



OŠ Olge Meglič Ptuj

REPUH NI OD MUH

Biologija

Raziskovalna naloga

Avtorice: Tina Turk
Lara Maher
Melani Fajt
Mentor: Slavica Marušek
Somentor: Peter Majcen

Ptuj, 2013

ZAHVALA

Zahvaljujemo se našima mentorjema, gospe Slavici Marušek, predvsem za napotke in usmerjanje pri našem delu gospodu Petru Majcnu pa za pomoč pri računalniški izdelavi naloge.

Zahvaljujejo se tudi mag. Renati Debeljak za lektoriranje naloge in pripravo na predstavitev ter mag. Vojku Jurgecu za prevod povzetka v angleščino.

Zahvalile pa bi se rade tudi gospodu Vitku Švikartu, ki nam je podal veliko znanja o zelišču repuh.

KAZALO

ZAHVALA.....	2
KAZALO	3
POVZETEK	4
ABSTRACT	4
1 UVOD	5
2 TEORETIČNI DEL.....	6
2.1 Zelišča	6
2.1.1 Zgodovina vede o zeliščih	6
2.2 Repuh	7
2.2.1 Sestavine.....	8
2.2.2 Učinki	8
2.2.3 Uporaba repuha	8
2.2.4 Stranski učinki.....	9
2.2.5 Repuh včasih.....	9
2.2.6 Raziskave o zdravilnosti repuha	9
2.2.7 Zdravljenje z repuhom nekoč	10
2.3 Rak	11
2.3.1 Vzroki za raka.....	12
2.3.2 Sodobne metode zdravljenja raka.....	12
2.3.3 Naravne metode za ozdravitev raka.....	13
3 EMPIRIČNI DEL.....	14
3.1 Metodologija	14
3.2 Izlet v Lovrenc na Pohorju	14
3.3 Intervjuji	17
3.3.1 Ugotovitve intervjujev	19
4 REZULTATI IN RAZPRAVA.....	21
5 ZAKLJUČEK/SKLEPI	22
6 VIRI IN LITERATURA	23

POVZETEK

Glavni vzrok za našo raziskavo zelišča repuh, predvsem pa njegove zdravilnosti pri rakastih obolenjih, je strmo naraščanje števila bolnikov z diagnozo rak. Želele smo preveriti govornice, da repuh zdravi raka. V teoretičnem delu raziskave smo izvedele, da repuh zdravi veliko bolezni: težave z ledvicami, jetri, prebavne težave, prehlade, alergije, astmo, žolčne kamne, migrene, artritis ... V številnih raziskavah o repuhu so namreč nekoč dokazovali, da repuh preprečuje migrenske napade, rast tumorjev in mutacije v celicah, na kar je opozarjal že priznani zeliščar A. Vogel. V praktičnem delu raziskave smo obiskale gospoda Vitka Švikarta, izkušenega zeliščarja iz Lovrenca na Pohorju, ki ima veliko znanja o repuhu in z njim zdravi rakasta obolenja pri številnih bolnikih. Glavni namen naše naloge je bil preveriti učinkovitost repuhove tinkture pri bolnikih z rakom, zato nam je zaupal tudi telefonske številke ljudi, ki so se zdravili z repuhom. V praktični raziskavi smo preko telefonskih pogovorov z bolniki ugotovile, da je repuhova tinktura pri pravilnem doziranju in uporabi pomagala večini rakavih bolnikov, uspešnost zdravljenja je bila večja v začetnih stadijih bolezni, verjetnost ozdravljenja pa ni odvisna od vrste karcinoma. Rezultati, ki smo jih dobile, nedvomno pričajo o tem, da si repuh čim prej nedvomno zasluži temeljite znanstvene raziskave.

Ključne besede: repuh, rakasta obolenja, raziskave, zeliščarstvo, zdravljenje.

ABSTRACT

The main motivation for our research of Common Butterbur (*Petasites hybridus*), and especially its healing powers, was a local patient diagnosed with carcinoma. He has healed his disease naturally using Common Butterbur. In the theoretical part of the research paper, we list different health problems which can be treated with Common Butterbur: kidney and liver problems, indigestion, colds, allergies, asthma, gallstones, migraine, arthritis, etc. Several researches have shown that Common Butterbur prevents migraine, tumour spread and cell mutations, which was also previously pointed out by an acknowledged herbalist Alfred Vogel. For the empirical part of our research paper, we visited Mr. Vitko Švikart, an experienced herbalist from Lovrenc na Pohorju, who is an expert on the subject of Common Butterbur and uses it for healing cancer. The main purpose of our paper was to ascertain the efficiency of Common Butterbur tincture in cancer patients. Mr. Švikart provided us with contacts of the patients treated with the aforementioned tincture. In telephone conversations with them, we found out that when Common Butterbur tincture was used in appropriate dosages, it helped most of the cancer patients. The success rate was higher with the patients whose cancer was in earlier stages. We also found out that with the patients who had not used an appropriate dosage of the tincture, there was no success in healing or even worse – there were negative consequences, such as liver damage, bleeding, etc. The results that we obtained undeniably suggest that Common Butterbur deserves a thorough scientific research.

Keywords: Common Butterbur, cancer, research, herbalism, healing.

1 UVOD

Naše splošno področje je biologija, znanstvena veda o življenju. O repuho smo želele izvedeti čim več podatkov, a predvsem smo bile osredotočene na podatek, da repuh zdravi raka. Za raziskavo o repuho smo se odločile tudi zaradi vedno večjega števila onkoloških obolenj. Za začetek smo se pozanimale o njegovih osnovnih podatkih, nakar smo se odločile obiskati gospoda Švikarta, ki nam je povedal nekaj svojih izkušenj o uporabi repuha. Kasneje smo opravile intervju z nekaterimi ljudmi, ki so se tudi zdravili z repuhom in govorile o njem z magistro farmacije, gospo Andrejo Emeršič. Domnevale smo, da bomo s podatki, ki smo jih dobile, imele dovolj informacij, da se prepričamo o zdravilnosti repuha, predvsem na področju raka. Raziskave so pokazale, da repuh preprečuje migrenske napade in mutacije v celicah, uspešen je bil njegov učinek pri senenem nahodu, deluje anti-alergijsko in protivnetno, dokazano pa je bilo tudi, da ne povzroča zaspanosti, kar je bilo do sedaj navedeno v stranskih učinkih.

2 TEORETIČNI DEL

2.1 Zelišča

Zeliščarstvo je uporaba rastlin za zdravljenje raznih bolezni. Zeliščarstvo delimo na:

- Klasično (izhaja iz izkušenj naših prednikov).
- Moderno, znanstveno fitoterapijo (znanstveno dokazana učinkovitost zelišč, iz katerih izdelujejo zdravila).

Ljudje se že od nekdaj zavedamo zdravilnosti raznih zelišč, ampak v zgodovini zeliščarstva so se ljudje zgledovali po živalih, saj sami niso imeli dovolj izkušenj. Opazili so, da živali, ki so bolne – ranjene, nagonsko poiščejo rastline, ki jim pomagajo ozdraveti. Razvilo se je zgodnje, šamansko zeliščarstvo.

