да използвате термометър, но внимавайте да не е този, който използвате за другите

дейности по Герсон! Веднага след като млякото достигне правилната температура, изключете котлона.

След няколко часа повторете процедурата, като преди да си легнете, процедурата е хубаво също да бъде извършена.

За 26-30 часа млякото ще е готово за следващата стъпка. Ще познаете дали е готово, когато видите суроватката (течната част) и изварата (твърдата част) да се разделят!

Вземете кърпа за сирене, наслоете я няколко пъти ако е много тънка. Поставете кърпата в голяма цедка от неръждаема стомана, която имате специално за сирене. Не използвайте цедка, която ползвате ежедневно за другите приготовления по Методът Герсон!

Прецедете готовото мляко през кърпата за сирене и цедката. Суроватката (рядката течност, която излезе от цеденето), изхвърлете. Изварата (това, което остане в цедката) поставете в иноксова купа с капак и след като се охлади на стайна температура, поставете в хладилник. На следващият ден изварата е готова за консумация.

Рецептата за селско сирене (извара) по Герсон ще намерите във видеото “Gerson Therapy, Vol. 3: Food Preparation” на Шарлот Герсон. Единствено това е безопасно селско сирене за Терапията Герсон.

Внимание: за снабдяване с правилната закваска (стартерна култура), консултирайте се с Институт Герсон България!

Много Важно е да имате разширен брой щамове от бактерии, участващи в закваската, каквито от години няма в киселите млека на пазара.

Ако страдате от непоносимост към млякото, тогава и само тогава може да замените йогурта с таблетки или прах хавайска спиролина в доза до 2 равни с.л./ден, като всеки 100 г. селско сирене по годишния протокол в глава VI. могат да се заменят с 1 равна с.л. хавайска спиролина.

Допълнителен съпорт за уравновесяване на киселинно-алкалния баланс е добавянето на пчелно млечице и пчелен прашец. Вижте Годишния протокол в глава VI. за информация кога можете да започнете използването им.

Зелен фасул също може да се добави след 20-тата седмица. Да се започне с прием от не повече от веднъж на 2 седмици. Следи се за реакция към новата храна. Постепенно може да го използвате по веднъж на седмица.

3. Клизмен план Герсон

КЛИЗМА С БИОКАФЕ

Противопоказания: бъбречна, сърдечна или дихателна недостатъчност, кървене или язви в храносмилателния тракт, хипертензия, сърцебиене, силна диария, извършена илеостомия.

Първо ще ви запознаем как да пригответе Разтвор за Клизма с Биокафе и Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе. После ще ви поднесем процедурата за правене на клизма.

Препоръчваме Биокафето да се купува на зърна и да се мели често, препоръчително всеки ден.

Кафето за клизмите по Герсон трябва да е средно изпечено и средно едро смляно. Може да се мели с приставка #2 на Сокоизтисквачката Norwalk.

а) Приготвяне на Разтвор за клизма

Важно е всичко, което влиза в стомашно-чревния ви тракт да е стерилно. Използвайте само сварена дестилирана вода (в никакъв случай не сипвайте чешмяна или минерална вода)! Преди да си направите клизма, разтворът винаги трябва да е с температурата на тялото. Ще се научите да го приготвяте като детска игра, това да не ви се струва сложно.

Ако купувате дестилирана вода, сварявайте я и я маркирайте, че е била сварена! Ако дестилирате сами, предната стъпка не е нужна. Ако използвате вода от система за обратна осмоза, сварявайте я и я маркирайте, че е била сварена!

Като допълнителна мярка, дори и да имате система за обратна осмоза, препоръчваме да притежавате и

дестилатор, водата от който да използвате за целите на клизмите.

Пояснение:

1 суп. л. означава една равна супена лъжица

1 суп. л. с връх означава една супена лъжица с връх

1 ч. л. означава една равна чаена лъжица

1 ч. л. с връх означава една чаена лъжица с връх

Прецеждането се осъществява през ситна цедка от неръждаема стомана или през средно-едра цедка от неръждаема стомана и фин ленен тензук. Винаги натискайте за да доизцедите максимално!

Разтвор за Клизма с Биокафе за моментално използване със 100% сила: Сложете 3 суп.л. средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 950 мл. завряла дестилирана вода. Варете го за 5 минути без капак (това изкарва масла от кафето). След това сложете капака, намалете температурата и допълнително го задушете за 12-15 минути под капак. Прецедете го и го оставете да се охлади. Добавете достатъчно количество предварително сварена дестилирана вода, за да стигнете краен обем 950 мл. готова течност. Използвайте на телесна температура (около 36,7 до 37,8°C).

Разтвор за Клизма с Биокафе за моментално използване със сила по-малка от 100%: Сложете толкова процента от 3 суп.л. средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 950 мл. завряла дестилирана вода, колкото сила ви е била предписана. Варете кафето за 5 минути без капак (това изкарва масла от него). След това сложете

капака, намалете температурата и допълнително го задушете за 12-15 минути под капак. Прецедете го и го оставете да се охлади. Добавете достатъчно количество предварително сварена дестилирана вода, за да стигнете краен обем 950 мл. готова течност. Използвайте на телесна температура (около 36,7 до 37,8°C).

Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване със 100% сила: Вместо прясно приготвена смес, може да пригответе биокафе концентрат. Това е практиката когато клизмите са повече на брой за деня. Сложете:

- **6 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 1250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 2 клизми.*
- **9 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 1650 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 3 клизми.*
- **12 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 2000 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 4 клизми.*
- **15 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 2250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 5 клизми.*

Варете кафето за 5 минути без капак (това изкарва масла от него). След това сложете капака, намалете температурата и допълнително го задушете за още 12-15 минути под капак.

Прецедете го в равни количества в толкова на брой еднолитрови стъклени

буркани (не пластмастови!), колкото клизми ще правите през деня.

Допълнете бурканите с предварително сварена дестилирана вода до около 780 мл. Останалите милилитри ще долеете с гореща вода непосредствено преди ползване.

Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване с 60% сила: Вместо прясно приготвена смес, може да пригответе биокафе концентрат. Това е практиката когато клизмите са повече на брой за деня. Сложете:

- **3,6 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 1250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 2 клизми.*
- **5,4 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 1650 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 3 клизми.*
- **7,2 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 2000 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 4 клизми.*
- **9 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 2250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 5 клизми.*

Варете кафето за 5 минути без капак (това изкарва масла от него). След това сложете капака, намалете температурата и допълнително го задушете за още 12-15 минути под капак.

Прецедете го в равни количества в толкова на брой еднолитрови стъклени

буркани (не пластмасови!), колкото клизми ще правите през деня.

Тук не допълвайте бурканите с предварително сварена дестилирана вода до 780 мл.

Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване с 30% сила: Вместо прясно приготвена смес, може да пригответе биокафе концентрат. Това е практиката когато клизмите са повече на брой за деня. Сложете:

- **1,8 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 1250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 2 клизми.*
- **2,7 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 1650 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 3 клизми.*
- **3,6 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 2000 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 4 клизми.*
- **4,5 суп.л.** средно-едро смляно биокафе за кафеварка (не инстантно!) в 2250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 5 клизми.*

Варете кафето за 5 минути без капак (това изкарва масла от него). След това сложете капака, намалете температурата и допълнително го задушете за още 12-15 минути под капак.

Прецедете го в равни количества в толкова на брой еднолитрови стъклени буркани (не пластмасови!), колкото клизми ще правите през деня.

Тук не допълвайте бурканите с предварително сварена дестилирана вода до 780 мл.

Разтвор на Чай от Лайка за моментално ползване: Сварете 4 суп. л. (56 г.) изсушени връхчета от био лайка в 1 л. завряла вода за 5 мин. Дозадушете за най-много 10 минути. Прецедете веднага.

Както може да се приготви концентриран разтвор за Клизма с Биокафе, така може и да се приготви концентриран разтвор за Клизма с Лайка:

Концентриран Разтвор на Чай от Лайка за бъдещо ползване:
Задушете за 10 минути:

- **8 суп.л.** връхчета лайка в 900 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 2 клизми.*
- **12 суп.л.** връхчета лайка в 1350 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 3 клизми.*
- **16 суп.л.** връхчета лайка в в 1800 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 4 клизми.*
- **20 суп.л.** връхчета лайка в в 2250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня *ще правите 5 клизми.*

Прецедете и разделете чая в толкова буркани за колкото клизми е концентрата. Съхранявайте в стъклен буркан за не повече от 2 дни.

Тук самият разтвор се прави малко по-концентриран. Това не бива да ви притеснява. Следвайте рецептите.

Оставете течността да се охлади.

Така направената смес можете да съхранявате в хладилник до 2 дена!

Маркирайте с маркер бурканите си на местата, където течността е 950 мл. Това ще ви помогне да знаете докъде да долеете предварително сварена дестилирана вода непосредствено преди правенето на клизма.

б) Подготовка на кофичката за клизма. Пълненето ѝ с течност

Уверете се колко процента сила на кафето ви е предписана.

Ако е 100%, процедирайте както следва:

Разтвор за Клизма с Биокафе за моментално използване със 100 % сила: Когато се охлади до телесна температура, излейте в кофичката цялото 950 мл. съдържание и си направете клизма.

Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване със 100 % сила: Долейте достатъчно количество гореща (обикновено около 150-200 мл.) предварително сварена дестилирана вода, за да стигнете краен обем 950 мл. готова течност в един от всички буркани (които предварително сте напълнили до около 780 мл.) за клизми с концентриран разтвор, когато сте готови да правите клизма. Готовата смес да е на телесна температура (около 36,7 до 37,2°C) и тогава можете да пристъпите към правенето на клизмата.

Ако вие е предписана 60% сила:

Използвайте 1 брой Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване с 60% сила. Добавете в същия буркан 1 брой Концентриран разтвор на Чай от Лайка или 1 брой Разтвор на Чай от Лайка за моментално ползване. Допълнете с дестилирана вода до 950 мл., като част от тази вода трябва да е загрята (като насока около 150-200 мл.). Готовата смес да е на телесна температура (около 36,7 до 37,2°C) и тогава можете да пристъпите към правенето на клизмата.

Ако вие е предписана 30% сила:

Използвайте 1 брой Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване с 30% сила. Добавете в същия буркан 1 брой Концентриран разтвор на Чай от Лайка или 1 брой Разтвор на Чай от Лайка за моментално ползване. Допълнете с дестилирана вода до 950 мл., като част от тази вода трябва да е загрята (като насока около 150-200 мл.). Готовата смес да е на телесна температура (около 36,7 до 37,2°C) и тогава можете да пристъпите към правенето на клизмата.

Ако ви е предписана под 30% сила:

Използвайте толкова процента (заделете останалото количество) от 1 брой Разтвор за Клизма с Биокафе за моментално използване със 100% сила или също толкова процента от 1 брой Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване със 100% сила, колкото ви е бил предписан. Добавете в същия буркан 1 брой Концентриран разтвор на Чай от Лайка или 1 брой Разтвор на Чай от Лайка за моментално ползване. Допълнете с дестилирана вода до 950 мл., като част от тази вода трябва да е загрята (като насока около 150-200 мл.). Готовата смес да е на телесна температура (около

36,7 до 37,2°C) и тогава можете да пристъпите към правенето на клизмата.

Внимание: Винаги когато ви е предписана клизма със сила на кафето 30 % или 60 % или в някои случаи дори 10 %, то в клизмата винаги се добавя по 1 брой Разтвор на Чай от Лайка, било той концентриран или за моментално ползване.

Да потретим. Ако купувате дестилирана вода, сварявайте я и я маркирайте, че е била сварена! Ако дестилирате сами, предната стъпка не е нужна. Ако използвате вода от система за обратна осмоза, сварявайте я и я маркирайте, че е била сварена!

Като допълнителна мярка, дори и да имате система за обратна осмоза, препоръчваме да притежавате и дестилатор, водата от който да използвате за целите на клизмите!

Допустима е употребата на инноксова кана за бързо сваряване на малко количество дестилирана вода за доливане в кофичката за клизма непосредствено преди правенето на клизма.

в) Правене на клизма

Хубаво е да се прави в банята. Купете си шалте за йога или планина, за да ви е удобно да полегвате върху плочките.

Трябва да набавите гумени ректални или уро катетри №20 и да ги сменяте на 3 седмици. Продават се в някои аптеки или във вашата близка аптека с поръчка. Тези катетри нанизвайте във вече наличния накрайник на уреда за клизма, който сте закупили. Повечето пасват без проблем.

