



# **Choroby cywilizacyjne - nie musisz być ich ofiarą**

Henryk Dyczek  
2009

# Lista chorób cywilizacyjnych

[http://pl.wikipedia.org/wiki/Choroby\\_cywilizacyjne](http://pl.wikipedia.org/wiki/Choroby_cywilizacyjne)

- **Cukrzyca** – WHO 1995/135 mln; 2030/360 mln
- **Nadciśnienie tętnicze** – 8.5 mln Polaków (1/3), dalsze 30 % w grupie ryzyka – efektywność leczenia farmakologicznego **ZALEDWIE 12%**
- **Choroba wieńcowa** – 173 tys. Polaków zmarło na ch. W. w 2001r.
- **Astma** - w wysoko rozwiniętych krajach europejskich **astma** dotyka niemal co piątego obywatela (2008)
- **Alergie** - co 10-ty mieszkaniec Ziemi cierpi na jakąś formę **alergii**
- **Depresje** - na **depresję** choruje 6-12 proc. osób, a wśród osób w wieku podeszłym sięga 15 proc.
- **Nerwice** – 10 -15% osób
- **Bóle pleców** – ponad 60% społeczeństwa
- **Otyłość** – ponad połowa ludności w krajach rozwiniętych (WHO)
- **Bezsenność** – 1/3 społeczeństwa

# Źródła danych do poprzedniej strony

1. Cukrzyca - <http://www.biomedical.pl/zdrowie/cukrzyca-epidemia-xxi-wieku-101.html> [18.08.09]
2. Nadciśnienie tętnicze - <http://www.biomedical.pl/zdrowie/preparaty-zlozone-przelom-w-leczeniu-nadcisnienia-tetniczego-89.html> [18.08.09]
3. Choroba wieńcowa - [http://www.poradnikmedyczny.pl/mod/archiwum/6253\\_choroba\\_wie%C5%84cowa\\_rosn%C4%85cy.html](http://www.poradnikmedyczny.pl/mod/archiwum/6253_choroba_wie%C5%84cowa_rosn%C4%85cy.html)
4. Astma - [http://www.google.pl/search?as\\_q=astma+statystyki](http://www.google.pl/search?as_q=astma+statystyki)
5. Alergia - <http://www publikacje.skarbnicazdrowia.pl/?p=19>
6. Depresja - <http://miasta.gazeta.pl/olsztyn/1,48726,2511677.html>
  1. Nerwice - <http://online.synapsis.pl/Nerwica-nerwice/>
  2. Bóle pleców - <http://www.we-dwoje.pl/bole;plecow,artykul,12399.html>
  3. Otyłość - <http://www.google.pl/search?as>
  4. Bezsenność - [http://www.google.pl/search?as\\_q=bezsenno](http://www.google.pl/search?as_q=bezsenno)

A życie jest  
tak piękne!



*Życie jest piękne*

# Nadciśnienie tętnicze

[http://www.zdrowie.med.pl/nadciśnienie/nad\\_06.html](http://www.zdrowie.med.pl/nadciśnienie/nad_06.html) [18.08.09]

- Jest kilka powodów dla których **tylko** 8 na 100 osób z nadciśnieniem jest leczonych skutecznie:
- Nadciśnienie jest bardziej stanem organizmu niż chorobą, w potocznym tego słowa znaczeniu.
- Osoba z nadciśnieniem rzadko ma dolegliwości.
- Nadciśnienie raz wykryte zazwyczaj musi być leczone do końca życia.
- Leki obniżające ciśnienie tętnicze mogą czasem powodować wystąpienie objawów niepożądanych, a często samo obniżenie ciśnienia powoduje przejściowo gorsze samopoczucie, u osoby przyzwyczajonej do jego wyższych wartości.

A życie jest  
tak piękne!