Samostansko zdravlilstvo na Slovenskem:

- Žiče – v nekdanjem kartuzijanskem samostanu imajo bogat zeliščni vrt, iz katerih izdelujejo zdravila, ki jih imajo v zeliščni lekarni.
- Olimje – bratje minoriti nadaljujejo delo redovnikov Pavlincev, pripravljajo razne zeliščne čaje, mazila in tinkture.
- Stična – v samostanu nadaljuje izročilo najbolj znanega slovenskega zeliščarja Simona Ašiča. Pripravljajo 24 čajnih mešanic, 10 vrst mazil in 10 tinktur. Na zalogi imajo 150 zdravilnih zelišč.

(Wikipedija, 2012)

2.1.1 Zgodovina vede o zeliščih

Še pred slabimi dvesto leti so bila naravna zdravilna sredstva edina, ki jih je imel človek na razpolago. Za prvo rabo polaganje listov in žvečenje plodov ali korenin. Pri tem so najverjetneje poslušali svoj notranji čut. Podobno vedenje opazimo tudi pri živalih: nagonsko dajejo prednost koristnim rastlinam in se izogibajo tistim, ki jim škodujejo. Na osnovi teh opazovanj se je razvilo zgodnje šamansko zeliščarstvo. V antičnih religijah je bil za oskrbo ljudi z zdravili največkrat odgovoren eden od številnih bogov oz. je veljal za stvarnika zdravil. V začetni dobi vere v demone in duhove so videvali na delu sovražne sile, za izgon katerih so bili potrebni zdravitelci s čarodejno prakso.

Kitajska

Medicina na Kitajskem ima zelo dolgo tradicijo in je sestavljena iz smeri, ki si nasprotujejo in se vendar dopolnjujejo. Iz Kitajske izvirata tudi akupunktura in akupresura. V tretjem stoletju pred našim štetjem se je razvila medicina sistematične analogije, ki je mešanica skrbnega opazovanja narave in teoretičnih zasnov. K tem se šteje razdelitev človeškega telesa na pet organov in tudi na načeli jin in jang, kar še danes velja v tradicionalni kitajski medicini.

Egipt

Bolnike so zdravili predvsem duhovniki, tako da so z verskimi obredi prosili bogove za ozdravitev. Mislili so, da bolezni povzročajo demoni oziroma zli vplivi. Zdravilna zelišča so gojili v tempeljskih

vtrovih, iz njih so v posebnem prostoru izdelovali prevretke, mazila in obkladke na osnovi piva, mleka, vina, in medu.

Grčija

V Grčiji je egipčansko zeliščarstvo dobilo nov zagon, saj so veliko zelišč prevzeli od njih. Zelišča so posvečali bogu Asklepiju, katerega s kačo ovita palica je še danes simbol zdravniškega poklica. Najznamenitejši predstavnik grške medicine je bil Hipokrat, ki je uvedel deljenje človeškega telesa. Telo je delil na štiri elemente – sokove: kri, sluz, črni žolč in rumeni žolč.

Rim

Tako kot so Grki nadaljevali egipčansko medicino, so Rimljani grško. Pred njihovim vplivom pa so Rimljani v zdravilne namene najpogosteje uporabljali čebulo, česen, blitvo, solato, zelje in zeleno. Med vplivnimi osebnosti so bili večinoma Grki ali pa so se v Grčiji vsaj izobraževali. Na žalost pa so nemiri med Kristjani in Grki, preseljevanje ljudstev, propad rimskega imperija poskrbeli za izgubo veliko medicinskega znanja.

Pomembnih držav za razvoj zeliščarstva pa še ni konec. Iz Mezopotamije izhajajo najstarejši zapisi o farmacevtski praksi. Babilonci so se sklicevali na psihosomatske metode, Indijci pa že tisočletja sledijo celostni zasnovi ajurvede (polnega življenja). Arabci so prevzeli veliko grško-rimskega znanja in ga izpopolnili z lastnimi pripravki in rastlinami perzijskega, kitajskega in indijskega izvora.

(Gruwald, Janicke, 2006)

(Wikipedija, 2012)

2.2 Repuh

Repuh je trajnica, grm, ki raste na močvirjih, vlažnih tleh. Spada v družino košaric. Cveti spomladi, cvet je vijoličaste ali roza barve. Na mestu, kjer boste spomladi opazili socvetja rdečega repuha, boste po koncu cvetenja našli velike okrogle zelene liste. Mogoče boste zasledili njegovo drugo ime: butterbur, ki izvira iz angleščine. To ime je dobil po tem, ker so včasih, ko še ni bilo hladilnikov, vanj zavijali maslo. Razširjen je po vsej Evropi, severni in zahodni Aziji in Severni Ameriki. Rastlina se v celoti nabira v naravi, droga pa nima velikega tržnega pomena.

Repuh ima dolge bele korenine. So podzemni del rastline, proti koncu cvetenja pa nabrani nadzemni del. Iz korenike v marcu ali aprilu požene pokončno, blede rožnato steblo, ki se do konca cvetenja kar dvakrat podaljša. Steblo je zgoraj nagubano in poraslo z velikimi listi. Listi so veliki tudi do 90 cm ter so pritlični in suličasti. Na spodnji strani imajo sive volnate laske. Cvetovi so cevasti, združeni v koške. Cvetni koški na cvetnem stebelu so sestavljeni samo iz ženskih ali moških cvetov. So močno dišeči in imajo grozdasto socvetje.

Poznamo tudi bel repuh, seveda ju boste z lahkoto ločili, saj ima ta bele cvetove. Bel repuh je strupen in se ga ne uporablja pri zdravljenju bolezni.

(Angerer, 2007)

(Kremer, 2007)

(Schonfelder, 2006)



Slika 1: Repuh.

2.2.1 Sestavine

Inulin (25–45 %), ki je glavna sestavina repuha, daje organizmu moč in regulira nivo sladkorja v krvi. Poleg tega pa služi kot moderator za bele krvne celice. Sluzi (5–15 %), flavonoidni glikocidi, grenki glikocidi, beta-sisterol, rastlinski hormoni, vitamin B2, koencim Q 10, esencialna olja, železo, magnezij, krom, silikon, cink, natrij, kalcij, tiamin, kisline, škrobi, pirolizidinski alkaloidi ... Spojine, ki delujejo zdravilno. V repuhu sta poleg mnogih drugih pomembni tudi petasin in isopetasin.

(Hrana kot zdravilo, 2012)

2.2.2 Učinki

Obnavlja in čisti kožo, kri, tkivo in organe, stimulira izločanje urina, žolča in transpiracijo, znižuje krvni sladkor, blažilno učinkuje na ledvice, črevesje in na limfni sistem, proti glivično, preprečuje vnetja, odvajalno, preprečuje nastanek novotvorb, ublaži bolečine. Izboljšuje tudi delovanje pljuč. Topne sluzave vlaknine, ki so prisotne v korenini repuha, skrajšajo čas prehoda hrane skozi črevo, absorbirajo toksine iz črevesja, obnovijo črevesno floro in imajo ugoden učinek na mukozne membrane v črevesnem kanalu. Polieni, ki so prisotni v repuhu, se v koži pod vplivom ultravijolične svetlobe spremenijo v močne proti bakterijske in proti glivične snovi. Petasin pomaga pri urejanju pretoka kalcija, zaradi česar je uspešen pri preprečevanju glavobolov, nadzoruje pa tudi krvni tlak.