Протоколът Герсон изключва правенето на дълбоки клизми (такива които целят да достигнат възможно най-горе в стомашно-чревния тракт с течност от близо 5 л.)! Обратно, клизмите по Протокол Герсон се правят с количество течност от 1 л. и целят

единствено да отворят жлъчните пътища, което помага на черния дроб да освободи токсини и да се изчисти. Дълбоките клизми отмиват жизнено важни ензими и добри бактерии от стомашно-чревния тракт и причиняват минерален и електролитен дисбаланс.

1. Напълнете кофичката на уреда за клизма с течност. Съдържанието трябва да е 950 мл.
2. Прокарайте малко количество през тръбата да изтече навън (или в тоалетната чиния), за да затопли тръбата и накрайника и да изчезнат всякакви мехурчета от маркуча (т.е. системата се обезвъздуши). Затворете пропусквателя на уреда.
3. Намажете последните 5 см. от накрайника на уреда с непетролатен био вазелин. Направете си лесно такъв с рецептата, дадена по-долу.
4. Окачете кофичката на уреда на височина не повече от 60 см. над позицията, в която сте легнали. За окачването използвайте някакъв вид стойка.
5. Легнете на дясната си страна, присвийте колена към корема си, отпуснете се и дишайте дълбоко.
6. Прокарайте накрайника на уреда за клизма в ректума си на дълбочина 12 до 20 см. Отворете плавно и ненапълно пропусквателя на уреда за клизма и оставете течността да започне да навлиза в чревния ви тракт. Постепенно отворете пропусквателя докрай. След като течността е изтекла напълно, задръжте я в чревния си тракт за 12-15 минути, като не вадите накрайника от ректума си през това време.
7. След като сте изпразнили цялото съдържание от кофичката и сте задръжали течността за указаното време, издърпайте накрайника на уреда за клизма и освободете

течността от стомашно-чревния си тракт.

План за правене на Клизма с Биокафе: Изберете протокол за Терапия Герсон: Протокол за раково болни, Протокол за раково болни след химиотерапия, Протокол за изключително отслабени раково болни, Протокол за раково диабетно болни или Протокол за хронично нераково болни. Правете на ден толкова на брой клизми, колкото е указано в съответния протокол. Генерално за раково болни, непреминали химиотерапия, през първите 6 седмици от началото на Терапията правете по една Клизма с Биокафе на всеки 4 часа. Когато имате болки от общо естество, учестете клизмите до най-много една на всеки 3 часа, но под лекарско наблюдение. Нека лекарят контролира серумните електролитни нива.

г) След правенето на клизма

Изплаквайте старателно кофичката, маркуча и накрайника на уреда за клизма с Хранителен Клас Водороден Пероксид 3% (кислородна вода 3%) веднъж на ден. Прокарайте 15 мл. Водороден Пероксид 3% през нея. Правете тази процедура, защото в тръбата се задържат огромно количество бактерии. Накрая насапунисайте кофичката с кастилки сапун. Напълнете я с гореща вода и изплакнете няколко пъти, като прокаравате по малко вода и през маркуча и накрайника.

Внимание: Водородният пероксид хранителен клас не е този, който има в аптеките. Често онзи е с примеси. За нашата цел е нужно да се използва изключително свободен от примеси и добавки водороден пероксид. Такъв можете да закупите от компанията Healing Naturally, контактите на която са в "План за Хранителни Добавки Герсон" в този наръчник.

Ако се снабдите с Хранителен клас 35% водороден пероксид, добавете 10.5 пъти количеството му дестилирана вода и така ще получите 3 % водороден пероксид, който да използвате за целите, описани по-горе.

НАПРАВЕТЕ СВОЯ ДОМАШЕН БИО ВАЗЕЛИН:

Настъргайте 3 г. пчелен восък. и го добавете заедно с 300 г. био кокосово масло и 150 г. био рициново масло в стъклен буркан. Поставете буркана в тенджерата на водна баня. Пуснете най-слабата степен на котлона. Разтопете сместта бавно. Докато изстива, бурканът трябва от време на време да се разклаща енергично за да се хомогенизира напълно сместта.

Когато течността изстине е готова за ползване.

ПРОЦЕДУРА С БИО РИЦИНОВО МАСЛО (ПИЕНЕ ПРЕЗ УСТА И КЛИЗМА СЛЕД 5 ЧАСА)

За да видите колко често може да се прави рицинова процедура: прием през устата плюс клизма, моля обърнете се към ГОДИШЕН ПЛАН ЗА ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ.

Внимание: Пациенти, които са били подложени на химиотерапия преди това, да не си правят Клизма с Био Рициново Масло. Да я прескачат! При тях може да се включи минимум след 6-8 месеца от началото на Терапията и то с изключителна предпазливост и наблюдаване за очистителни реакции.

Добре е да се консултирате с медик преди да започнете приема в този случай!

Противопоказания: изключително отслабен черен дроб, цироза, хепатит, метастази в черния дроб, язви, кървене, възпаление в стомашно-чревния тракт, тежка диария!

I. В 5:30 ч. сутринта хапвайте малко парче плод (кайсия, киви, мандарина, портокал) и изпивайте през устата 2 суп. л. Био Рициново Масло с няколко капки прясно изцеден лимон и **веднага** след него изпивайте отново през устата 1/2 до 2/3 чаша биокафе с 1/2 ч.л. био меласа или кленов сироп (ако сте диабетик, пропуснете меласата или кленовия сироп). Меласата засилва перисталтиката, затова е препоръчителна. Това е единствения момент, в който ви се позволява да пиете кафе през устата.

II. След 5 часа, вместо нормалната Клизма с Биокафе, си направете Клизма с Био Рициново Масло, Сух Екстракт от Говежда Жлъчка (Ox Bile Powder) и Течен Кастилски Сапун. Имайте отделна кофа за клизма от тази, с която си правите Клизмите с Биокафе. Прокарайте топла вода през цялата система, за да я отоплите. Затворете системата чрез ограничителя на потока, като оставите да има съвсем малко от топлата вода в нея. Изсипете в кофата за клизма 3 суп.л. Био Рициново Масло, 1/2 до 1 ч.л. Сух Екстракт от Говежда Жлъчка (Ox Bile Powder) и 1 ч.л. Течен Кастилски Сапун. Разбъркайте енергично с дървена лъжица, специално отделена за целите на тази клизма, за да емулсифицирате съдържанието на четирите компонента в кофичката: вода, сапун, масло и жлъчка. Отворете системата. Наклонете кофичката така, че Рициновото Масло и Сухият Екстракт от Говежда Жлъчка да се плъзнат по тръбичката и да се покажат в катетъра. Затворете отново системата. Добавете 1 доза Концентрат от Биокафе за Бъдещо Ползване със 100% Сила по рецептата от горния раздел и допълнете с гореща предварително сварена дестилирана вода

до 950 мл. крайно количество, като се уверите, че крайният разтвор е с температурата на тялото. Разбъркайте консистенцията напълно и енергично отново. Отворете малко пропусквателя на уреда за клизма и оставете малко количество от течността да се отцеди навън, дотогава докогато изчезнат всякакви мехурчета от маркуча (т.е. системата се обезвъздуши). Затворете клапата на маркуча. Подсигурете се още веднъж, че течността е с температура на тялото.

Направете си клизмата, както е описано в точката "Клизма с Биокафе" -> "Правене на клизма".

При тази клизма не е нужно да задържате течността в себе си, но все пак прокарайте пълноценно цялото количество.

Не забравяйте да измиете добре кофичката и тръбата на уреда за клизма след клизмата. Почистете тръбичката с Водороден Пероксид 3% (кислородна вода 3%) и я изплакнете старателно. Прокарайте Водородния Пероксид през нея. Правете тази процедура, защото в тръбата се задържат огромно количество бактерии. Не забравяйте да измиете добре и кофичката. Насапунисайте я с кастилски сапун. Изплакнете я с гореща вода. Накрая с малко кислородна вода.

4. План за хранителни добавки Герсон

Първо ще ви запознаем със списъка на добавките. После според индивидуални си протокол, можете да пристъпите към прием. Не купувайте никакви други добавки и витамини. Никакъв магнезий, калций и др. Те са канцерогенни, когато са на добавки!

Ако използвате хапчета за кръвно, щитовидни хормони и каквито и да било други лекарства, най-добре е да се свържете с Институт Герсон България за съвет как постепенно да намалите приема на тези лекарства, разбира се с помощта на лекар. Лекарства не се спират изведнъж!

Пояснение:

1 суп. л. означава една равна супена лъжица

1 суп. л. с връх означава една супена лъжица с връх

1 ч. л. означава една равна чаена лъжица

1 ч. л. с връх означава една чаена лъжица с връх

Използвани хранителни добавки:

Био Ленено Масло (нар. още био ленено олио, organic flax oil, organic flax seed oil, organic linseed oil; купувайте такова в тъмни стъклени бутилки; съхранявайте лененото масло в хладилник и използвайте до 3 седмици след отваряне)

Калиеви соли /монокалиев фосфат, калиев ацетат и калиев глюконат/ (100 г. в равни пропорции от по 33 г. от следните соли: монокалиев фосфат, калиев ацетат и калиев глюконат се разтварят в 950 мл. предварително сварена и изстинала дестилирана вода в голям тъмен стъклен буркан; готовата субстанция не се нуждае от съхранение в хладилник; от готовия разтвор се пият по толкова ч.л. в сок, колкото е описано в индивидуалния ви протокол, според индивидуалните ви нужди

и лабораторни резултати; не се слага в Морковените сокове; задължително е да се изследват нивата ви на Калий, за да се балансира дозата. Пациенти с бъбречна недостатъчност, гастрит, гадене, кървене и костни метастази да започнат с малка доза и да наблюдават дали се понася; пациенти със сърдечна недостатъчност, прекаран инфаркт на миокарда или застойна сърдечна недостатъчност да не започват прием на калиевите соли без лекарска консултация)

Луголов Разтвор (прави се като 5 г. йод и 10 г. калиев йодид се разтворят до общ обем от 200 мл. дестилирана вода; в оригиналните английски текстове с гореописаната рецепта се постига Полусилен Луголов Разтвор (1/2 Strength Lugol's Solution); в този наричник ще го срещате като Луголов Разтвор, тъй като се предполага че го правите по горната рецепта, която е за полусилен; използвайте спред индивидуалния си протокол във всеки един от Портокаловия Сок и Ябълко-Морковените Сокове и НИКОГА В МАРУЛЕНИЯ СОК! Пациенти с костни метастази, метастази в черния дроб, хепатит или цироза, високо кръвно налягане, Тироидит на Хашимото, натравяне с тежки метали започват внимателно с ОБЩО 1-2 капки на ден (не по 1-2 капки във всеки сок)! Целта е да се избегне кървене или понижаване на броя на тромбоцитите в кръвта. Луголът да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). Не приемайте повече от 2 капки Луголов Разтвор общо за деня ако не пиете Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Количеството на Луголовия Разтвор за деня зависи от количеството прием на Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза.

Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза (не приемайте повреме на мензис; ако пулсът ви се увеличи над 115 уд./мин. намалете дозата. Пациенти с костни метастази, метастази в черния дроб, хепатит или цироза, високо кръвно налягане, Тироидит на Хашимото,

натравяне с тежки метали започват внимателно с ОБЩО 1-2 капки на ден (не по 1-2 капки във всеки сок)! Целта е да се избегне кървене или понижаване на броя на тромбоцитите в кръвта. Да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"); Хубаво е да се консултирате с Институт Герсон България за съвет относно приема)

Витамин В3 /ниацин/ (използвайте само чист ниацин, не flush free, който предпазва от зачервяване; много е важно да използвате ниацин, освен в случаите когато това е противопоказно!; Той възстановява гликогена в чернодробните клетки, разширява капилярите и така помага за обмените между серума и клетките, способства за доставянето на кислород в клетките; не приемайте повреме на мензис; Д-р Герсон е давал при много тежки случаи по 50 мг. на час; повреме на изпиване на ниацин, може да получите зачервяване и затопляне на неопределени места от тялото, това е обичайно, не се панирайте. Това е знак, че имунитета ви действа и тялото извежда токсините през кожата; пациенти с чернодробна недостатъчност, главен или метастазирал тумор в черния дроб, хепатит или чернодробна цироза да приемат общо между 100 и 150 мг. на ден. Пациенти с история на кървене, язви, гастрит или такива които непосредствено преди това са приемали преднизолон, други стероиди или антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин, да не пият ниацин; не приемайте повреме на мензис; да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак")

Панкреатин (ориг. Герсон Панкреатин е на The Key Company USA: 100 табл. от 1200 мг. за 22\$; единствено сух екстракт от свински панкреас; без синтетичен панкреатин; ако купувате на друга компания, гледайте таблетката да няма в състава си зърнени храни и да не е обвита в капсула, а на таблетка; при големи тумори или газове в стомаха, приемайте допълнително 2 пъти по 1 табл.