# Przyczyny chorób cywilizacyjnych

Jacek Roik <http://choroby-cywilizacyjne.zlotemysli.pl> [18.08.09]

- Nieprawidłowa odżywianie – nasz wybór
- Wyjałowiona żywność – suplementacja
- Brak higieny psychicznej – nasz wybór
- Brak wysiłku fizycznego – nasz wybór
- Skażone środowisko - ???
- Bezsenność - ???



# Skazone środowisko - 1

- woda



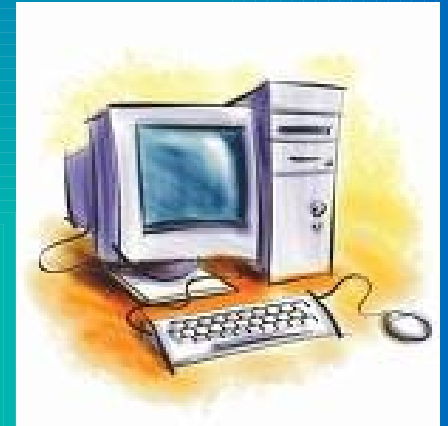
# Skażone środowisko - 2

- powietrze



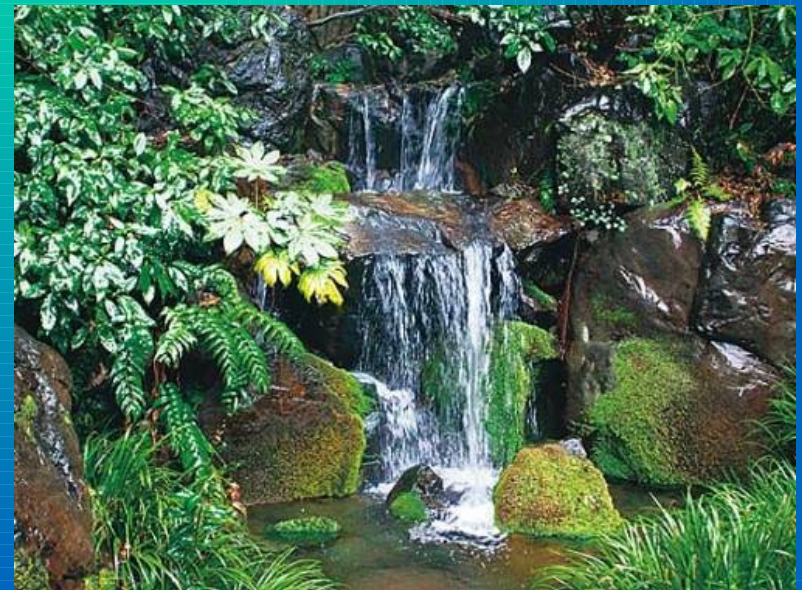
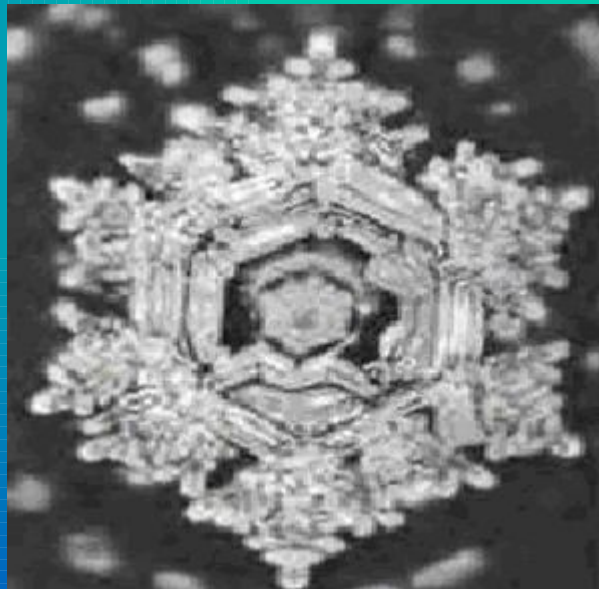
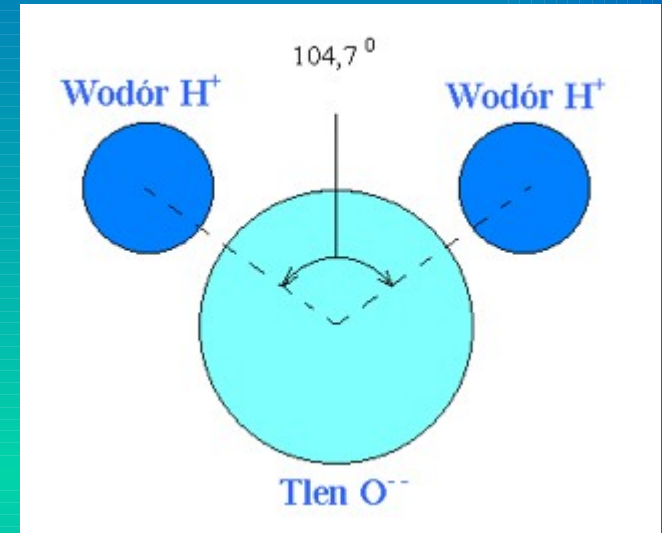
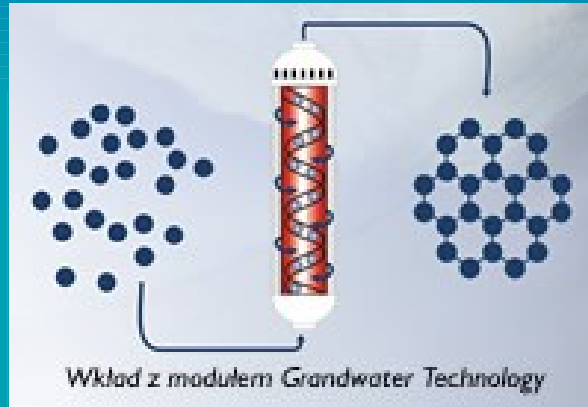
# Skażone środowisko - 3