(Hrana kot zdravilo, 2012)

2.2.3 Uporaba repuha

Repuh se uporablja v fitoterapiji (za alergije, vročino, oteženo dihanje, kot diuretik, akutna bolečina, sečni kamni, alergije, migrene in težave s kožo), zaužije se posušena korenina z etanolom in oljem. Uporabljajo pa ga tudi mnogi zeliščarji, verjetno za zdravljenje raka. Repuh se uporablja za zdravljenje

mnogih drugih bolezni in zdravstvenih težav: težave z ledvicami, kamni v mehurju, nedelovanje jeter, kamni na žolčniku, lažji primeri diabetesa, visok krvni holesterol, sifilis, izpadanje las, prebavne težave, bolečine zaradi raka, kašelj, ateroskleroza, nespečnost, živčnost, zaradi analgetikov se uporablja tudi za zdravljenje artritisa in revmatične bolečine, seneni nahod, migrenski napadi. Uporablja se tudi za zdravljenje želodčnih težav in peptične razjede. Celo kožne težave kot so rane in izpuščaji je mogoče pozdraviti s pomočjo repuha. Prav tako je znano, da repuh spodbuja tek. Pri navedenih zdravstvenih težavah se uporabljajo različni deli rastline (korenina ali listi), pripravljene na drugačen način pri posamezni bolezni. Zaužijejo se lahko kot tableta, prah, tinktura, kapljice ali kapsul. Mislim pa, da bi repuhova tinktura, ki smo jo opisale, odpravila večino teh bolezni. Največkrat je uporabljen kot izvleček. Uporabna pa so tudi semena, kot tonik za ledvice.

Repuh se uporablja tudi v farmaciji za različna zdravila, največkrat v obliki tablet proti migrenam, a ne pri nas. To smo tudi preverile in ugotovile, da v naših lekarnah zdravila ne vsebujejo sestavin repuha. Pri nas ga uvrščamo v skupino rastlin Z (registrirana zdravila, ki se ne predpisujejo na recept). Se pa prodajajo mnoga zdravila po spletu z izvlečkom repuha.

2.2.4 Stranski učinki

V kliničnih raziskavah so poročali o neželenih učinkih kot so utrujenost, povišana aktivnost jetrnih encimov in srbenje. Piše tudi, da zaradi pirolizidinskih alkaloidov, ki poškodujejo jetra, zdravila ne bi smeli uživati otroci in nosečnice. Tukaj je treba poudariti, da seveda ne govorimo o istem postopku pridelovanja zdravila, saj ko repuhove korenine sušimo, iz njih izhlapijo strupene snovi, tako da je naša tinktura po vsej verjetnosti varna za uporabo. Pomembno je tudi, da ne vzamemo prevelikega odmerka. Pomislimo pa lahko tudi na to, da zdravniki in farmacija nočejo priznati zdravilnosti nekaterih zelišč, saj morajo njihova zdravila v prodajo – predvsem pa repuha, ki bi lahko zdravil raka- enega najpogostejših vzrokov za smrt v današnjem času.

(Zdrav planet, 2008)

2.2.5 Repuh včasih

Že v srednjem veku je nemška zeliščarka Hildegarda von Bingen uporabljala repuh kot zdravilo za maligne tumorje. V ljudskem zdravilstvu je bil najprej znojilno, diuretično in izkašljevalno sredstvo, sveže liste pa so polagali na rane in vneto kožo. Uporabljali so ga celo za zdravljenje kuge. Stoletja kasneje se je ta uporaba razširila v Kitajsko, Rusijo, Indijo in Ameriko. Od leta 1930 do 1950 je bil repuh sestavina v alternativni terapiji proti raku, ki jo je uporabljal Američan Harry Hoxsley. Danes repuha ne najdemo več na listi med zelišči, ki se največkrat uporabljajo za zdravljenje raka, se pa uporablja za zelo veliko drugih zdravstvenih težav.

(Hrana kot zdravilo, 2012)

2.2.6 Raziskave o zdravilnosti repuha

Opravljenih je bilo že kar nekaj raziskav okoli zdravilnosti repuha z različnimi boleznimi, ki so pozitivno presenečale. Zelo čudno pa je, da ga kljub temu dokončno ne potrdijo kot zelišče, ki se bi lahko uporabljalo tudi v farmaciji. Vprašanje je le zakaj?

Repuh naj bi preprečeval migrenske napade, kar je pokazala tuja klinična raziskava, v kateri je sodelovalo 60 ljudi. Uporabili so izvleček repuha, ki je bil uspešnejši od placeba.

Izvleček repuha je preiskovalo tudi švicarsko podjetje v sodelovanju z eno od mariborskih fakultet, in sicer njegov učinek pri senenem nahodu. Izkazal se je za zelo uspešnega, vendar je rezultate obeh raziskav potrebno še dodatno potrditi.

Leta 1970 je G. Dombradi označil kemično snov arctigenin, ki je ena izmed sestavin v repuhu kot snov, ki preprečuje poskus rasti tumorjev. V raziskavah se je pokazalo, da repuh deluje anti-alergijsko in protivnetno.

Študija K. Morita, objavljena v Mutation Research leta 1984, dokazuje, da repuh preprečuje mutacije v celicah, izpostavljenih kemičnim snovem, ki le-te povzročajo.

Raziskava v British Medical Journal je pokazala, da repuh v resnici ne povzroča zaspanosti, saj je to bilo večkrat napisano kot stranski učinek.

2.2.7 Zdravljenje z repuhom nekoč

Zelo osupljivo je, da so nekoč repuh uporabljali v zdravniške namene veliko bolj kot dandanes in hkrati tudi poznali veliko več njegovih pozitivnih učinkovin ter ga znali pripraviti na način, da je bolniku najbolje pomagal. Vse to in še drugo so vedeli o repuhu nekoč, ko še ni bilo vseh najrazličnejših preparatov in orodij za prepoznavanje zdravilnosti rastlin. Njegovo neverjetno zdravilnost je v svoji knjigi *Ljudski zdravnik* opisoval celo dr. Alfred Vogel, ki je že takrat verjel v osupljivo učinkovitost te preproste rastlinice.

Repuh kot zdravilo so v sodobnejšem času prav tako začeli raziskovati strokovnjaki, vendar kolikor več so se ukvarjali s to nenavadno korenino, tem bolj so začeli iskati njene stranske učinkovine. A kljub temu so nekoč poznali kar nekaj pripravkov in zdravil, ki so vsebovala repuh.

Petasites

Nekoč so že vedeli, da gre za močno zdravilo, zato ga vsi ljudje niso prenesli v tinkturi. Pogosto so ga razredčili v D1 ali D2 ali še večjo razredčino. Zdravilo naj bi zelo dobro delovalo pri tumorjih, bulah in vseh patoloških spremembah v celicah, predvsem pa pri bulah, ki so de sprevergle v raka. *»Kdor se pri tumorju ali tudi pri rakavi bolezni premočno odziva na zdravila, ga mora brezpogojno jemati v razredčini. Prav tedaj, kadar je odziv močan, pa to dokazuje, da je človek izbral pravo zdravilo. Močan odziv je dobro znamenje«* (Dr. A. Vogel, *Ljudski zdravnik*, MK-LJ, 1975). Zdravilo se je imenovalo petasites, kakor je tudi latinsko ime repuha. Po takratni metodi naj bi zdravilo iz repuha jemali po eno kapljico v 2 dcl vode in jih spili po požirkih čez dan. To bi počeli 8–10 dni. Nakar bi se nam organizem že toliko navadil na zdravilo, da bi ga smeli jemati po eno kapljico v le 1 dcl vode. Če pa ob tem mine še 8 dni, pa lahko eno kapljico pomešamo le v ½ dcl vode. In tako si bomo lahko sčasoma pripravili še močnejše zdravilo.