от 1200 мг. (това са по-големи таблетки) между храненията; панкреатинът е фундамент в терапията, защото въздейства на тумора директно; не приемайте при Саркоми!!!)

Ацидол Пепсин (1 таблетка = 260 мг. Betain HCL + 230 мг. Пепсин 1:3000USP + 60 мг. сурова панкреатична свинска или говежда жлеза; приемайте преди трите основни хранения, за да подпомогнете храносмилането; тези таблетки доставят допълнителна HCL киселина; не приемайте Ацидол при ГЕРД (киселинен рефлукс), язви или други остри раздразнителни процеси на стомаха, силно гадене, стомашно-чревно кървене или проблеми в хранопровода или ако сте приемали антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин)

Инжекции от суров телешки черен дроб на Компанията Pargon /Crude Liver Injection/ с добавен **Витамин В12** /единствено във форма на Метилкобаламин или Хидроксикобаламин/ (0,5 куб.см екстракт от дроб и 0,1 куб. см метилкобаламин се инжектират в **Gluteus Medius** за период от поне 4 месеца до 6 или повече месеца; съветваме ви медицинско лице да поставя инжекциите; много от Герсон пациентите в Мексико и САЩ се научават сами да поставят инжекциите, но се научете от професионалист как да го правите; през 1989 г. Герсон Институт САЩ добави таблетки Сух Говежди Черен Дроб; в тежки случаи на рак, задължително включете инжекциите; в средни форми и невъзможност за снабдяване, използвайте препоръчаните марки от Институт Герсон таблетки или прах Сух Говежди Черен Дроб.

Таблетки Сух Говежди Черен Дроб (табл. от 500 мг., приемани с всеки един от дневните Морковени Сокове, ако протоколът го позволява или с чай от мента; противопоказани са при подагра; при анемия може да се увеличат до 9 таблетки за деня; при непоносимост към тях, същите да се приемат с храната, когато се приемат

и храносмилателните ензими, а не в сок или чай от мента)

Коензим Q10 (наскоро добавен в Протокола Герсон от Шарлот Герсон, като заместител на витално важния ензим в черния дроб; без витамин Е и соя; някои хора реагират свръхчувствително към коензима, може да се появи аритмия, затова го внедрявайте постепенно)

Сух Екстракт от Говежда Жлъчка (използва се за Клизмите с Био Рициново Масло; отидете в Раздел “Клизмен План Герсон” > “Клизма с Био Рициново Масло” за да видите точни рецепти)

Мегазим Форте, Wobe Mugos или Nutrazyme (200 табл. за 29\$; незадължителен, но препоръчителен; включва се като помощно средство за разграждане на туморни маси. Съдържа ензимите панкреатин, бромелин, папаин, трипсин, химотрипсин, липаза, амилаза и рутин)

Пчелно млечице (наскоро добавен в Протокола Герсон от Шарлот Герсон; незадължителна добавка; използва се за засилване на имунитета; включва се в индивидуалния протокол след 10-тата до 12-тата от началото на лечението; дозата, ако се прибегне да се ползва, е 100 мг. в пчелен мед половин час на гладно преди закуска. Не приемайте с топли храни и напитки)

Пчелен прашец (Bouroff 80 г./6 лв.; наскоро добавен в Протокола Герсон от Шарлот Герсон; включва се в индивидуалния протокол след 10-тата до 12-тата от началото на лечението; дозата е 1/2 ч.л./ден; някои могат да получат алергия и е редно да го спрат)

Витамин С /на кристален прах на Now Foods, Bronson/ (използва се при инфекции; базови дози от 1 г. до 3 г. на ден са допустими според иновативния протокол, създаден от Шарлот Герсон)

Хром Пиколонат (използва се в Диабетен Протокол Герсон, който не е обект на този наръчник; консултирайте се с Институт Герсон България за повече информация относно това ако сте раково болен и имате диабет)

Внимание: Съветваме ви да си поръчвате оригиналните марки, които ползват в Клиниката в Тихуана. Те дори са по-евтини. За България, доставката малко ще ги оскъпи. От Институт Герсон България, сме намерили алтернативи на доста от продуктите, които са на фирмата Now Foods. Но за съжаление пропорциите там не са точно като в оригиналните суплемементи за Терапията Герсон. За съжаление, хубав сух екстракт от свинска щитовидна жлеза, панкреатин, ацидол, таблетки сух говежди черен дроб, инжекции с говежди черен дроб, мегазим и сух екстракт от говежда жлъчка в България просто не са това, което трябва да бъдат за терапията. Затова съветваме ви да направите единична поръчка и да нямате притеснения. Вече всичко се доставя по цял свят.

Ето откъде може да поръчате добавките:

- Институт Герсон България: www.gersonbulgaria.com. За Европа е доставчик и на инжекции от телешки черен дроб. Предлага всички добавки.



• Клостер
Апотеке.
Сайт: [https://
www.kloesterl-
apotheke.de/](https://www.kloesterl-apotheke.de/).
В Европа е
единственият
начин да се
снабдите с
добър Сух
екстракт от
Свинска
Щитовидна
Жлеза.
Продуктът им
се казва SD-
Extrakt. "SD
Thyroid Extract
40 mit T4: 38
mcg + T3:
9 mcg"
отговаря на 1
таблетка от 60

мг. на Armour Thyroid (екв. още на 1 американски гран). Ако случайно се снабдите с по-слабия тироид, може да използвате следната таблица за сравнение:

Schilddrüsenextrakt-Kapseln (SD-Extrakt)	Entspricht (äquivalent) einem Gehalt an reinem L-Thyroxin	Armour Thyroid® Stärken
SD-Extrakt 10 mit 10 µg T4 und ca. 3,0 µg T3	ca. 15 - 25 µg T4	1/4 grain
SD-Extrakt 15 mit 15 µg T4 und ca. 4,0 µg T3	ca. 20 - 30 µg T4	
SD-Extrakt 20 mit 20 µg T4 und ca. 5,5 µg T3	ca. 30 - 45 µg T4	
SD-Extrakt 25 mit 25 µg T4 und ca. 7,0 µg T3	ca. 40 - 55 µg T4	1/2 grain
SD-Extrakt 30 mit 30 µg T4 und ca. 8,5 µg T3	ca. 45 - 60 µg T4	
SD-Extrakt 40 mit 40 µg T4 und ca. 11,0 µg T3	ca. 65 - 90 µg T4	
SD-Extrakt 50 mit 50 µg T4 und ca. 14,0 µg T3	ca. 80 - 110 µg T4	1 grain
SD-Extrakt 60 mit 60 µg T4 und ca. 17,0 µg T3	ca. 100 - 130 µg T4	
SD-Extrakt 75 mit 75 µg T4 und ca. 20,5 µg T3	ca. 135 - 165 µg T4	1 1/2 grain
SD-Extrakt 80 mit 80 µg T4 und ca. 22,0 µg T3	ca. 140 - 180 µg T4	

Внимание: Разликите в цените на добавките между компаниите в САЩ и Европа са големи, но имайте предвид, че доставката от САЩ е между 70 и 120 \$ в зависимост от обема на поръчката. Върху нея се начислява 12% мито и 20% ДДС. Пратките от Великобритания са с доставка между 8 и 20 £ и са с включено ДДС.

5. План за справяне с болката Герсон

а) Симптоми

Болки

- **Силна болка.** Увеличете Клизмите с Биокафе до най-много една на 3 часа, но не за постоянно. Нека медик да контролира серумните електролитни нива.

- **Местна болка.** Направете си *Компрес с Био Рициново Масло.*

- **Ставен артритен оток, възпаление около тумор или зона със задръжка на течност.** Направете си *Лапа / Компрес / с Глина (хума).*

Запек, разстройство, заседнала клизма, проблеми с клизми

- **Запек, невъзможност за поемане на цялото количество клизма.** Поемете толкова количество от клизмата с кафе колкото можете и задръжте възможно най-много, дори и това да е период от няколко минути. Изхвърлете течността. Веднага след това вкарайте и останалото количество от разтвора и този път се опитайте да задръжите 10-12 минути. След това освободете. Повторете процедурата дори трети път или докогато не използвате цялото количество разтвор от кофичката за клизма. Допустимо е при запек да се правят повече клизми за деня.

- **Диария (разстройство).** Използвайте Стратегия *“Калиев Глюконат и Зеолит”*. При тежка, заменете Клизмата с Биокафе с *Клизма с Чай от Лайка* за период от няколко дни. Клизмите с лайка рехидратират организма. Спрете временно Рициновите Процедури.

- **Заседнала Клизма.** Изполавайте Стратегия *“Втора Последователна Клизма”* и ако все още не можете да изкарате клизмите, прибегнете до Стратегия *“Клизма с Биокафе с 30%*

сила и с добавени 20 мл. Калиеви соли или 5-10 мл. 3% Водороден Пероксид (Кислородна вода)”.

- **Непонасяне на Клизмата с Биокафе.** Направете си *“Клизма с Биокафе с 30% сила”*. Рецептата е по-долу. Ако и тогава изпитвате непоносимост, вместо Клизмата с Биокафе си правете *“Клизма с Чай от Лайка”*, но само за период от няколко дни. Задължително е да се правят Клизмите с Биокафе, но могат временно да се отложат. При продължаващи затруднения, изпълнете процедура *“Клизма с Биокафе с 30% сила и с добавени 20 мл. Калиеви соли или 5-10 мл. 3% Водороден Пероксид (Кислородна вода)”*, но за най-много 2-3 дни. Вж. по-долу. Спрете временно Рициновите Процедури.

Жлъчен сок, гадене, подуване, повръщане, очистителна реакция, химиотерапия, изтощени пациенти

- **Повдигане, гадене, повръщане, горчив вкус, алкален вкус, жлъчен сок с възможност за приемане на соковете.** При възможност за приемане на соковете, продължавайте да ги давате, каквото и да струва това! Пийте обилно количество *“Чай от Мента”* с поне 20 минути отстояние между тях. До един ден може да замените дневните хранения изцяло с *“Рядка спасителна каша от овес”* по нашата рецепта. Може да сложите кашата и в дневните сокове: 50% каша и да допълните с 50% сок, т.е. намалено количество сок, но с добавена каша вместо пълното количество. При по-големи затруднения, можете да сложите 30% от обичайното количество сок и да допълните чашата със спасителна каша. При още по-големи затруднения, погледнете симптом *“Повдигане, гадене, повръщане, горчив вкус, алкален вкус, жлъчен сок с невъзможност за приемане на соковете”* по-долу. Можете да вземате 2 пъти на ден по един Панкреатин от 1200 мг. допълнително. Добавете и стратегията *“Прием на Таблетки от магарешки бодил (бял трън, Milk Thistle)”*.

Спрете временно Рициновите Процедури.

- **Повдигане, гадене, повръщане, горчив вкус, алкален вкус, жлъчен сок с невъзможност за приемане на соковете.** Пийте големи количества *“Чай от Мента”* и се хранете със самостоятелно пиене на *“Рядка спасителна каша от овес”* по нашата рецепта. Задължително приложете стратегия *“Соковете през клизма”*. Можете да вземате 2 пъти на ден по един Панкреатин от 1200 мг. допълнително. Добавете и стратегията *“Прием на Таблетки от магарешки бодил (бял трън, Milk Thistle)”*. Спрете временно Рициновите Процедури.

- **Подуване.** Преминете към *“Клизми с Чай от Лайка”*, докато проблемът се разреши. За деня клизмите с лайка да са общо две и при понасяне е желателно да има една клизма с биокафе или комбинация от лайка и биокафе. Рецептите са по-долу. Добавете и стратегията *“Прием на Таблетки от магарешки бодил (бял трън, Milk Thistle)”*. Спрете временно Рициновите Процедури.

- **Треска, температура.** Използвайте Триада на болката и Клизма с Чай от Лайка. Не пийте парацетамол, нурофен, аналгин и други болкоуспокояващи. Те увреждат черния дроб. Температура до 38.6°C убива тумора, така че я оставете да поработи. Не позволявайте температурата да се качи над 39.6°C.

- **Жълтеница.** Може да се появи до 48 часа след очистителна реакция на организма. Увеличете количеството на Соковете и Клизмите с Биокафе.

