

Vad betyder immunitet för dig?

CNM massage

Vi vet att det finns andra
massagemetoder
men förstår inte varför!

www.cnmassage.se

Nemo me impune lacessit - "Ingen provocerar mig ostraffat"

Ständig retning är lika med ett alert immunologiskt svar på patogena organismer eller deras avfallsprodukter. Immunförsvarets primära uppgift tycks därför vara att motverka främmande proteiners skadeverkningar i organismen. Med detta i minnet, skulle man kunna säga att immunförsvarets uppgift inte enbart gäller kroppsfrämmande bakterier och virus, utan alla i ekomiljön förekommande proteiner. Immunförsvaret behöver således inte alltid skruvas upp till maximal verkan, på grund av en ständigt pågående tillvänjning till de i ekosystemet förekommande proteinerna. Ganska logiskt, eller hur? Vad händer med immunförsvaret, när människan inte utsätts för en daglig påverkan av dessa påfrestningar? Troligtvis blir de som inte dagligen utsätts för retningar, påverkade på något allvarligt sätt, förslagsvis utveckling av allergier?

Vad är immunitet?

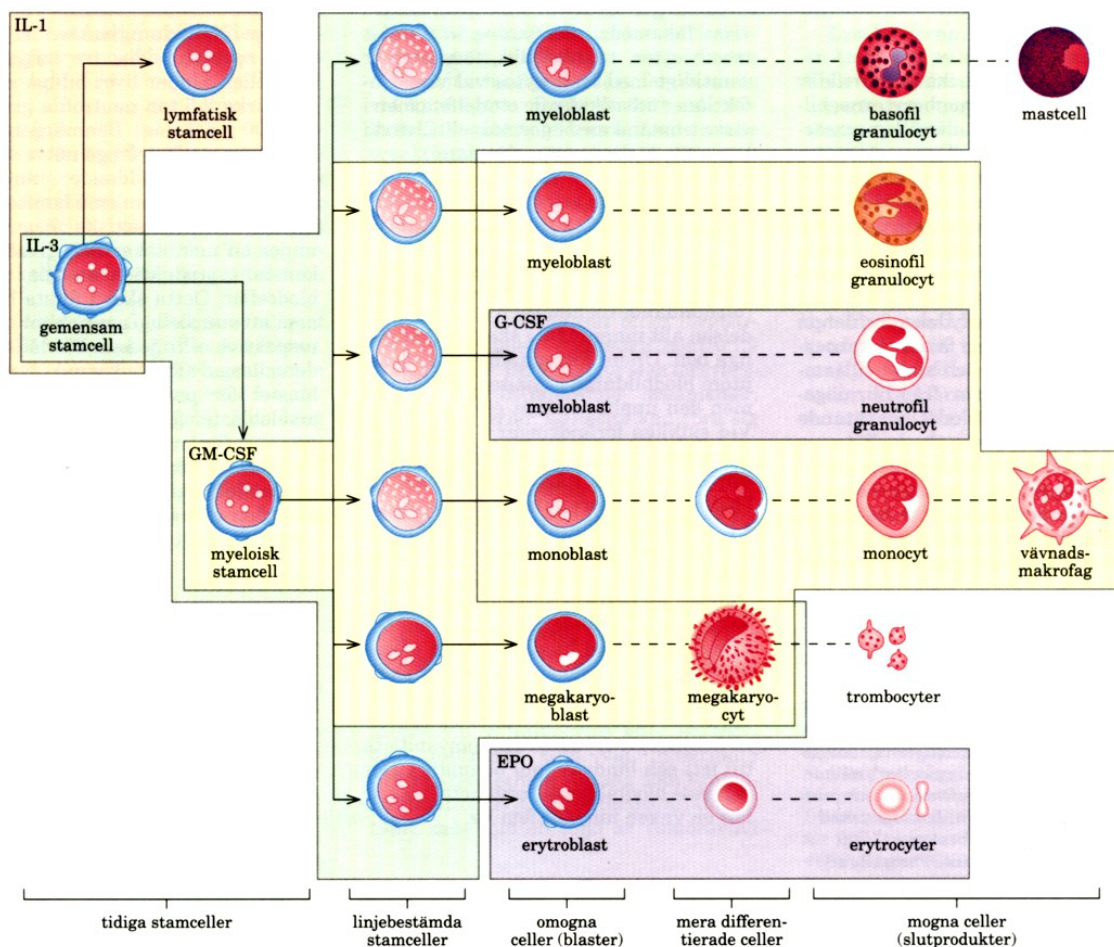
Immunitet betyder i medicinska sammanhang motståndsförmåga, resistens, mot främmande material och mikroorganismer. Immuniteten utvecklas av de celler som bygger upp immunsystemet, och den är svaret på kontakt med främmande ämnen. Dessa kroppsfrämmande ämnen kallas "**antigener**". Substanser som reagerar med immunsystemets celler, men ensamma inte kan framkalla ett immunsvår, kallas för "**haptener**". En förutsättning för immunförsvarets kompetens att snabbt svara på kroppsfrämmande ämnen, är det faktum att det måste ha blivit utsatt för "sjukdomen" ifråga. Det senaste experimentet med vaccination mot svininfluensa, satt fokus just på detta faktum. Människor som tidigare gått igenom någon influensaform, blev inte sjuka eller fick åkomman bara lindrigt. Numera vet man att en genomgången influensa kan framkalla ett mycket snabbare immunsvår hos dessa individer, än andra som ännu inte gått igenom prövningen.