Petador

Petador ali repuh v tabletah naj bi pomagal proti bolečinam, zlasti glavobolu, migreni, krčih med menstruacijo in celo pri bolečinah zobnega živca, ranah itd. Nadaljnje raziskave pa so pokazale, da pozitivno učinkuje tudi pri debelosti in vodenici. Petador je bil docela neškodljiv, kar pa dokazuje dogodek iz Graubundna, kjer se je človek naveličil življenja in pogoltnil 80 tablet Petadorja v upanju, da bodo njegove bolečine izpuhtele. Tukaj je tudi dokaz, da je bil petador popolnoma neškodljiv, saj zdravnik svojemu pacientu ni rabil niti sprati želodca, pa je bilo s pacientom kljub temu vse v redu.

Petador pa ni deloval tako hitro kot druga kemijska zdravila. Pri približno 50 % vseh pacientov je sorazmerno hitro pomiril bolečine, pri 30 % pa nekoliko počasneje, tako da je začel delovati pri krčih

ob menstruaciji ali pri migreni približno uro po jemanju. Pri nadaljnjih 10 % bolnikov, posebno pri rakavih bolnikih, pa je deloval šele po treh dneh, tedaj pa močneje kakor morfij. Le 10 % pacientov se je na zdravilo odzivalo le slabotno ali se sploh niso odzivali. Najhitreje pa je deloval takrat, če ga je pacient nekaj sekund pustil na jeziku, da se je raztopil in pomešal s slino, saj se je na tak način lažje vsrkaval.

Petador pa naj bi tudi pomagal proti bolečinam pri zasvojenosti z narkotičnimi tabletami. Kdor naj bi vsako uro vzel tableto, se je že v nekaj tednih docela odvadil mamila. Celó pri hudih napadih migrene z značilnim bljuvanjem žolča, ko je človek leta in leta jemal vsakovrstna kemijska zdravila, je lahko Petador pomagal že v sorazmerno kratkem času.

Asthmasan

Zraven repuha je to zdravilo vsebovalo tudi dva izvlečka tropskih rastlin, ki sta antispazmolitika. Učinkovalo je predvsem pri astmi in včasih pomagalo celo v primerih, pri katerih niso zalegla niti najmočnejša kemijska sredstva. »*Nadvse razveseljivo je, da to rastlinsko zdravilo ne nudi le trenutne pomoči, temveč sčasoma bolnika celo ozdravi*« (Dr. A. Vogel, Ljudski zdravnik, MK-LJ, 1975).

Petaforce

Petaforce je zdravilo iz repuha, katerega so uporabljali izrecno za zdravljenje raka. Pri kirurško ozdravljenih bolnikih, ki so jim dajali izvlečke repuha, ni bilo več metastaz, kar je dokazovalo veliko učinkovitost repuha celo pri raku. Prav tako so dokazali tudi, da z dajanjem repuha omilijo neznosne bolečine, ki se začno pri bolnikih z napredovalnim rakom, ko niti vbrizgi morfija niso več zadostni. Petaforce pa naj bi uporabljali vsi bolniki z rakavo boleznijo, seveda zraven zdravljenja, ki jim ga je predpisal zdravnik. Daljne raziskave opravičujejo misel, da je bil Petaforce vsakemu bolniku z rakom zelo v pomoč in da je močno zmanjševal nevarnost raztrosa rakavih celic ter bistveno izboljšal bolnikovo počutje, kar pa je prinašalo tudi upanje na ozdravljenje. Tudi Petaforce, kakor Petador je popolnoma naravno neškodljivo zeliščno zdravilo, ki ne povzroča nobenih stranskih učinkovin. Kljub velikim željam, tudi dr. A. Vogla, da bi Petaforce v prihodnosti uporabljali za reševanje problemov raka, se to ni uresničilo, saj smo odšle v lekarno in izprašale, če poznajo kakršnokoli zdravilo, ki vsebuje izvleček repuha. Vendar se je izkazalo, da takšnih zdravil že dolgo ni več na lekarniških policah.

(Špringer, 2003)

(Vogel, 1975)

(Mitax)

2.3 Rak

O raku govorimo takrat, ko se celice nenadzorovano delijo in napadajo druga tkiva. To je posledica poškodbe DNK oziroma mutacije genov. Zanimivo je, da za nastanek raka ni vedno krivec mutacija: pri nekaterih živalskih vrstah, kot sta domač pes in tasmanski vrag, se lahko rakave celice prenesejo iz drugega organizma z slino in drugimi tujki. To se zgodi le pri živalih, katerih DNK je tako soroden, da celica ne prepozna vsiljivca. Tumor je lahko malignen (rakotvoren) ali benignen (nerakotvoren). Širijo se le maligni tumorji.

(Wikipedija, 2013)

2.3.1 Vzroki za raka

Veliko rakov se pojavlja naključno, jasnega vzroka za njihov nastanek ne poznamo.

- **Prehranjevanje:** pri uživanju hrane z veliko nasičenih in živalskih maščob se dokazano poveča verjetnost, da se bodo pojavile nekatere vrste raka, zlasti rak debelega črevesa. Tudi preobilna beljakovinska prehrana poveča možnost raka. Škodljivo je tudi kronično zaprtje in druge prebavne težave. Barvne arome, sredstva za konzerviranje, razna zdravila, kemoterapevtiki, rastlinska škropiva in umetna gnojila, ki se skrivajo v naši prehrani, tudi pripomorejo k nastanku raka.
- **Starost:** večinoma zbolevalo ljudje starejši od 50 let.
- **Debelost:** čeprav jasna povezava z rakom ni dokazana, so nekatere raziskave pokazale, da debelost pripomore k nastanku raka.
- **Kajenje:** kajenje cigaret močno poveča tveganje za nastanek pljučnega raka. Tveganje je večje tudi pri nekadilcih, ki vdihujejo onesnažen zrak od cigaretne dima. Kajenje pipe in žvečenje tobaka sta pogosta krivca za nastanek raka ustne votline, žrela, jezika in grla. Krivec za nastanek raka pa ni v nikotinu, ampak v katranu, natančneje v fenolu.
- **Izpostavljenost strupenim plinom, radioaktivnemu sevanju, kemičnim snovem** (azbest, radon, in benzen) in **ultravijoličnim žarkom**.
- **Nekateri virusi** (hepatitis B in C, humani papiloma virusi in Epstein-Barrov virus) in **bolezni** (AIDS) so povečani s povečanim tveganjem za nastanek nekaterih rakov.
- Tudi **pomanjkanje kisika** lahko vpliva na nastanek raka. Izkušnje kažejo, da zbolevalo ljudje, ki se dosti gibljejo na svežem zraku, redkeje kot tisti, ki preživijo veliko časa v zaprtih prostorih.
- Poleg dejavnikov okolja pa na nastanek močno vpliva tudi **dedna nagnjenost** k raku, zato morajo potomci obolelih ljudi še posebej paziti na dejavnike okolja in pravočasno opravljati preventivne preglede pri zdravniku.