- **Реакцията на шестия месец.** Тази реакция е наблюдавана от медици, консултиращи пациенти на Терапията. Случва се най-вече при тези, преминали химиотерапия и се изразява в това, че тялото е събрало сили и прави една голяма очистителна реакция. Обикновено се случва около шестия месец, но не е изключено по-рано или по-късно, както

може да се наблюдава и при пациенти, нетретирани с химиотерапевтици. Тя може да се състои в покачване на температурата, зачервявания на кожата, силни миризми от тялото, поява на пенообразни секрети по кожата, сън, който продължава над 16 часа, панически и маниакални състояния, вседствие на силните химикали, които желаят да напуснат тялото. Това е признак, че тялото иска наведнъж да освободи голямо количество токсини. Виж Стратегия *“Реакция на шестия месец”*.

Други

- **Безсъние.** Сварете корени от валериана и използвайте 1 час преди сън.

- **Незадържане на резултата в хода, но не и в началото на Терапията.** Придържайте се към безупречно стриктния план за 3 седмици, както в началото на Терапията. Върнете и количествата на медикаментите, както са били през първите 3 седмици от началото на терапията ви, независимо дали са по-високи или по-ниски от текущите количества.

б) Решения

Болки

- **Триада на болката.** 50 мг. Витамин В3 (Ниацин; Купувайте само качествен на Now Foods или на The Key Company чрез Институт Герсон България; в никакъв случай не фалшификата никотинова киселина), 500 мг. Витамин С и 325 мг. аспирин (немски) се използват в началото на терапията, когато пациентът има много силни болки. Да не се приема повече от 4 пъти на ден.

- **Компрес с Био Рициново Масло** върху мястото на болката. Напоете три ленени кърпи (напр. 20x30 см. големина) с Рициново Масло и ги

изстискайте в отделен съд, без да изхвърляте маслото. Поставете кърпите върху черния дроб или мястото на болката. Поставете найлон върху кърпите, за да не изцапате чаршафите. Използвайте стъклена бутилка с вода с температура, клоняща към топла, но не и гореща върху найлона. Може да използвате и електрическа възглавничка вместо бутилка, но тя все пак излъчва някакво електромагнитно поле, и не е хубаво за пациента. Задръжте всичко за колкото време искате, може и денонощно. Можете да използвате отново едно и също масло. Компресът с Рициново Масло може да се прави след химиотерапия. Единствено Процедурата на пиене през уста и клизма е забранена.

- **Лапа /Компрес/ с Глина (хума)** върху мястото на болката. Сложете колкото е нужно количество глина бентонит или оригиналната Montmorillonite /поръчва се от САЩ или Институт Герсон България/ в гореща предварително сварена Дестилирана Вода и разбъркайте. Трябва да получите паста, която е нито твърде гъста, нито пък твърде рядка. Намажете 2-3 мм. слой от пастата върху ленена кърпа и наложете за 2-3 часа върху проблемното място: ставен артритен оток, тумор или зона със задръжка на течност. Може да използвате 2-3 пъти на ден, но не и върху отворени лезии и рани. Внимание: Тук не се използва Клиноптилолитов зеолит, защото е твърде скъп. Българската глина според наше мнение превъзхожда вносната и е точно монтморилонит, който Шарлот Герсон описва като най-добра глина. Глината има чудотворното свойство да изсмуква токсините през кожата, така че е хубаво да се прилагат такива компреси от време навреме, дори и да нямате оплаквания.

Запек, разстройство, заседнала клизма, проблеми с клизми

- **Калиев Глюконат и Зеолит.**
1/8 ч.л. калиев глюконат (Potassium Gluconate, поръчайте в България от Now

Foods), заедно със 1/4 ч.л. зеолит на прах (Продукт "Rhodosorb-H" 100 г., цена 39 лв.; внимание не използвайте Клиноптилолит на бучки за зареждане на вода, с цена от порядъка 5-8 лв.) в ментов чай през 2-4 часа.

- Клизма само с Чай от Лайка.

Сварете 4 суп. л. (56 г.) изсушени връхчета от био лайка в 1 л. завряла вода за 5 мин. Дозадушете за най-много 10 минути. Прецедете веднага. Използвайте чая когато е с температура на тялото. Направете си клизма с цялото количество, като задръжте в чревния си тракт за 5 минути.

Прецеждането се осъществява през ситна цедка от неръждаема стомана или през средно-едра цедка от неръждаема стомана и фин ленен тензук. Винаги натискайте за да доизцедите максимално!

Както може да се приготви концентриран разтвор за Клизма с Биокафе, така може и да се приготви концентриран разтвор за Клизма с Лайка:

Рецепта за Концентриран Чай от Лайка:

Задушете за 10 минути:

- 8 суп.л. връхчета лайка в 900 мл. завряла дестилирана вода ако за деня ще правите 2 клизми.
- 12 суп.л. връхчета лайка в 1350 мл. завряла дестилирана вода ако за деня ще правите 3 клизми.
- 16 суп.л. връхчета лайка в в 1800 мл. завряла дестилирана вода ако за деня ще правите 4 клизми.
- 20 суп.л. връхчета лайка в в 2250 мл. завряла дестилирана вода ако за деня ще правите 5 клизми.

Прецедете и разделете чая в толкова буркани за колкото клизми е концентрата.

Съхранявайте в стъклен буркан за не повече от 3 дни и загрявайте до температурата на тялото преди употреба.

Тук самият разтвор се прави малко по-концентриран. Това не бива да ви притеснява. Следвайте рецептите.

- Втора Последователна

Клизма. Когато вашата клизма (независимо дали е с Биокафе, Лайка или комбинация от двете според индивидуалния протокол) заседне, направете си веднага след нея втора клизма. Ако и тя заседне, легнете на страна и сложете Термофор с топла (но не гореща) вода върху долната част на стомаха. По-нататъчна стъпка би била и прилагането на малко количество Био Рициново Масло в ректума, за да се получи призив за освобождаване. Ако клизмата не може да излезе до времето за следващата клизма, приложете стратегия "Клизма с добавен Концентриран Чай от Лайка и с добавени 20 мл. Калиеви соли или 5-10 мл. 3% Водороден Пероксид (Кислородна вода)". Изчакайте поне 4 часа преди да правите друга клизма и не навлизайте в серия от твърде често правене на две последователни клизми!

- Клизма с Биокафе с 30% сила и с добавени 10 мл. Разтвор на Калиеви Соли или 5-10 мл. 3% Водороден Пероксид (Кислородна вода). Понякога, когато вашата клизма заседне и не излиза до времето за следващата клизма, може да добавите 10 мл. от Разтвора на Калиеви Соли /вж. рецепта за разтвора по-горе/ в разтвора за Клизмата, било тя с Биокафе със 100, 60, 30 или 10 % сила или само с Лайка (според индивидуалния протокол). Калият има способността да релаксира стомашно-чревния тракт и мускулите като цяло. Ако клизмата ви е със 100 % сила на кафето, добавете 1 доза Концентриран Чай от Лайка към тази клизма, за да умекотите действието на Калиевите соли. Ако клизмата ви по протокол е с 60, 30 или 10 % сила на кафето, не добавяйте втори път 1 доза Концентриран Чай от Лайка. Вместо 10 мл. Калиев Разтвор можете да използвате 5-10 мл. 3% Водороден Пероксид

(Кислородна вода), добавен в клизмата, но никога двете заедно! Не правете подобна практика за повече от 10 дена!

- Клизма с Биокафе с 30% сила. Можете да си направите Клизмата с Биокафе вместо със 100% сила - с 30% сила. В тази клизма се добавя Концентриран Чай от Лайка. Използвайте 30% (излейте останалото количество) от 1 брой Разтвор за Клизма с Биокафе за моментално използване със 100% сила или 30% от 1 брой Концентриран Разтвор за Клизма с Биокафе за бъдещо използване със 100% сила. Добавете 1 брой Концентриран Чай от Лайка по рецептата по-долу. Допълнете с дестилирана вода до 950 мл., като част от тази вода трябва да е загрята (като насока около 150-200 мл.). Готовата смес да е на телесна температура (около 36,7 до 37,2°C) и тогава можете да пристъпите към правенето на клизмата.

Жлъчен сок, гадене, подуване, повръщане, очистителна реакция, химиотерапия, изтощени пациенти

- Прием на чай от мента. Сложете 4 суп. л. с връх сухи листа от мента в 2 л. завряла дестилирана вода и задушете 10-15 мин. под капак на бавен огън. Понякога можете и да го сварите на по-бърз огън за 3 мин. и веднага да го махнете от котлона, като го оставите захлупен да се дозапари. Чаят от мента може да се пие през нощта, ако сте жадни, както и при позиви за повръщане. Съхранявайте го в качествен иноксов термос. Повечето на пазара са алуминиеви! Пазете се от тях.

- Рядка спасителна каша от овес. Сложете 1 част био овесени ядки в 5 части предварително сварена Дестилирана Вода. Задушете ги на бавен огън за 10 мин. Прецедете през фина цедка. Натиснете с ръка кашата, така че да прокара малко по твърда консистенция през цедката. Пийте докато е топла. Ако не можете да пиете някой от дневните сокове, заради очистителна реакция, може да сложите в

чашата на сока предварително 120 мл. от тази каша и да допълните с 120 мл. сок, т.е. намалено количество сок, но с добавена каша вместо пълното количество.

- Соковете през клизма.

Повреме на очистителна реакция, гадене, подуване, газове и повръщане може да приемете зелените и ябълко-морковените сокове като клизма. Моля, имайте предвид, че те трябва да са изключително бистри. Ако използвате двустъпкова сокоизтисквачка с хидравлична преса, сокът излиза бистър. Ако е като нектар, вследствие използването на друг вид сокоизтисквачка или по каквато и да била причина, не прилагайте същият сок като клизма. При този вид техника, изстисквате сока (240 мл.), слагате го за кратко на водна баня, загрявате го до температурата на тялото и го вливате в ректума като нормална клизма. След като влеете течността, не е нужно да задържате и изхвърляте. Тази течност може да остане в стомашно-чревния тракт, защото е един вид храна. Никога не вливайте портокалов или грейпфрутов сок през клизма!

- Стратегия “Прием на Таблетки от магарешки бодил (бял трън, Milk Thistle)”.

Магарешки бодил (бял трън, Milk Thistle) се пие при стомашни проблеми, особено при очистителна реакция, когато черният дроб е претоварен и жлъчен сок предизвиква позив за повръщане. Полезен е да се взима постоянно и от пациенти, преминали химиотерапия. Таблетки без значение от колко милиграма, но с по 80 мг. стандартизиран еквивалент на силимарин във всяка, два пъти на ден между храненията с малко чай.

- Стратегия “Реакция на шестия месец”. Правилната стратегия в такъв момент е да се намалят дозите на всички добавки до 1/3 от текущите, да се приема обилно количество чай от мента и чай от корени на глухарче, да се приемат таблетки от магарешки бодил /таблетки без значение от колко милиграма, но с по 80 мг. стандартизиран еквивалент на силимарин

във всяка два до четири пъти на ден между храненията с малко чай/, да се приема и рядката спасителна каша (виж по-долу), клизми да се правят на всеки два часа с добавен концентриран чай от лайка (виж по-долу), а при тежки реакции и на всеки час, ябълко-морковените и марулените сокове да се приемат през клизма, като се задържат, а не се освобождават както обичайната клизма. Ако пациентът има силно повръщане клизмите да се правят на всеки час като се слага 30 % от една доза концентрат от кафе, добавя се една доза концентриран чай от лайка и се допълва до 950 мл. Ризинови процедури, ако въобще се правят, се прекратяват докато пациентът не се стабилизира напълно.

6. Физиологичен план Герсон

Забранени артикули както за пациента, така и за посетителите му и живеещите с него: Козметика; лакове; гримове; червило; дезодоранти!; парфюми; боя за коса; къна! (по лекция от Шарлот Герсон), пяна за коса; спрейове за коса; паста за зъби със захар, натрий и флуорид; лосион против изгаряне (силен канцероген).

Премахнете изкуствените ароматизатори, свещи и пр. от жилището си. За освежаване на въздуха можете да използвате единствено озонатор. Премахнете ароматизаторите от тоалетната и колата.

Избягвайте близо ТВ облъчване. Като цяло не гледайте много телевизия. Не гледайте телевизия за повече от 30 мин. до 1 час на ден.

Избягвайте слънчева светлина, но не стигайте до крайност да не се излагате на никаква. Задължително преди 11 ч. и/или след 17 ч. вземайте своите 40 минути излагане на слънце.