Vad är naturlig immunitet?

Förhållandet mellan förmågan att infektera en individ (virulensen) hos en mikroorganism och världens förmåga till resistens (motståndskraft) blir avgörande om en infektion skall uppstå eller inte. Är värden svag (närlingsbrist), kan även lågvirulenta organismer etablera sig. Även om värden är välrustat, kan häftiga reaktioner uppstå vid mötet med virulenta mikroorganismer. Ibland kan immunologiska reaktioner pågå i kroppen trots att förutsättningarna egentligen inte är särskilt goda. De går då på sparlåga och resulterar sällan i ordentligt tillfrisknande. Dessa kan ge sig tillkänna som allergiska eller autoimmuna "symtom", kronisk trötthet, etc. Någon läkningsreaktion har då inte kommit igång. Reglersystemet avvaktar oftast att förutsättningarna förbättras, innan immunreaktionen utlöses. Detta kan inträffa t ex när utrensningsorganen är skadade och har låg kapacitet för blodrening, cirkulation eller syretillförsel är undermåliga, vätsketillgången eller energitillgången är knapp, näringsdepåer är tömda eller en kraftig skadereaktion pågår i kroppen.

Immunförsvarets uppbyggnad

Vi kan lugnt konstatera att det mänskliga immunförsvaret har under årmiljonerna, genomgått en oavbruten utveckling och anpassning till förändringar i ekomiljön. Denna utveckling har ingalunda avstannat. Tvärtom, det tycks ske en accelererad utveckling, baserad på faktorer som mänskligheten själv har provocerat fram. De mest framträdande faktorerna är troligtvis den omfattande medicineringen av barn och superhygien som resulterar i en undermålig retning av immunförsvarets celler. Dessa celler utvecklas utifrån en och samma stamcell. Den tidiga utvecklingen styrs mestadels av olika vävnadshormoner och celldelningar. Därefter sker en inskolning av cellerna som leder till specifika egenskaper. Antikroppsproducerande B-celler utvecklas i lymfatisk vävnad, T-celler i thymus, osv. Hela processen är beroende av en optimal ämnesomsättning (tarmhälsa, näringsstatus), en välfungerande cirkulation, syresättning och avgiftning.



Inskolning i tarmsystemet

Tillförsel av olika ämnen till kroppen sker mestadels via munnen. Det är också det enda sättet som individen kan kontrollera med intellektet. Blindtarmens maskformiga bihang är en viktig inskolningsstation för immunförsvarscellerna. Detta bihang opereras ofta bort, vilket innebär att andra cellsystem måste engageras av kroppen, för att upprätthålla kvalitet och arbetsförmåga av försvarscellerna. Till viss del kan små, i tarmväggarna insprängda, lymfatiska cellsystem ta över detta viktiga arbete. En av följderna kan vara att dessa öar utsätts för ständiga inflammatoriska processer. På sikt kan detta innebära en försämrad förmåga att ta upp näring genom

tarmväggen. Varför inte framföra detta tillstånd som en trolig teori som orsak till IBS eller Crohn's syndrom? Dessa besvärande tillstånd som många människor lider av i onödan, anges relaterade till en inre sjuklig anledning (läkarboken). Detta resonemang tycks leda till tankar om uppkomsten av sjukdomstillstånd, man inte kan förklara. Rättare sagt att skadetillfället skulle primärt kunna hänföras till störningar i tarmsystemet.

Vad kan tänkas störa tarmhälsan?

För individen är kanske det viktigaste att känna in och uppmärksamma symtomen som kan vara mycket diffusa i början, men återkommer med jämna mellanrum mer eller mindre intensiva. Dessa symtom kan vara följande:

- ✚ Varierande smärta över ett ganska stort område och över hela magen.
- ✚ Svullet mellangärde med obehags- och trånghets känsla. Tillståndet kan upprepas så gott som efter varje måltid, oavsett vad man intagit.
- ✚ Luftproblem med stort rapbehov, toabesök kan ibland lindra.
- ✚ Ömsom diarré eller förstoppning, långvariga och återkommande
- ✚ Besvär i övre delen av matsmältningskanalen och halsbränna
- ✚ Viktförändringar, uppkastningar, feber och röda blodstrimmor i avföringen är andra olustiga symtom som kan förekomma.
- ✚ Dysfunktionell bakterieflora med konsekvenser för hud och nervsystemen.

Vi pratar fortfarande om skador som med tiden leder till symtomsättning av varierande grad och diagnosticering av en så kallad sjukdom, man inte kan göra någonting åt. För att överhuvudtaget ha en chans att förstå, vad som händer och varför, ska vi först gå igenom några intressanta kriterier.