Znaki dednega raka so:

- več sorodnikov z rakom;
- pojav raka v nižji starosti, kot je sicer običajno;
- pojav več rakov pri isti osebi (npr. rak jajčnikov pri osebi z rakom dojke);
- pojav redkih ali nenavadnih vrst raka.

(Onkološki inštitut Ljubljana, 2013)

2.3.2 Sodobne metode zdravljenja raka

- Kirurgija je najstarejša, danes pa tudi najpogostejša metoda zdravljenja raka.
- Zdravljenje z zdravili uporablja učinkovita zdravila, ki uničujejo rakaste celice in zavirajo njihovo rast.
- Radioterapija uporablja visoke doze visokoenergetskih žarkov ali delcev, ki pobijejo rakaste celice v ciljnem delu telesa.
- Imunoterapija (biološko zdravljenje) spodbuja telesu lastne mehanizme, ki so usmerjeni proti razrasti rakastih celic.

- Gensko zdravljenje odkriva manjkajoče ali okvarjene gene, ki so krivci za nastanek raka, in jih nadomešča z normalnimi kopijami.

(Onkološki inštitut Ljubljana, 2013)

2.3.3 Naravne metode za ozdravitev raka

Poznamo ogromno drugih metod za zdravljenje raka, ki so bolj naravne, preproste ter brez stranskih učinkov. Tukaj bi poudarili seveda repuh oziroma repuhovo tinkturo. Če se hočemo pozdraviti brez stranskih učinkov, se je najbolje zanesti na naravo oziroma naravna zdravila ali pripravke, ki jih dandanes ni malo, problem je le, da nekatere recepture kljub mnogim dokazom o zdravilnosti ne potrdijo in jih brez razloga zatirajo. To dela farmacija. Zakaj bi bila konoplja prepovedana rastlina, če je dokazano, da zdravi raka? To so vprašanja, na katera farmacevti nimajo odgovorov. Njim se pač gre za njihov zaslužek in propagiranje njihovih zdravil. Tudi me smo poiskale nekaj naravnih, uspešnih in karseda preverjenih metod za zdravljenje raka, saj jih spodbujamo in verjamemo vanje.

Veliko ljudi naj bi se pozdravilo s sodo bikarbono in javorjevim sirupom: Sama ideja je zelo nenavadna, saj se rakave celice hranijo s sladkorjem. Javorjev sirup poveča nivo sladkorja v krvi. Rakave celice sladkor porabijo za svojo rast in razmnoževanje, vendar jih soda bikarbona, ki jo zaužijemo skupaj s sirupom, ubije. Ta terapija naj bi delovala kot kemoterapija, torej uniči rakave celice, vendar ne pušča nobenih stranskih učinkov ter poškodb organizma.

Zdravljenje raka s konopljo: Da olja, pridobljena iz konoplje, vsebujejo najzdravilnejše substance, najdene v naravi, je bilo povedano v filmu *Beg pred seboj* od Ricka Simpsona, ki s konopljinim oljem uspešno zdravi ljudi z rakom. Povedal je tudi, da skoraj ni bolezn, ki je to olje ne bi pozdravilo, kar dokazuje s številnimi pričami, ki so se pozdravile s konopljinim oljem, ki ga daje zastonj. Bilo je tudi že dokazano, da snov v konoplji uničuje raka. To zdravilo lahko jeste, inhalirate ali pa namažete na prizadeto kožo. Film je posnet v Kanadi, kjer ima raka že vsak drugi moški in vsaka tretja ženska.

Zelo uspešna v boju proti raku je tudi dieta s skuto in lanenim oljem, ki jo je leta 1951 odkrila dr. Johanna Budwig. Za pripravo mešanice potrebujete 250 ml lanenega olja, 450 g skute z malo maščobe in 4 žlice medu. V času diete morate paziti, da med drugim ne uživajte sladkorja in živalskih maščob.

Ena od možnosti »naravnega« zdravljenja je tudi tako imenovana gersonova terapija, ki se imenuje po svojem izumitelju dr. Gersonu. Gersonova terapija naj bi temeljila na sveže iztisnjenih sokovih, kavnemu klistirju ter razstrupljanju. Hrana, ki jo jemo dandanes, je gensko spremenjena in vsebuje mnogo kemičnih snovi, ki so za nas škodljive, saj se velikokrat sploh ne zavedamo, kaj jemo in kaj s tem vnašamo v svoje telo. Največ zdravilnih učinkovin vsebuje zdrava hrana, ki ne vsebuje kemičnih snovi. Ta hrana nas ob najrazličnejših boleznih dobesedno pozdravi, saj sama vsebuje dovolj zdravilnih snovi. Tako je tudi dokazano, da so se z zdravo prehrano in Gersonovo terapijo mnogi ozdravili ne le več vrst raka, temveč celo tuberkuloze, tumorja, diabetesa, mišične distrofije itd. Zato je zelo priporočljivo, da hrane ne kuhamo, saj jo s tem dobesedno uničimo in hkrati tudi vse zdravilne učinkovine, ki jih je prej hrana vsebovala-mrtva hrana. Dokazano je tudi, da so se ljudje po Gersonovi terapiji počutili občutno boljše, njihova bolečina je začela izginjati ter krvni pritisk se jim je zelo izboljšal in znižal. Z vnosom gensko spremenjene hrane v naše telo povečamo možnost, da zbolimo, saj ravno takšna hrana, ki vsebuje kemijske snovi, povzroči bolezen. Pozdravimo pa se lahko že z vnosom zdrave hrane v naše telo.

(Lifestyle, 2011)

(Beg pred resnico, 2011)

(Oman Luka, 2011)

3 EMPIRIČNI DEL

3.1 Metodologija

V začetku raziskave smo obiskale zeliščarja, Vitka Švikarta. Najprej nam je povedal nekaj o repuhu, njegovem delovanju, koliko ljudi je že pozdravil, o receptu tinkture in še in še pomembnih informacij.

Nato nas je peljal k potoku, ob katerem raste veliko repuha. Pokazal nam je, kako izkopavati korenine. Zato smo potrebovali kramp, ki smo ga zasadili v zemljo, oddaljeno do 50 centimetrov od stebela, do 10 centimetrov globoko v zemljo. Ko odgrnemo zemljo, iz nje potegnemo bele korenine. Iščemo čim večje korenine, katerih listi morajo biti oveli. Ko končamo z izkopavanjem, jih dobro operemo in damo sušit. Sušimo jih v suhem in senčnem prostoru, daleč od aparatov, ki sevajo. Sušijo se približno tri tedne - korenine morajo biti lomljive, kajti takrat iz njih izhlapi strup. Nato korenine nalomimo na približno 5 cm dolge kose, a le tiste, ki imajo v sredini luknjo in so v notranjosti bele, kar nam je pokazal tudi gospod Švikart. V steklenico damo toliko korenin, da bomo z njimi zapolnili eno četrtno le-te. Na njih vlijemo petdesetodstotno vinsko žganje ali droženko ter pustimo nekaj cm do vrha steklenice prazne, saj bo žganje naraslo. To mešanico pustimo stati kakšen mesec, da tekočina porumeni, korenine pa morajo biti take velikosti, kot so bile pred vlaganjem, saj se morajo napiti tekočine. Nato mešanico razdelimo v tri manjše steklenice ter enakomerno razdelimo tudi korenine repuha.