Отстранете живачните амалгами от зъбите си. Ако сте тежко болен обаче, не прибягвайте към премахването на амалгамите поне до шестия месец от началото на Терапия Герсон. След това последователно започвайте да премахвате тези амалгами от устата си. Това ще спаси живота ви. Те са силно отровни. При самото премахване се изхвърлят токсини в кръвния поток. Затова премахването трябва да е поэтапно. Такъв вид премахване се прави по безопасния начин чрез кислород, вакуум и кофердам. В България, за съжаление, все още няма зъболекар, който да практикува този метод. Затова по-добре зъби с такива амалгами, ако са здрави, да се задържат, а ако има сигнал да са заболели към корените, направо да се извадят.

Извадете зъбите, претърпявали кореново лечение на каналите. Това е още известно като ендодотско лечение, или умъртвяван нерв и запълван след това. Такива зъби не могат да се спасят и още повече вредят, защото в дентиновите

каналчета се задържат огромно количество бактерии. Има цял труд на д-р Джордж Майниг - "Root Canal Cover Up", който описва в сериозни детайли вредата от кореновото лечение и като заключение се констатира как зъболекарите са единствените лекари, които държат мъртви органи в тялото.

Извадените зъби си стоят извадени докато не се разреши основния здравословен проблем.

Помислете за автомобила с газова уредба. Ако използвате автомобил с газова уредба, ако вие или някой от близките ви усещат миризма на газ, е нужно да ревизирате автомобила си, защото това може да обърне ефекта от Терапията ви. Избягвайте използването на такъв автомобил.

Преместете новите килими, мебели, завеси. Ако сте закупили мебели преди по-малко от 4 години, особено от синтетиични материали, е възможно пряко излагане на канцерогенни агенти, премахнете ги от жилището си. Някои такива мебели включват: нови килими, тапицерии, завеси. Спалнята на болния трябва да е максимално чиста от синтетични материали. В най-добрия случай тя ще е на естествен паркет, ламинат или естествен мрамор (не на мокет, има данни и за вредата на естествения гранитогрес), ще се използват памучни или ленени завеси, чаршафи, завивки. Екокожата е твърдо не при Терапия Герсон!

Не правете ремонти повреме на Терапия Герсон. Всякакви нови бои, латекси, лакове са твърдо не повреме на прилагането на Терапията Герсон.

Методи на пране и миене на съдове. Използвайте течен кастилски или фино настърган твърд кастилски сапун за да перете дрехите. Използвайте течен кастилски сапун вместо веро.

а) Домакинство Герсон

С течение на годините Институт Герсон САЩ е систематизирал полезни за Герсон домакинството неща и такива които са абсолютно забранени.

Основни артикули: Сокоизтисквачка Norwalk или двустъпкова, с отделни ренде и преса; Дистилатор за вода; Допълнителен котлон (ако нямате много на печката) за подгряване на Хипократова Супа и основно готвене на бавен огън; Ръчна мелница за храна от инокс (неръждаема стомана); Блендер за някои от сосовете и рецептите; Течен Кастилски Сапун (има в Био магазините в България; ако ви се струва скъп, направете си сами, консултирайте се с Институт Герсон България)

Внимание: не разбивайте Хипократова Супа през блендер, тъй като част от полезните съставки се "изпаряват" от създаденото от въртеливото движение на блендера електричество. Вместо това използвайте уред за намачкване на картофи и я раздробете докато още е в тенджерата.

Позволени артикули: Емайлирани съдове; Иноксови съдове (такива от неръждаема стомана 18/10); Дифузер за подлагане под тенджерите (позволява да не загорят тенджерите ви от външната страна); Йенско стъкло (без оловни глазури, напр. Pyrex, има ги в България); Гюведжета (без оловни глазури); Био четки за миене на зеленчуци (не се препоръчват пластмасови); Мерителни чашки от стъкло (напр. Pyrex, има ги в България), Гевгир от инокс; Стъклени купи, Иноксово ренде (не пластмасово или алуминиево); Ножове (инокс, керамични); Преса за мачкане на картофи и такава за чесън (дървени или от неръждаема стомана, не пластмасови или алуминиеви); Кухненска везна; Кухненски термометър (от инокс, не е нужен ако фурната е снабдена с такъв или с регулатор на температурата); Стъклени буркани за

кафето, тъмен стъклен еднолитров буркан за разтвора на Калиевите соли.

Забранени артикули за ползване в домакинството: Газови котлони, АЛУМИНИЕВИ СЪДОВЕ, тефлонови тигани, МИКРОВЪЛНОВА ФУРНА белина, абразиви, препарати за под, паркет и всички други. Единствено в домакинството на пациента Герсон, трябва да присъства течен кастилски сапун и 3% водороден пероксид (кислородна вода) Хранителен или Нехранителен клас. Можете да миете подовите, паркета, кухненските стелажи и всякакви други неща в дома си с кастилски сапун и да изплаквате с чиста вода с добавени по 3 капки 3% водороден пероксид (кислородна вода) Хранителен или Нехранителен клас на литър. Можете да изсипвате по няколко капки 3% водороден пероксид (кислородна вода) Хранителен клас върху памучен парцал и да дезинфекцирате плотовете в кухнята, както и други места. Можете със същия препарат да дезинфекцирате цитрус пресата, двустъпковата сокоизтисквачка и други уреди и прибори в къщата.

Внимание: Водородният пероксид хранителен клас не е този, който има в аптеките. Често онзи е с примеси. За нашата цел е нужно да се използва изключително свободен от примеси и добавки водороден пероксид.

Ако се снабдите с Хранителен клас 35% водороден пероксид, добавете 10.5 пъти количеството му дестилирана вода и така ще получите 3 % водороден пероксид, който да използвате за целите, описани по-горе.

Специални предпазни мерки: Пазете се от новопоявилите се ножове от молибден и ванадий в някои от мебелните магазини. Уверете се, че ножовете и съдовете са изрично от Неръждаема Стомана клас 18/10!

НАПРАВЕТЕ СВОЯ ДОМАШЕН КАСТИЛСКИ САПУН:

Необходими продукти:

- 180 мл. студена дестилирана вода
- 85 г. калиева основа (може и натриева, но калиевата е препоръчителна)
- 550 мл. био зехтин
- 100 г. био студено пресовано кокосово масло

Внимание: когато работите с калиева или натриева основа, е задължително да носите предпазни гумени ръкавици, очила и защитно облекло по цялото ви тяло!

Метод на приготвяне:

1. Прибавете калиевата основа към дестилираната вода в издържащ на висока температура пластмасов контейнер. Направете това навън, не въщи! Внимание: Прибавяйте основата към водата, не обратно! Не вдишвайте изпаренията! Предупреждение: Температурата на сместта ще достигне 90°C. Разбъркайте сместта с дървена лъжица, отредена единствено за тази цел.

2. Смесете био зехтин и био студено пресованото кокосово масло и ги затоплете до 43°C. Задължително е да ползвате кухненски термометър. Внимание: Не потапяйте кухненския термометър в сместта на дестилираната вода и калиевата основа!

3. Позволете на сместта от дестилираната вода и калиевата основа да изстине. Ако желаете да ускорите този процес, потопете съда, в който се намират, в студена вода.

4. Когато и двете отделни смеси добият температура 43°C, смесете ги в едно цяло.

5. Разбъркайте с дървената лъжица до момента, в който дървената лъжица започне да оставя в сместта следи след

себе си, които се скриват след време, а не веднага /все едно е гъсто тесто/.

6. Излейте готовата смес в пластмасови калъпи или формички, които ползвате само за тази цел.

7. Подходете с внимание към сапуна, тъй като през първите 3 дена той е силно киселинен и може да изгори кожата!

8. След 3 дни, поставете калъпите със сапуна във фризер и ги оставете там за 30 мин. Отделете сапуна от калъпите след това.

9. Оставете сапуните на въздух за минимум 6-8 седмици, преди да ги използвате.

Внимание: Институт Герсон България предлага услуга да прегледа домакинството ви за забранените артикули и да ви посъветва, кои неща да закупите от позволените, без излишно да натоварвате бюджета си. В повечето случаи се минава с наличните неща. Но трябва да се отсеят! Свържете се с нас за повече информация.

б) Банята на Герсон

Помислете да закупите Озонатор за вода и въздух. Помислете да закупите и зъбен душ (зъбен иригатор). Озонаторът използвайте за озониране на вода, с която да иригирате зъбите си със зъбен душ по 1-2 пъти в седмицата. Изберете такъв, който генерира поне 400 mg/h. Напълнете контейнера на иригатора (зъбния душ) с дестилирана вода или такава, преминала през обратна осмоза и я озонирате за 15 мин. Иригирайте зъбите си с цялото съдържание на контейнера, като гледате струята да влиза и в междузъбните пространства под прав ъгъл. Не използвайте озонатор ако имате

амалгамени пломби и/или метални мостове или какъвто и да било метал в устата.

В банята на пациента трябва да има: Уред за клизма (такъв с пластмасова кофичка, маркуч и накрайник; не балон); Кухненски термометър (от инокс, за да мерите температурата на разтвора за клизма); За миене на ръце използвайте Кастилски Сапун (течен или твърд; има в Био магазините в България; ако ви се струва скъп, направете си сами, консултирайте се с Институт Герсон България); Био Рициново Масло; Сух екстракт от говежда жлъчка (Консултирайте се с Институт Герсон България откъде може да се снабдите с такъв); Плътна кухненска хартия на руло; Зъбен душ (зъбен иригатор); Био паста за зъби без захар, натрий и флуорид (попитайте в Институт Герсон България за препоръка за конкретна паста за зъби); Шампоанът ви ще бъде Течен Кастилски Сапун (има в Био магазините в България; ако ви се струва скъп, направете си сами, консултирайте се с Институт Герсон България)

В банята на пациента не трябва да има: соли за баня /Епсом соли/!

**VII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПРЕДВАРИТЕЛНО ТРЕТИРАНИ С ХИМИОТЕРАПИЯ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Дни 1-7**

			Добавки																	
Час	Сокове: 10 броя (Здни x 120 мл. всеки. 4 дни x 180 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (60% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. B12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене*	Пчелни продукти	Коластра (Imugen)	Ленено масло, суп. л. в салатата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма	
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. B3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.										
6:00			✓								Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. B12 (Метил или Хидрокс кобаламин)									
8:00	Портокал	3		2	1	1	2	1	3	1										
9:00	Марулен				1	НЕ!														
9:30	Ябълко-Морковен				1															
10:00	Ябълко-Морковен				1	1		1							250					
11:00	С чай от мента		✓		НЕ								2							
12:00	Марулен				1	НЕ!														
13:00	Ябълко-Морковен	О		2	1	1	2	1	3							100			1	
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не			1	НЕ!														
15:00					НЕ								НЕ							
16:00	С мента				НЕ								2							
17:00	Ябълко-Морковен				1	1			1	3										
18:00	Марулен		✓		1	НЕ!									250					
19:00	Ябълко-Морковен	В		2	1	1	2	1	3							100			1	
22:00																				
Пчелен прашец, _____ НЕ! ч. л./ден												Пчелно млечице, _____ НЕ! мг./ден								
												НЕ!								

* Коензим Q10. I ден: 50 мг. общо. II ден: 100 мг, общо. От III ден: 200 мг./ден

Насоките от ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ важат с пълна сила и при този протокол, с изключение на някои количествени и детайлни зависимости, които са описани по-долу. Прочетете внимателно какво не трябва да се прави в случаите на предварително третиране с химиотерапия, както и какво се изменя повреме на лечението по този протокол!