Skade- och läkefas

Kroppen kan inta två motsatta tillstånd som inte kan inträffa samtidigt. Den ena fasen är skadefasen (läs stressfasen). Tillståndet kännetecknas av kallt, blekt, stelt, sover dåligt och har dålig aptit. Smärtförnimmelser är sällsynta och individen mår ganska bra. Vi kan bara konstatera att kroppen är utsatt för stort slitage och dålig återhämtning. Kroppen utarmas på innehållet i sina näringsdepåer som med tiden genererar allt från energibrist till bristande produktion av viktiga proteiner. När kroppen inte får återhämta sig med jämna mellanrum, kan stressfasen inte upprätthållas längre och den motsatta fasen – läkefasen – inträder med buller och bong!

Nu är man "sjuk" – varm, röd, svullen, öm, utsöndrar mycket, äter som en häst och kan vara jättetrött. Framför allt upplever individen ömhet och smärta, vilket i många fall leder till en omfattande medicinering. Feber ger stora fördelar i det kemiska läkearbetet (1 grads temperaturhöjning ger 15 % ämnesomsättningshöjning), den röda färgen antyder en öppen och väl fungerande cirkulation, svullenheten ger lokalt mera vätska och spär ut gifthalten i kroppsvätskorna, ömhet och smärta indikerar att läkearbetet inte ska avbrytas och slutligen är utsöndringen en nödvändig konsekvens i avgiftningsarbetet. Så gott som varje kemiskt ämne som tillförs kroppen i detta stadium, avbryter läkearbetet och återför kroppen till fas 1, skadefasen. Smärtan försvinner förvisso i de allra flesta fall, men försvagningen i området som skulle läkas, består.

Vad är en inflammation?

Läkefas kan jämföras med inflammation som kroppen initierar till efter en skada. Med andra ord, en inflammation är en mycket positiv process i återställningsarbetet. Men säger du, vad är då en kronisk inflammation? Därför är det nödvändigt att definiera ordet inflammation. Föreställ dig att du slår dig på tummen med en hammare, ingen ovanlig situation. Nu kan du uppleva inflammationens alla faser, från rött (blått), över svullet, varmt och mycket ömt. Ömheten är som en påminnelse att du ska vara försiktig med hammaren och inte skada tummen igen, innan den är utläkt. Vad som är hammarslaget som drabbar mag-tarmsystemet, är inte alltid lätt att förstå. Eller kan det vara så att vi i okunskap slår oss själva fördärvade, om och om igen? Det låter nästan så ibland, när aktiverter berättar om sina problem och plötsligt upptäcker, att den största orsaken till problemen är det liv de lever.

Pendlingen mellan skade- och läkefas kan vara en av förklaringar till att man ibland mår bra och ibland helt oförväntat, får problemen tillbaka, oftast i förvärrat skick. Det är precis det som händer och kallas mycket riktigt för "det skovvisa förloppet" av en sjukdom. Inte för att det leder till förståelse i första hand, mest för att övertyga och motivera aktiventen till nya mediciner (bromsmediciner hindrar återfall i läkefasen). Frågan är inte "vilka undersökningar man gör i ett kroniskt tillstånd", utan uppställningen av de frågor som ska leda till svar och förståelse av "sjukdomen". Antalet gånger man ställer standardfrågor som vanligtvis ger liknande svar, kan inte vara relevanta, man måste tänka till och ställa nya frågor som förhoppningsvis kan ge nyanserade analysresultat. Så är sällan fallet, så vitt du inte är intressant för forskningen!

Smärttillstånd i magområdet

Helt plötsligt kan vi förstå, varför smärtan kan förnimmas över hela magområdet (tunntarmen är ca 6-7 meter lång, tjocktarmen ca 1½ meter). Tillstånden pendlar mellan skade- och läkefas. Som regel anser "vetskapen" inte att tillståndet är oroande för patienten, utan medicineras gladeligen med olika inflammationshämmande preparat. Har du läst in föregående avsnitt, förstår du att läkningen avbryts och smärtan försvinner mestadels. Skadorna kvarstår och kan åter blomma upp, när den kemiska substansen lämnat kroppen. Detta sätt att betrakta och behandla uppkomna problem, leder sällan till bot. Orsakerna till inflammatoriska processer kvarstår och skadorna består utan läkning. Irriterad tarm är en vanlig diagnos, en etikett som inte innehåller någon form av prognos, på vilket sätt tillståndet ska botas – enligt expertisen, orsakat av en inre, okänd anledning!!



Spänd och svullen över magen

Detta är ett intressant område som var och varannan aktivent uppger som regelbunden upplevelse. Vanligtvis uppfattar individen tillståndet förvisso som obekvämt, men i brist på jämförelsematerial med andra människors magar, upplever man ganska uppgivet att så ska magen vara. Den allopatiska expertisen menar att du har svält för mycket luft, eftersom gasbildning i samband med upplevelsen är en vanlig påföljd. Det är heller inte ovanligt med oregelbunden avföring och diarré eller förstoppning. Inget att oroa sig för, menar sakkunskapen. Man kan bli förvirrad av mindre!