Uporabile smo tudi metodo laboratorijskega dela, saj smo same v šoli izdelale repuhovo tinkturo. Naredile smo jo po postopku opisanem v naslednjem poglavju. Pri tem smo uporabljale kramp - za izkopavanje, steklenice - za shranitev tinkture in posodo za pranje korenin. Večji del postopka smo opravljale v kemijski učilnici.

Pri svojem raziskovalnem delu smo tudi fotografirale repuh in izkopavanje repuhovih korenin. Pri tem smo uporabljale fotoaparatus.

Imele pa smo tudi intervju z magistro farmacije gospo Andrejo Emeršič, ki nas je opozorila na to, da repuh vsebuje pirolizidinske alkaloidne, ki negativno vplivajo na delovanje jeter.

Obiskale pa smo tudi Lekarno Ptuj, kjer smo magistra farmacije vprašale, če katero njihovo zdravilo vsebuje repuh oziroma njegove sestavine.

Naslednji postopek je bil vprašalnik za ljudi, ki so za zdravljenje svoje bolezni (raka) uporabljali repuh. Pri tem smo uporabile telefon, saj smo poklicale 27 ljudi ter jih izprašale o njihovi bolezni in zdravljenju z repuhom. Iz svojih ugotovitev smo naredile grafe, pri katerih smo uporabile računalniški program Word-Microsoft Excel.

3.2 Izlet v Lovrenc na Pohorju

Sredi novembra smo se z učiteljico odpravile v Lovrenc na Pohorju, Mariborska cesta 83. Obiskale smo Vitka Švikarta, ki ima veliko znanja o repuhu. Naš namen je bil predvsem izvedeti, kako in če repuh res zdravi raka.

Gospod nam je povedal zelo veliko o repuhu, njegovem delovanju, koliko ljudi je že pozdravil, o receptu tinkture in še in še pomembnih informacij. Pokazal nam je tudi, kako moramo izkopavati in repuhove korenine.



Slika 2: Izkopavanje repuhovih korenin.

Med drugim nam je povedal postopek izdelave tinkture: najprej moramo vedeti, kako sploh izgleda repuh in kje ga najdemo. Kot smo že omenile, raste na vlažnih območjih, največkrat ob rekah in potokih. Ima velike, zelene, okrogle, rahlo nazobčane liste. Njihov polmer meri približno trideset cm. Listi so zelo podobni listom lapuha, a ker je repuh edina rastlina na svetu, ki ima bele korenine, ga ne boste zamenjali. Korenine se lahko izkopava le marca, aprila, novembra in decembra. Listi pa morajo biti veliki in rjavi oz. oveneli. Izbirajte čim večje korenine, ki jih kasneje operete z vodo in jih daste sušiti. Sušiti jih morate v suhem in senčnem prostoru daleč od aparatov, ki sevajo, približno tri tedne – korenine morajo biti lomljive, takrat iz njih izhlapi strup. Nato jih nalomite na približno 5 cm dolge kose, a le tiste, ki imajo v sredini luknjo in so v notranjosti bele. V steklenico dajte toliko korenin, da boste z njimi zapolnili eno četrtino le-te. Na njih vlijte petdeset odstotno vinsko žganje ali droženko ter pustite nekaj cm do vrha steklenice prazne, saj bo žganje naraslo. To mešanico pustite stati kakšen mesec, da tekočina porumeni, korenine pa morajo biti take velikosti, kot so bile pred vlaganjem, saj se morajo napiti žganja. Nato mešanico razdelite v tri manjše steklenice ter enakomerno razdelite tudi korenine repuha.



Slika 3: Izkopane korenine

Zelo pomembno pa je, da tinkturo jemljete pravilno: za zdravljenje raka morate vzeti zdravilo dva krat dnevno, in sicer dvajset kapljic kanite v usta in jih imejte najmanj dvajset sekund v ustih ter jih zelo dobo premešajte s slino. Nato počasi spustite po grlu. To storite zjutraj na tešče in zvečer. Prvih 14 dni pri zdravljenju raka pa lahko tinkturo vzamete 3 krat na dan. Če se ne držite recepta in dalj časa jemljete prevelik odmerek tinkture, lahko to povzroči okvaro jeter. Če pa tinkturo jemljete pravilno, pa le-ta dobro vpliva na jetra. Tudi ko ste si odzdravili raka, je priporočljivo jemati tinkturo vsaki drugi teden kakšno leto dni, da se rak ne ponovi.



Slika 4: Obisk zeliščarja gospoda Švikarta.

3.3 Intervjuji

V naši raziskovalni nalogi nas je zelo zanimalo tudi, koliko ljudi se je z repuhom pozdravilo in kakšno je njihovo mnenje o njem. Gospod Švikart nam je zaupal nekaj telefonskih številčk od ljudi, ki so se zdravili z repuhom. Da bi bolnikom zagotovili anonimnost, smo se odločili, da jih bomo v nalogi poimenovali z izmišljenimi imeni. Kljub temu se nekaj bolnikov ni želelo pogovarjati o svoji bolezni, saj je ta téma razumljivo preveč osebna, da bi jo delili z nami. Pogovarjale smo se s 27 ljudmi o njihovem zdravljenju z repuhom. Naša najpogostejša vprašanja so bila: katero vrsto raka so imeli, kako dolgo je trajalo njihovo zdravljenje, ali so zraven repuha kombinirali še kakšno drugo metodo zdravljenja, če so od repuha imeli kakšne stranske učinke ter če je bilo zdravljenje uspešno. Opisale bomo tudi nekaj pogovorov, v katerih smo izvedele marsikaj novega in zanimivega.

Najprej smo poklicale gospoda Jana, ki nam je povedal, da je imel raka na pljučih. Ko pa so mu povedali, da ima do konca življenja le še teden dni, se je začel zdraviti z repuhom tinkturo. Že po svojem prvem jemanju se mu je stanje izboljšalo ter je imel občutek, da zdravilo resnično deluje. K svojemu zdravljenju z repuhovo tinkturo je kombiniral še zdravljenje s kemoterapijo. Zelo zanimivo je tudi dejstvo, da si z repuhovo tinkturo ni pozdravil le raka, temveč tudi revmo, za katero je bolehal že dolgo časa. S tinkturo iz repuha se zdravi že tri leta in še nikoli ni imel nobenih stranskih učinkov ter je z zdravilom zelo zadovoljen.

Nato smo poklicale gospoda Branka, ki pa je imel raka na debelem črevesu. Kljub operaciji mu je rak ostal. Pred dvema letoma se je začel zdraviti z repuhovo tinkturo, aloe vero in kemoterapijo. Prav tako po repuhu ni imel stranskih učinkov. Stanje se mu je zelo izboljšalo in je zadovoljen z rezultati.

56 letna ženska je imela raka dojke ter bila operirana pred šestimi leti. Pred dvema letoma pa je ugotovila, da se ji je rak razvil še na pljučih. Medtem ko je čakala na obsevanje, je začela jemati repuhovo tinkturo. Na pregledu pred obsevanjem so ugotovili, da raka na pljučih ni več. Repuh še vedno jemlje enkrat dnevno vsak drugi mesec. Ni imela stranskih učinkov.