Особености при този протокол:

- Започнете с 120 мл. сокове. В началото се изключват трите дневни Морковени Сока. Ако понасяте добре, след 2-3 дена от началото на терапията увеличете количествата постепенно до 180 мл. и след 7 дена до 240 мл. Накрая прибавете и трите Дневни Сока от Моркови, както в Протокол Герсон за Раково Болни (но не преминали химиотерапия). Но постепенно.
- Винаги когато не понасяте соковете, намалете количеството на всеки сок и изключвайте Морковените. Когато сте по-добре, увеличавайте количеството на всеки сок и постепенно връщайте отново Морковените Сокове.
- Добавете 50% овесена каша /Рецептата е в Глава V: "Справяне с болката"/ към всеки от соковете, ако не ги понасяте добре.
- Не се правят Клизми с Био Рициново Масло и същото не се пие през устата. Био Рициновото Масло кара организма да се детоксицира в пъти по-бързо отколкото един пациент, преминал курса на химиотерапия, може да понесе. Можете да го включите след 6-9 месеца под лекарско наблюдение.
- Разтворът на калиеви соли се започва по 1 ч.л. във всеки един от Дневните Сокове и след 7 дена може да се покачи дозата до 2 ч.л., след още 5 дни до 3 ч.л. и много постепенно до тази в Протокол Герсон за Раково Болни (но не преминали химиотерапия). Задължително е да се изследват нивата ви на Калий, за да се балансира дозата. Пациенти с бъбречна недостатъчност, гастрит, гадене, кървене и костни метастази да започнат с по 1 ч.л. от Разтворът на Калиеви Соли във всеки един от Дневните Сокове и да наблюдават дали те се понасят. Дозата се увеличава изключително плавно. Пациенти със сърдечна недостатъчност, прекаран инфаркт на миокарда или застойна сърдечна недостатъчност да не започват прием на калиевите соли без лекарска консултация.
- Луголовият разтвор се започва с доза от по 1 капка във всеки един от Дневните Сокове, без Морковения Сок в този протокол (не слагайте в Маруления Сок!). Увеличава се постепенно като се следи за реакция и алергия към йода. Пациенти с костни метастази, метастази в черния дроб, хепатит или цироза, високо кръвно налягане, Тироидит на Хашимото, натравяне с тежки метали започват внимателно с ОБЩО 1-2 капки на ден (не по 1-2 капки във всеки сок)! Целта е да се избегне кървене или понижаване на броя на тромбоцитите в кръвта. Да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). Не приемайте повече от 2 капки Луголов Разтвор общо за деня ако не пиете Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Количеството на Луголовия Разтвор за деня зависи от количеството прием на Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Ако ви е известно че страдате от натравяне с тежки метали, задръжте дозата до 1-2 капки на ден. При нарастваща поносимост, увеличете дозата до тази в Протокол Герсон за Раково Болни (но не преминали химиотерапия).
- Сухият екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза трябва да се започне с макс. 1-2 табл. от 60 мг на ден. Противопоказанията са като тези на Луголовия Разтвор. Наблюдавайте за симптоми като сърцебиене, тревожност, раздразнителност, безсъние и треперене. При такива случай може да сте предозирали щитовидния екстракт. Пациенти с история на сърдечна недостатъчност трябва да започнат с най-много по 2 табл. от 60 мг на ден. Да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак").
НЕ ПРИЕМАЙТЕ ПОВРЕМЕ НА МЕНЗИС!

- Ниацинът да се пие 6 пъти по 50 мг. на ден. При пациенти с чернодробна недостатъчност, главен или метастазирал тумор в черния дроб, хепатит или чернодробна цироза да приемат общо между 100 и 150 мг. на ден. Пациенти с история на кървене, язви, гастрит или такива които непосредствено преди това са приемали преднизолон, други стероиди или антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин, да не пият ниацин. Да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64, "Лечение на всички напреднали форми на рак"). **НЕ ПРИЕМАЙТЕ ПОВРЕМЕ НА МЕНЗИС!**
- Панкреатинът да не се пие единствено при сарком.
- Ацидолът се пие по стандартния протокол. Противопоказан е при язви, силно гадене, стомашно-чревно кървене или проблеми в хранопровода и при хора, приемали антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин.
- Инжекциите с 0,5 куб. см. екстракт от Черен Дроб, с добавен 0,1 куб. см В12 (Метилкобаламин или Хидроксикобаламин) да се бият по веднъж на ден. Няма данни за противопоказания, освен ако няма завишени нива на В12 в кръвта. Моля имайте предвид, че от месец Февруари 2015 г. Инжекцията от Суров Черен Дроб с добавен Вит. В12 за Инжекции, поради фактът че продуктът се прави по-концентриран, се изменя както следва: от 3 сс Екстракт от Суров Черен Дроб + 0,1 сс Вит. В12 за Инжекции /Метил или Хидроксикобаламин/ на 0,5 сс Екстракт от Суров Черен Дроб + 0,1 сс Вит. В12 за Инжекции /Метил или Хидроксикобаламин/.
- Таблетките със Сух Говежди Черен Дроб са противопоказани при подагра. При непоносимост към тях, същите да се приемат с храната, когато се приемат и храносмилателните ензими, а не в сок или чай от мента. При анемия, може да се увеличат до 9 табл./ден.
- Коензим Q10 се започва с 50 мг. през първият ден. Ако не се появят симптоми като аритмия и същебиене, се пият 100 мг. на втория ден. На третият ден трябва да се достигне доза от 200 мг. за деня и тази доза остава така за нататък.
- Мегазим Форте, Wobe Mugos или Nutrazyme храносмилателни ензими се използват за разтваряне външната стена на тумори. Те са спомагателно средство.
- Клизмите с Биокафе да се започнат по 3 на ден. В началото може да се правят по рецептата "Клизма с Биокафе с 60% сила" по рецепта от раздел "Клизмен план Герсон". Бавно махнете Чаят от Лайка в Клизмите с Биокафе, като внимавате за симптоми: гадене, повръщане. Това може да е символ за свръхстимулация на черния дроб и отново се налага да включите Чаят от Лайка в Клизмите с Биокафе.
- Към този протокол може да се добавят 2 г. Витамин С на ден.

Годишен план при раково болни пациенти, предварително третирани с химиотерапия: като имате предвид, че пациентите преминали химиотерапия имат нужда от по-честа корекция на режима (поне в началото, а понякога и изненадващо след седмици), използвайте следващия празен лист, на който да нанасяте корекции в дозите. Ако сте започнали с възможно най-малките дози по описанията по-горе и сте уверени, че се чувствате добре, но минимум 2 месеца след началото на лечението си, може да качите с 25% до 50% дозировките на Калиевите Соли, Луголовия Разтвор и Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Добавете и трите Морковени Сока ако наистина сте добре. Ако пък сте зле, винаги изключвайте Морковените Сокове и отново се връщайте на първоначалните дози Калиевите Соли, Луголовия Разтвор и Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Останалите медикаменти не се променят като дози. Не бъркайте "временно зле" или "очистваща реакция" със "токсична реакция". Не намаляйте дозите рязко и правете разлика между "очистващи реакции", които всъщност са полезни, защото това е знак, че туморите се рападат и "токсична реакция", в смисъла на непоносимост към лекарствата и прекалено бърза детоксикация, което би наложило намаляване на дозировките на Калиевите Соли, Луголовия Разтвор, Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза и трите Морковени Сока!

През първите 14-16 седмици не се приема кисело мляко (йогурт, селско сирене). Да се приготвя единствено по рецепта на Шарлот Герсон. Вижте раздел “Рецепти” в този наръчник. След това можете внимателно да го добавите или да се възползвате от пълноценен негов заместител като хавайската спинулина и/или пчелно млечице и прашец. От момента на добавянето може да следвате като ориентир за дозировките по седмици Годишния План за Раково болни пациенти в глава VI на този наръчник. Ако пациентът реагира по-бавно на Терапията, то тогава добавянето може да стане и на по-късен етап. Добре е да се следят протеинните нива в кръвта и ако са занижени понякога йогуртът може да се добави и по-рано (6-8 седмица) в хода на Терапията. Добре е да се консултирате с НИБ или Герсон Институт САЩ ако имате колебание кога да добавите йогурт.

**VII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПРЕДВАРИТЕЛНО ТРЕТИРАНИ С ХИМИОТЕРАПИЯ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Дни 7-28**

			Добавки											
Час	Сокове: 10 броя (240 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (60% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12 Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг Витамин D3, IU Магарешки бодил, мг. Коензим Q10, мг. повреме на хранене* Пчелни продукти Коластра (Imugen)	Пчелно млечице, _____ мг./ден Пчелен прашец, _____ ч. л./ден	Ленено масло, суп. л. в салатата и заедно с Коензим Q10 Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма	
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилин/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.				
6:00			✓											
8:00	Портокал	З		3	2	1	2	1	3	1				
9:00	Марулен				2	НЕ!								
9:30	Ябълко-Морковен				2									
10:00	Ябълко-Морковен				2	1		1						
11:00	С чай от мента		✓		НЕ									
12:00	Марулен				2	НЕ!								
13:00	Ябълко-Морковен	О		3	2	1	2	1	3	1			1	
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не			2	НЕ!								
15:00	С мента				НЕ									
16:00	С мента				НЕ									
17:00	Ябълко-Морковен				2	1		1	3					
18:00	Марулен		✓		2	НЕ!								
19:00	Ябълко-Морковен	В		3	2	1	2	1	3				1	
22:00														

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД 600 МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

**VII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПРЕДВАРИТЕЛНО ТРЕТИРАНИ С ХИМИОТЕРАПИЯ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Дни 29-56**

			Добавки																	
Час	Сокове: 11 броя (240 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (100% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене	Пчелни продукти	Коластра (Itugen)	Ленено масло, суп. л. в салатата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма	
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.										
6:00			✓								Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)									
8:00	Портокал	З		3	3	2	2	1	3	1								НЕ!		
9:00	Марулен				3	НЕ!														
9:30	Ябълко-Морковен				3															
10:00	Ябълко-Морковен		✓		3	2		1							250					
11:00	Морковен				НЕ								2							
12:00	Марулен				3	НЕ!														
13:00	Ябълко-Морковен	О		3	3	2	2	1	3	1						200			1/2	
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не	✓		3	НЕ!														
15:00	С мента				НЕ								2							
16:00	С мента				НЕ								2							
17:00	Ябълко-Морковен				3	2		1	3	1										
18:00	Марулен		✓		3	НЕ!									250					
19:00	Ябълко-Морковен	В		3	3	2	2	1	3							200			1/2	
22:00																				
Пчелен прашец, _____ НЕ! ч. л./ден												Пчелно млечице, _____ НЕ! мг./ден								
												НЕ!								

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД 700 МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

**VII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
РАКОВО БОЛНИ ПРЕДВАРИТЕЛНО ТРЕТИРАНИ С ХИМИОТЕРАПИЯ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Седмица _____**

			Добавки																
Час	Сокове: _____ броя (_____мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (_____% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене	Пчелни продукти	Коластра (Itugen)	Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.									
6:00											Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)								
8:00	Портокал	З																	
9:00	Марулен					НЕ!													
9:30	Ябълко-Морковен																		
10:00	Ябълко-Морковен																		
11:00					НЕ														
12:00	Марулен					НЕ!													
13:00	Ябълко-Морковен	О																	
14:00	Марулен	Кисело мляко: _____				НЕ!													
15:00					НЕ														
16:00					НЕ														
17:00	Ябълко-Морковен																		
18:00	Марулен					НЕ!													
19:00	Ябълко-Морковен	В																	
22:00																			
_____ След закуска. _____ куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)												Пчелен прашец, _____ ч. л./ден Пчелно млечице, _____мг./ден							

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД _____ МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

**VIII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
СИЛНО ОТСЛАБЕНИ РАКОВО БОЛНИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Дни 1-5**

			Добавки																		
Час	Сокове: 7 броя (60 до 120 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (30% сила)	Преди храна			След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене*	Пчелни продукти	Коластра (Imugen)	Ленено масло, суп. л. в салатата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма			
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.										Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.		
6:00					НЕ!	НЕ!				НЕ!	Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)										
8:00	Портокал	3		2				2	1			3									
9:00	Марулен																				
9:30																					
10:00	Ябълко-Морковен																				
11:00	С чай от мента		✓									2									
12:00																					
13:00	Ябълко-Морковен	О	1	2				2	1		3					100					
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не																			
15:00																					
16:00	С мента														2						
17:00		Кисело мляко: все още не						3													
18:00	Марулен		✓										250								
19:00	Ябълко-Морковен		В		2		2	1	3					100			1				
22:00																					
											Пчелен прашец, _____ НЕ! ч. л./ден			Пчелно млечице, _____ НЕ! мг./ден							
														НЕ!							
														НЕ!							
														НЕ!							

* Коензим Q10. I ден: 50 мг. общо. II ден: 100 мг, общо. От III ден: 200 мг./ден

Насоките от ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА РАКОВО БОЛНИ ПАЦИЕНТИ важат с пълна сила и при този протокол, с изключение на някои количествени и детайлни зависимости, които са описани по-долу. Прочетете внимателно какво не трябва да се прави в случаите на силно отслабване от страна на пациента, било той предварително третиран с химиотерапия или не, както и какво се изменя повреме на лечението по този протокол! Обърнете и специално внимание, че дозите и честотата на добавките, соковете и необходимостта от по-динамична промяна са различни от Протокола за раково болни пациенти!