Moški, star 61 let, pa je imel raka na prostati. Bil je tudi operiran, vendar se mu je pol leta po operaciji število markerjev zvišalo. Takrat je začel jemati repuhovo tinkturo, in sicer dva krat dnevno. Pred predvidenim obsevanjem so še enkrat preverili število markerjev, kateri so bili zelo nizki in zato obsevanje ni bilo potrebno. Moški se po jemanju zdravila zelo dobro počuti in repuhovo tinkturo uživa že dve leti enkrat dnevno.

Zelo zanimiva pa je tudi zgodba zeliščarja, gospoda Švikarta, v kateri je najbolj osupljivo to, da je bil na robu smrti, ko mu je nek znanec predlagal zdravljenje z repuhovo tinkturo. Imel je raka od »jezika do prostate« in z repuhovo tinkturo se je zdravil le eno leto. V tem času pa je želel svojo srečno zgodbo deliti s čim več ljudmi ter jim pomagati pri ozdravljenju, zato želi repuh čim bolj predstaviti ljudem. Ko je začel jemati oziroma piti repuhovo tinkturo, se je že po nekaj dneh počutil veliko bolje, izboljšalo se je tudi njegovo splošno zdravstveno stanje. Prva dva dni po začetku jemanja repuha pa je kot eden redkih imel stranske učinke, ki mu jih je povzročil repuh, saj je opazil krvavitve iz kože, predvsem na področju vratu.

Žal pa poznamo nekoliko bolj žalostne zgodbe, ki so se končale celo s smrtjo.

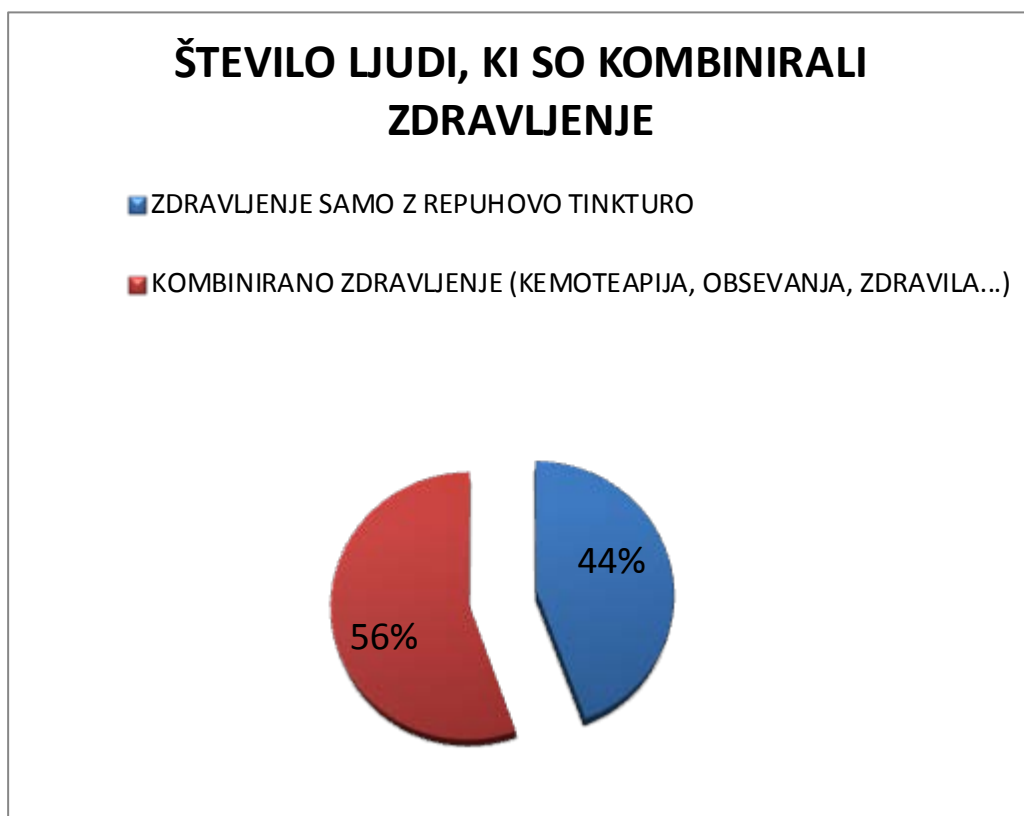
Moški, pri katerem zdravljenje z repuhom ni bilo uspešno, je imel pljučnega raka. Zraven repuhove tinkture se je zdravil še s kemoterapijo. Repuhova tinktura mu ni povzročala nobenih stranskih učinkov, kar pa ni veljalo za kemoterapijo. Imel je že četrto stopnjo raka in najbrž je bilo že pozno za zdravljenje, saj mu tudi repuhova tinktura ni pomagala.

86 letni gospod pa je imel raka na prostati in grlu. Na prostati je bil operiran pred leti, na grlu pa sploh ni imel operacije. Ker je bil rak na grlu že tako napredoval, ni mogel več požirati hrane in zato je za prehranjevanje potreboval sondo. Repuh je užival 14 dni in ni imel nobenih stranskih učinkov. Zraven zdravljenja z repuhovo tinkturo je jemal še klasična zdravila, ki se uporabljajo za zdravljenje. Prav tako pa ni imel ne kemoterapije kot obsevanja. Domnevamo, da mu zdravilo iz repuha ni pomagalo zaradi njegove visoke starosti in višjega stadija raka.

3.3.1 Ugotovitve intervjujev

Med intervjuji smo bolnikom postavili tudi naslednji dve vprašanji:

1. VPRAŠANJE: Ali ste poleg zdravljenja z repuhovo tinkturo kombinirali še katero drugo metodo zdravljenja?



Slika 5: Delež bolnikov, ki so se zdravili z repuhom.

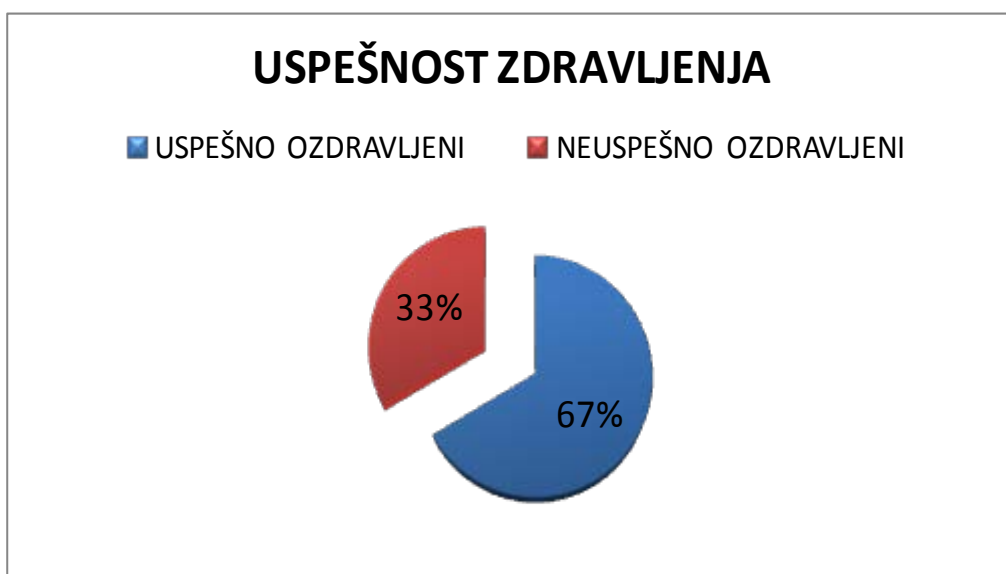
Zelo veliko ljudi je zraven zdravljenja z repuhovo tinkturo kombiniralo še druge metode zdravljenja (kemoterapija, obsevanja, zdravila ...). Od 27 poklicanih je zdravljenje kombiniralo z drugimi metodami 15 ljudi, kar je 56 %. Manj ljudi, natančneje 12, to je 44 %, pa se je odločilo za zdravljenje samo z repuhovo tinkturo, kar pa nam pove, da ljudje v stiski, ko zbolijo, želijo poskusiti čim več različnih metod zdravljenja.

2. VPRAŠANJE: Ali vam je repuh pomagal pri ozdravitvi rakastega obolenja?

Slika 6: Delež uspešno ozdravljenih bolnikov z repuhom.

To vprašanje smo postavile 12 bolnikom, ki so se zdravili samo z repuhom in niso kombinirali zdravljenja. Ugotovile smo, da se je od teh 12 ljudi ozdravilo 8 ljudi, kar je 67 %.

Ozdravitev pomeni, da pri naslednjem kontrolnem zdravstvenem pregledu pri bolniku ni bilo zaslediti nobenih znakov bolezni več.



4 REZULTATI IN RAZPRAVA

Ugotovile smo, da na uspešnost zdravljenja rakastih obolenj z repuhovo tinkturo vpliva veliko različnih dejavnikov: npr. starost kot napredovalnost bolezni, kombiniranje zdravljenja in drugo.

Repuhova tinktura je pomagala večini mlajših rakavih bolnikov, medtem ko je bilo zdravljenje pri starejših bolnikih nekoliko manj uspešno. Podobno je repuhova tinktura delovala pri napredovalnem raku, saj je imela večina ljudi, pri katerih zdravljenje ni bilo uspešno, napredovalnega raka, medtem ko pa je bila večina ljudi v začetnem stadiju raka ozdravljena. Menimo, da starost in stadij bolezni zelo vplivata na človekovo ozdravljivost, kar je tudi mnenje gospoda Švikarta. Sicer pa smo tudi same prišle preko intervjujev do teh ugotovitev.

V pogovoru z gospodom Švikartom in bolniki smo ugotovile, da zdravilo ne deluje ali ima negativne stranske učinke, če zdravila ne pripravimo na pravilen način ali ga nepravilno uživamo. Za pozitiven učinek je nujno potrebno repuhovo tinkturo jemati dvakrat dnevno po dvajset kapljic, ki jih moramo 20 sekund zadržati v ustih, pomešati s slino in počasi pogoltniti.

Pomemben rezultat za dobrobit repuha je tudi, da pri pravilni pripravi in doziranju pri veliki večini ne povzroča stranskih učinkov.

Naš glavni rezultat je, da repuh res zdravi raka, kar potrjuje našo hipotezo. Pozdravi ga v kar 67 % primerov.

Menimo, da so bile naše raziskovalne metode primerne, saj smo prišle do rezultatov, ki smo jih tudi pričakovale.

5 ZAKLJUČEK/SKLEPI

Glavni sklep, s katerim potrdimo našo hipotezo, je, da repuh zdravi raka, kar smo tudi predvidevale. Ta sklep je pokazala analiza, pri kateri smo intervjuvale ljudi in jih povprašale o njihovem zdravljenju raka z repuhom.

Ugotovile smo tudi, da je nekaj ljudi v težnji po hitrem ozdravljenju narobe jemalo ali pripravilo repuhovo tinkturo, kar smo ugotovile v pogovoru z gospodom Švikartom in gospodom Brankom.

Klici, ki smo jih opravile, in pogovor z gospodom Švikartom so zraven zgornjih ugotovitev pokazali, da je verjetnost ozdravljenja bolj verjetna pri mlajših ljudeh ter v začetnih fazah bolezni oziroma raka.

Porodilo se nam je več vprašanj kot na primer: zakaj repuha kljub mnogim dokazom o zdravilnosti pri nas ne uporabljajo v farmaciji oziroma v zdravilih? Zakaj repuha ne uporabljajo za zdravljenje raka, tumorjev, če je dokazano, da preprečuje nastanek mutacij ter zavira rast tumorjev?

Opazile smo tudi, da veliko ljudi ne pozna zdravilnih učinkov repuha, kar kaže na to, da je repuh premalo promoviran.

6 VIRI IN LITERATURA

Viri:

Wikipedija. Zeliščarstvo. Dostop: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Zeli%C5%A1%C4%8Darstvo> (čas zadnje spremembe: 10. 5. 2012).

Špringer, J. Pomurske lekarne: Zdravilne rastline. Dostop: <http://www.pomurske-lekarne.si/si/index.cfm?id=1548> (marec 2003).

Oman, L. Luka. Farmacevtov nasvet (3. korak). Dostop: <http://luka.bubi.si/2011/08/farmacevtov-nasvet-3-korak/> (19. 8. 2011).

Hrana kot zdravilo. Zelišča, rastline: Repinec. Dostop: <http://hranakotzdravilo.blogspot.com/p/repinec.html> (22. marec 2012)

Zdrav planet. Blog o zdravem, dobrem in lepem: Repuh, Navadni. Dostop: <http://zdravplanet.blogspot.com/2008/11/repuh-navadni-petasites-hybridus-l.html> (04. 11. 2008).

Wikipedija. Rak (bolezen). Dostop: http://sl.wikipedia.org/wiki/Rak_%28bolezen%29 (čas zadnje spremembe: 8. 3. 2013).

Onkološki inštitut Ljubljana. Osnovna dejstva o raku: Vzroki. Dostop: http://www.onko-i.si/za_javnost_in_bolnike/osnovna_dejstva_o_raku/vzroki/ (2013).

Onkološki inštitut Ljubljana. Zdravljenje: Sodobne metode zdravljenja. Dostop: http://www.onko-i.si/za_javnost_in_bolnike/zdravljenje/sodobne_metode_zdravljenja_raka/ (2013).

Lifestyle. Zdravje: Medicina in zdravilstva. Dostop: <http://lifestyle.ena.com/Zdravje/Medicina-in-zdravilstvo/Dieta-proti-raku-s-skuto-in-lananim-oljem.html> (30. 5. 2011).

Vimeo. Beg pred resnico: Zdravilo proti raku, Konoplino olje. Dostop: <http://vimeo.com/212955562011> (2011)

Mitax. Naravni proizvodi: Pametne rastline. Dostop: http://www.mitax.si/redke_tropske_rastline.html

Literatura:

Angerer, T., *Živimo z naravo*. Celovec: Mohorjeva, 2007.

Schonfelder, I., Schonfelder, P. *Zdravilne rastline-vodnik*. Kranj: Narava, 2006.

Kremer, Bruno, P. *Zdravilne rastline*. Radovljica: Didakta, 2007.

Gruwald, J., Janicke, C., *Zelena lekarna*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2006.

Vogel, A., *Ljudski zdravnik*, Ljubljana: Mladinska knjiga, 1975.