Особености при този протокол:

- Започнете с 60-120 мл. сокове. В началото се изключват трите дневни Морковени Сока. Ако понасяте добре, след 2-3 дена от началото на терапията увеличете количествата постепенно до 180 мл. и след 7 дена до 240 мл. Накрая прибавете и трите Дневни Сока от Моркови, както в Протокол Герсон за Раково Болни (но не преминали химиотерапия). Но постепенно.
- Винаги когато не понасяте соковете, намалете количеството на всеки сок и изключвайте Морковените. Когато сте по-добре, увеличавайте количеството на всеки сок и постепенно връщайте отново Морковените Сокове.
- Добавете 50% овесена каша /Рецептата е в Глава V: "Справяне с болката"/ към всеки от соковете, ако не ги понасяте добре.
- Не се правят Клизми с Био Рициново Масло и същото не се пие през устата. Био Рициновото Масло кара организма да се детоксицира в пъти по-бързо отколкото един пациент, преминал курса на химиотерапия, може да понесе. Можете да го включите след 6-9 месеца под лекарско наблюдение.
- Разтворът на Калиеви Соли не се пие през първите 5 дена от началото на лечението или докато състоянието на пациента не се подобри. След това се започва с по 1 ч.л. във всеки един от Дневните Сокове и след 7 дена може да се покачи дозата до 2 ч.л., след още 5 дни до 3 ч.л. и много постепенно до тази в Протокол Герсон за Раково Болни (но не преминали химиотерапия). Задължително е да се изследват нивата ви на Калий, за да се балансира дозата. Пациенти с бъбречна недостатъчност, гастрит, гадене, кървене и костни метастази да започнат с по 1 ч.л. от Разтворът на Калиеви Соли във всеки един от Дневните Сокове и да наблюдават дали те се понасят. Дозата се увеличава изключително плавно. Пациенти със сърдечна недостатъчност, прекаран инфаркт на миокарда или застойна сърдечна недостатъчност да не започват прием на калиевите соли без лекарска консултация.
- Луголовият разтвор не се пие през първите 5 дена от началото на лечението. След това се започва с доза от 1-2 капки общо за деня. Следи за реакция и алергия към йода. Пациенти с костни метастази, метастази в черния дроб, хепатит или цироза, високо кръвно налягане, Тироидит на Хашимото, натравяне с тежки метали започват внимателно с ОБЩО 1-2 капки на ден (не по 1-2 капки във всеки сок)! Целта е да се избегне кървене или понижаване на броя на тромбоцитите в кръвта. Да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). Не приемайте повече от 2 капки Луголов Разтвор общо за деня ако не пиете Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Количеството на Луголовия Разтвор за деня зависи от количеството прием на Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Ако ви е известно че страдате от натравяне с тежки метали, задръжте дозата до 1-2 капки на ден.
- Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза трябва да се приема в доза от до 1 и половина табл. от 60 мг на ден. Противопоказанията са като тези на Луголовия Разтвор. Наблюдавайте за симптоми като сърцебиене, тревожност, раздразнителност, безсъние и треперене. При такива случай може да сте предозирали щитовидния екстракт. Пациенти с история на сърдечна недостатъчност трябва да започнат с най-много по 2 табл. от 60 мг на ден. Да не се пие при ниски RBC (По Х. Кларк, с. 64," Лечение на всички напреднали форми на рак"). НЕ ПРИЕМАЙТЕ ПОВРЕМЕ НА МЕНЗИС!

- Ниацинът да се пие 3 пъти по 50 мг. на ден. При пациенти с чернодробна недостатъчност, главен или метастазирал тумор в черния дроб, хепатит или чернодробна цироза да приемат общо не повече от 100 мг. на ден. Пациенти с история на кървене, язви, гастрит или такива които непосредствено преди това са приемали преднизолон, други стероиди или антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин, да не пият ниацин. **НЕ ПРИЕМАЙТЕ ПОВРЕМЕ НА МЕНЗИС!**
- Панкреатинът да не се пие единствено при сарком.
- Ацидолът се пие по стандартния протокол. Противопоказан е при язви, силно гадене, стомашно-чревно кървене или проблеми в хранопровода и при хора, приемали антикоагулантни медикаменти като Кумадин или Хепарин.
- Инжекциите с 0,5 куб. см. екстракт от Черен Дроб, с добавен 0,1 куб. см В12 (Метилкобаламин или Хидроксикобаламин) да се бият по веднъж на ден. Няма данни за противопоказания, освен ако няма завишени нива на В12 в кръвта. Моля имайте предвид, че от месец Февруари 2015 г. Инжекцията от Суров Черен Дроб с добавен Вит. В12 за Инжекции, поради фактът че продуктът се прави по-концентриран, се изменя както следва: от 3 сс Екстракт от Суров Черен Дроб + 0,1 сс Вит. В12 за Инжекции /Метил или Хидроксикобаламин/ на 0,5 сс Екстракт от Суров Черен Дроб + 0,1 сс Вит. В12 за Инжекции /Метил или Хидроксикобаламин/.
- Таблетките със Сух Говежди Черен Дроб са противопоказани при подагра. При непоносимост към тях, същите да се приемат с храната, когато се приемат и храносмилателните ензими, а не в сок или чай от мента. При анемия, може да се увеличат до 9 табл./ден.
- Коензим Q10 се започва с 50 мг. през първият ден. Ако не се появят симптоми като аритмия и същебиене, се пият 100 мг. на втория ден. На третият ден трябва да се достигне доза от 200 мг. за деня и тази доза остава така за нататък.
- Мегазим Форте, Wobe Mugas или Nutrazyme храносмилателни ензими се използват за разтваряне външната стена на тумори. Те са спомагателно средство.
- Клизмите с Биокафе да се започнат по 1-2 на ден, като задължително се правят по рецептата “Клизма с Биокафе с 30% сила” по рецепта от раздел “План за справяне с болката Герсон“. Бавно увеличете броя им.

Годишен план при пациента с физическо изтощение: Като имате предвид, че пациентите със силно изтощение, без значение преминали химиотерапия или не, имат нужда от по-честа корекция на режима (поне в началото, а понякога и изненадващо след седмици), използвайте следващия празен лист, на който да нанасяте корекции в дозите. Ако сте започнали с възможно най-малките дози по описанията по-горе и сте уверени, че се чувствате добре, но минимум 2 месеца след началото на лечението си, може да качите с 25% до 50% дозировките на Калиевите Соли, Луголовия Разтвор и Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Добавете и трите Морковени Сока ако наистина сте добре. Ако в хода на лечението станете зле, винаги изключвайте Морковените Сокове и отново се връщайте на първоначалните дози Калиевите Соли, Луголовия Разтвор и Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза. Останалите медикаменти не се променят като дози. Не бъркайте “временно зле” или “очистваща реакция” със “зле”. Не намаляйте дозите рязко и правете разлика между “очистващи реакции”, които всъщност са полезни, защото това е знак, че туморите се рападат и “зле”, в смисъла на непоносимост към лекарствата и прекалено бърза детоксикация, което би наложило намаляване на дозировките на Калиевите Соли, Луголовия Разтвор, Сухият Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза и трите Морковени Сока!

През първите 14-16 седмици не се приема кисело мляко (йогурт, селско сирене). Да се приготвя единствено по рецепта на Шарлот Герсон. Вижте раздел “Рецепти” в този наръчник. След това можете внимателно да го добавите или да се възползвате от

пълноценен негов заместител като хавайската спиролина и/или пчелно млечице и прашец. От момента на добавянето може да следвате като ориентир за дозировките по седмици Годишния План за Раково болни пациенти в глава VI на този наръчник. Ако пациентът реагира по-бавно на Терапията, то тогава добавянето може да стане и на по-късен етап. Добре е да се следят протеинните нива в кръвта и ако са занижени понякога йогуртът може да се добави и по-рано (6-8 седмица) в хода на Терапията. Добре е да се консултирате с НИБ или Гертсон Институт САЩ ако имате колебание кога да добавите йогурт.

**VII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
СИЛНО ОТСЛАБЕНИ РАКОВО БОЛНИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Дни 5-14**

			Добавки																			
Час	Сокове: 10 броя (180 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (30% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене*	Пчелни продукти	Коластра (Itugen)	Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма			
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.												
6:00			✓								Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)											
8:00	Портокал	3		2	1		2	1	3													
9:00	Марулен				1	НЕ!																
9:30	Ябълко-Морковен				1																	
10:00	Ябълко-Морковен				1	1				1					250							
11:00	С чай от мента				НЕ								2									
12:00	Марулен		✓		1	НЕ!																
13:00	Ябълко-Морковен	О	1	2	1		2	1	3							100	Пчелно млечице, _____ НЕ! _____ мг./ден	НЕ!				
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не			1	НЕ!																
15:00	С мента				НЕ							2										
16:00	С мента				НЕ							2										
17:00	Ябълко-Морковен	Кисело мляко: все още не			1	1			3													
18:00	Марулен		✓		1	НЕ!									250							
19:00	Ябълко-Морковен	В		2	1		2	1	3							100	Пчелен прашец, _____ НЕ! _____ ч. л./ден		1			
22:00																						
Пчелен прашец, _____ НЕ! _____ ч. л./ден												Пчелно млечице, _____ НЕ! _____ мг./ден										

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД 400 МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

**VII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
СИЛНО ОТСЛАБЕНИ РАКОВО БОЛНИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)
НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Дни 15-28**

			Добавки								
Час	Сокове: 10 броя (240 мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе 60% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилин/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.	
6:00			✓								Веднъж дневно. След закуска. 0,5 куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)
8:00	Портокал	З		3	2	1	2	1	3	1	
9:00	Марулен				2	НЕ!					
9:30	Ябълко-Морковен				2						
10:00	Ябълко-Морковен				2	1					
11:00	С чай от мента				НЕ						
12:00	Марулен		✓		2	НЕ!					
13:00	Ябълко-Морковен	О		3	2		2	1	3		
14:00	Марулен	Кисело мляко: все още не			2	НЕ!					
15:00	С мента				НЕ						
16:00	С мента				НЕ						
17:00	Ябълко-Морковен				2	1			3	1	
18:00	Марулен		✓		2	НЕ!					
19:00	Ябълко-Морковен	В		3	2	1	2	1	3		
22:00											
											Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг
											Витамин D3, IU
											Магарешки бодил, мг.
											Коензим Q10, мг. повреме на хранене*
											Пчелни продукти
											Коластра (Imugen)
											Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10
											Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД 700 МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

**VIII. ПРОТОКОЛ ГЕРСОН ЗА
СИЛНО ОТСЛАБЕНИ РАКОВО БОЛНИ
(ХРАНИТЕЛЕН ПЛАН, КЛИЗМЕН ПЛАН,
ПЛАН ЗА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ)**

НЕ СИ ПРАВЕТЕ КЛИЗМИ С БИО РИЦИНОВО МАСЛО! Седмица _____

			Добавки																	
Час	Сокове: _____ броя (_____мл. всеки)	Основно хранене. Кисело мляко	Клизма с Биокафе (_____% сила)	Преди храна				След храна			Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб и Вит. В12	Сух Говежди Черен Дроб, табл. от 500 мг	Витамин D3, IU	Магарешки бодил, мг.	Коензим Q10, мг. повреме на хранене*	Пчелни продукти	Коластра (Itugen)	Ленено масло, суп. л. в салата и заедно с Коензим Q10	Процедура с Био Рициново Масло: 1. Пиене през уста; 2. Клизма	
				Мегазим (Инфзим), табл. 30 мин. прди храна	Разтвор на Калиеви Соли, ч.л. в сок	Луголов Разтвор /по рецепта за полусилен/, капки в сок	Ацидол Пепсин, Капс. с 260 мг. Бетаин и 230 мг. Пепсин	Вит. В3 /Ниацин/, табл. от 50 мг.	Панкреатин, табл. от 325 мг.	Сух Екстракт от Свинска Щитовидна Жлеза, табл. от 60 мг.										
6:00											Инжекция с Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)									
8:00	Портокал	З																		
9:00	Марулен					НЕ!														
9:30	Ябълко-Морковен																			
10:00	Ябълко-Морковен																			
11:00					НЕ															
12:00	Марулен					НЕ!														
13:00	Ябълко-Морковен	О																		
14:00	Марулен	Кисело мляко: _____				НЕ!														
15:00					НЕ															
16:00					НЕ															
17:00	Ябълко-Морковен																			
18:00	Марулен					НЕ!														
19:00	Ябълко-Морковен	В																		
22:00																				
_____ След закуска. _____ куб.см Екстракт от Телешки Черен Дроб + 0,1 куб. см Вит. В12 (Метил или Хидрокс кобаламин)												Пчелен прашец, _____ ч. л./ден								
												Пчелно млечице, _____мг./ден								

ПОЧИВКАТА Е МНОГО ВАЖНА. ПОЧИВАЙТЕ СИ. СПАЗВАЙТЕ ПРОТОКОЛА НА 100% = ТАКА РАБОТИ. НЕ СЕ КЪПЕТЕ ВЪВ ФЛУОРИРАНА ВОДА = БАВНА ОТРОВА. НЕ ПАДАЙТЕ ПОД _____ МЛ. ХИПОКРАТОВА СУПА.

IX. Очистителни реакции

Очистителните реакции, известни също като обостряния, са съществена част от Терапията Герсон. Важно е пациентите да разберат тяхното естество и функция, преди да започнат пълното лечение, тъй като лечебните реакции са донякъде парадоксални изживявания: въпреки че могат да доведат до редица неприятни симптоми, те трябва да бъдат приветствани като доказателство, че терапията е сработила и работи добре.

Така че, нека да видим как и кога е вероятно да започне този необходим процес. Като правило, след първите няколко дни на Протоколът Герсон за раково болни, пациентите се чувстват по-добре, страдат по-малко, болката е по-малка, подобрява се апетита им, техните външни или опипваеми тумори започват да се намаляват. Естествено теса насърчавани много от тези положителни развития. Това е моментът да напомним на пациентите, че лечебната реакция може да бъде по пътя си да се случи и да обясним как това ще провокира детоксикация. Без подходяща подготовка, внезапното преминаване от благосъстояние към неговата противоположност би било трудно да се понесат!

При започване на очистителна реакция, както и десет дена след това, е важно да не се правят кръвни тестове, защото резултатите от тях ще са неверни!

Когато тялото за първи път се преобърне от напредване на рака (или други хронични заболявания) към изцеление, се случва това, което д-р Герсон нарича “оздравителният механизъм се активира” и имунната система започва да работи. Случва се, че тялото произвежда лечебно възпаление и освобождава токсините от тъканите, произвеждайки масивен токсичен товар, който трябва да

бъде елиминиран от черния дроб. Процесът понякога е придружен от лечителна треска и дори от периоди на депресия и паника. На върха на всичко това пациентът може да получи гадене, токсични изпражнения, липса на апетит и дори отвращение към храна или напитки, особено към марулените сокове. Пациентът също може да има повече газ в стомаха, отколкото обикновено, плюс затруднения да прави клизмите с биокафе (поради повишен токсичен натиск от страна на черния дроб). Без предварителни симптоми, пациентите изведнъж могат да почувстват, че състоянието им се влошава. Те са слаби, гади им се, неудобно им е, а понякога дори и болката, която е била намалена се е възвърнала до известна степен. С риска да има и депресия, която е една от възможните странични ефекти, пациентите могат дори да се чудят дали Терапията Герсон не причинява състоянието им да се влоши. Въпреки това, лекарят или терапевтът, който разпознава добре тези симптоми като сигнализация за изцелителна реакция, е в състояние да даде увереност на пациентите и да разсее паниката.

Първото “изригване” на очистителен процес обикновено е кратко, тъй като тялото все още не е в състояние да извърши сериозно изцеление в отслабеното си състояние и едва сега започва да “проговаря”. Но дори и това може да доведе до ранно започване на впечатляващи резултати. Едновременно с нападението на злокачествената тъкан, тялото също започва да лекува и стари травми, счупвания, бучки, белези и сериозни съпътстващи състояния, включително и дългогодишно високо кръвно налягане и дори диабет тип II. Този процес не може да бъде задържан или спрян, тъй като тялото не е в състояние да лекува избирателно! С други думи, то не само се лекува от настоящата животозастрашаваща болест, но също така и изчиства всички други щети, независимо дали са стари или нови. Това е, което означава **целекупността** на Терапията Герсон. Благодарение на това, пациенти с рак са преодолени алергии,

дългосрочни мигрени, артрит, фибромиалгия и други състояния, които са ги смущавали за дълги периоди от време.

Как пациентите реагират на обостряне? Само обобщен отговор може да се даде, на базата на реакциите на повечето пациенти. Тъй като всеки човек е различен и има различно медицинско минало с различни щети на тялото, всяка лечебна реакция също е различна! Не е възможно да се даде точен отговор на пациентите, които желаят да се знае колко дълго обострянето ще продължи. В много случаи, първата реакция е лека и само продължава от няколко часа до ден или два. Втората е обикновено по-дълга и донякъде по-тежка, тъй като тялото и неговата имунната система до известна степен са детоксицират, с активната подкрепа на ензими и хранителни вещества, съдържащи се в суровите сокове и лекарствата. Като резултат от това, организмът е в състояние да реагира още по-силно. В повечето случаи може да се очаква този втори пристъп около шестата седмица на лечение. Третата реакция настъпва обикновено около 3-3 1/2 месеца след лечението и е една от най-тежките. Но моля, не забравяйте, че това не е график, а само това, което са наблюдавали от Герсон Институт САЩ при по-голямата част от случаите си. Реакциите са различни при пациенти преминали химиотерапия, лекувани с друг холистичен метод пациенти.

Какво да направя за пациента в очистителна криза, когато той не се чувства добре, разстроен е, и сломен? Каквото не трябва направите е да се спрете терапията, да не правите клизми с биокафе или да спрете да пиете сокове. Това драстично ще спре процеса на оздравяване! И все пак трябва да помогнете на пациента да издържи на дискомфорта от изблиците. В Глава VI -> т. 5: "Справяне с болката" са най-добрите начини да направите това. Запомнете, направете пациента да се чувства удобно, не спирайте оздравителната реакция!

ЗАПОМНЕТЕ! АКО ВСЕ ОЩЕ МОЖЕТЕ ДА ПИЕТЕ СОКОВЕТЕ, ЗА НИЩО НА СВЕТА НЕ ГИ СПИРАЙТЕ! АКО НЕ МОЖЕТЕ, ЗАДЪЛЖИТЕЛНО ГИ АДМИНИСТРИРАЙТЕ ПРЕЗ КЛИЗМА, БЕЗ ЦИТРУСОВИЯТ!

Х. Как да започнем

Прочетете този наръчник: “Терапия Герсон - Наръчник на Български”. Следете за нови издания в сайта www.gersonbulgaria.com. Ако знаете английски можете да прочетете “Gerson Therapy Handbook” на Института Герсон САЩ. Всички други книги относно терапията, описани в началото на този наръчник, може да четете в хода на лечението. Този наръчник казва всичко, иначе може да се объркате от толкова много информация. Прекарали сме месеци за да усъвършенстваме този наръчник, за да може той да ви каже всичко.

Свържете се с Център на Герсон. “Институт Герсон България” функционираше в периода 2013-2022 г., където се осъществяваше прием и насока на нуждаещи. От Октомври 2022 г., дейността се пое от “Герсон България - група за взаимопомощ”, която организира всеки месец Обучения за Терапията. <http://www.gersonbulgaria.com>. “Институт Герсон САЩ” е с офис адрес: 3844 Adams Ave, San Diego, CA 92116; пощенски адрес: P.O. Box 161358, San Diego, CA 92176 и телефони за връзка: за международни обаждания: +1-619-685-5353; за САЩ и Канада: +1 888-443-7766; само за САЩ: +1-800-838-2256. Задайте им въпроси, които сте си набялязали относно аспекти, неразбрани в наръчника.

Започнете лечение директно в клиника, сертифицирана за Терапия Герсон. За най-пълноценно лечение под лекарско наблюдение, може да отидете за 2-3 седмици в клиника. Има две клиники в света. Първата е в Унгария. Адресът и е: 18 Téry Ödön street, Pilisszentkereszt-Dobogókő 2098. За контакт: +36 30 6426 291 или info@gerson.hu. Втората клиника се намира в Мексико. За контакт, използвайте

директно телефона на Института Герсон САЩ : +1 888-443-7766.

Започнете лечение в лагер, организиран от “Институт Герсон България”. Лагерите се провеждат два пъти в годината: зимата и лятото. Продължителността им е 10 дена. На тях ще се подложите на цялото лечение, включено в Терапията. Осигурен е лекарски екип, храни и добавки. Чудесен начин да изучите Терапията. Запишете се директно в офиса на Института: Гр. София, ул. "Бачо Киро" 28-30 . и уебсайт <http://www.gersonbulgaria.com>.

Започнете лечение сами. Множеството от хората избират да започнат терапията сами. Настройте домакинството, дома си и кухнята за Терапия Герсон. Не заменяйте идеи, продукти от Протокола Герсон. Давайте смело. С вас сме!

1. Купете органик кафе, умерено едро смляно от близкия биомагазин.

2. Купете 20 кг. Моркови; 20 кг. ябълки сорт Грени Смит (в никакъв случай други), те са зелени; 10 къдрави марули, не айсберг; 3 кг. домати, няколко глави и стръка целина; 10 кг. картофи от близкия биомагазин. Всички да са органик. Да не са гледани с пестициди. Така наречените био. В България са скъпи за стандарта на живот, но направете това усилие. Има време, ще се научите да се снабдявате със селски био продукти в последствие или дори да отгледате такива сами.

3. Купете уред за клизма от аптеката. Не балон, а такъв с кофа, маркуч и накрайник. Сварете кафе според рецептата от този наръчник и направете първата си клизма.

4. Поръчайте органик ленено масло, калиеви соли и инжекции от телешки черен дроб от интернет магазин.

Ето откъде може да поръчате добавките:

Институт Герсон България: www.gersonbulgaria.com. Предлага всички добавки. За цяла Европа е надежден доставчик и на инжекции от телешки черен дроб, както и на качествен витамин В12 Метил или Хидроксkobаламин.

В България цените на добавките са по-високи от тези в САЩ, но си заслужават заради по-евтината доставка, особено ако докупувате нещо, както и имайте предвид, че поръчките от САЩ излизат на същата цена, заради митата и ДДС, както и заради скъпата доставка през океана.

Обадете се на “Институт Герсон България” за помощ относно всички добавки.

5. Гледайте да не се разболявате. Не ходете по публични места и забравете да се храните навън.

6. Ако имате вана или корито, започнете да се къпете с малко количество дестилирана вода като се обливате. Ползвайте малко сапун от най-обикновения, домашен или най-добре кастилски. Водата да няма хлор. Т.е. да не е от тръбопровода.

7. Не спирайте терапията.

ОТПРАВНИ ТОЧКИ ЗА СТЕНА ПРОТОКОЛ ГЕРСОН

- Обмислете да направите подробни кръвни изследвания преди започването на Терапията
- Обмислете да направите Минерален анализ на косъм от коса преди започването на Терапията, защото може да се наложи да извършите хелация на тежки метали. Ако имате тежки метали и не извършите хелация, това ще пречи на Терапията да сработи
- Обмислете да добавите Хомеопатия. Ефектът на Терапията се усилва по този начин
- Не използвайте тритикале (изкуствено създаден сорт, кръстоска между пшеница и ръж), което е описано в някои от рецептите на книгата “Терапията Герсон - доказаната хранителна програма за лечение на рака и други “нелечими” заболявания” с оригинални автори Charlotte Gerson и Morton Walker, D.P.M., превод на български Илиан Емилов, изд. през 2012 год. от изд. “Изток-Запад”. Вместо това използвайте библин.
- Обмислете полу-безглутенова алтернатива на Терапията. Т.е. с използването на лимецов хляб /той е с лек вид глутен и е с намалено съдържание/ и премахването на всички храни, съдържащи глутен. Овесените ви ядки трябва да се купуват без глутен в такъв случай.
- Обмислете безглутенова алтернатива на Терапията. Т.е. без използването на хляб от ръж и/или лимец. Овесените ви ядки трябва да се купуват без глутен в такъв случай. Премахнете всички храни, съдържащи глутен.
- Винаги където пише незалепващо покритие имайте предвид, че това говори за тефлон или алуминий. Да страня от него. Ако в някоя рецепта видите “незалепващо покритие” да го смените с

огнеупорно стъкло тип “Pyrex”. Продават го във Магазин “Хит” Люлин и Младост.

- Лененото масло да не се ползва за готвене. Да не се ползва за намазване на тави. Когато се загрее, то става вредно. Каквото и да става не превишавайте дневната доза на лененото олио, според индивидуалния ви протокол (обикновено това е 2 с.л./ден през първия месец от началото на Терапията и после по 1 с.л./ден).
- Инжекциите не са нещо плашещо.
- Инжекциите да се бият в Глутеус Медиус, а не в Глутеус Максимус, както повечето сестри правят. Д-р Герсон е установил, че там е по-безболезнено.
- Вложението в Терапия Герсон е много на куп в началото, особено за нас българите. И във финансов и във волеви аспект. Това не бива да ни отчайва, защото захващането с такава терапия е начин на живот. Начин, който хората ако са приели, в последствие са спечелили много: организираност, финансова облага от въздържането на масовите за населението “не толкова полезни” храни.