- Pole elektromagnetyczne



# Zdrowe środowisko - 1

woda



# Zdrowe środowisko - 2

powietrze



# Zdrowe środowisko - 2

Niskie natężenie pola elektromagnetycznego



# Bezsenność



# Rzeński sen



# Japoński koncept i wizja - 1

Stworzyć  
w każdym domu  
oazę  
zdrowego:

- ❖ powietrza,
- ❖ wody i
- ❖ snu





# Japoński koncept i wizja - 2



# Japoński koncept

- Zdrowa rodzina
- Zdrowe ciało
- Zdrowa psychika
- Zdrowe społeczeństwo
- Zdrowe finanse



# Japońska wizja

**Każdy normalny człowiek chce:**

- Zdrową rodzinę
- Zdrowe ciało
- Zdrowa psychikę
- Zdrowe społeczeństwo
- Zdrowe finanse



# Zdrowa rodzina



# Zaproszenie do klubu:

- Zdrowej rodziny
- Zdrowego ciała
- Zdrowej psychiki
- Zdrowego społeczeństwa
- Zdrowych finansów

# Zdrowe ciało



# Zacznij ulepszać świat od siebie i zadbaj o:

- Zdrowie Twojej rodziny.
- Zdrowie Twojego ciała.
- Zdrowie Twojej psychiki.
- Zdrowie społeczeństwa, w którym żyjesz.
- Zdrowie Twoich finansów.

# Zdrowa psychika





# Zrób coś dla siebie i znajomych – może mniej świadomych od Ciebie !!!

Pokaż im jak zadbać o:

- Zdrową rodzinę
- Zdrowe ciało
- Zdrowa psychikę
- Zdrowe społeczeństwo
- Zdrowe finanse

# Zdrowe społeczeństwo



# Po kilku latach pracy ciesz się, że wielu osobom pomogłeś stworzyć:

- Zdrową rodzinę
- Zdrowe ciało
- Zdrowa psychikę
- Zdrowe społeczeństwo
- Zdrowe finanse ..... i

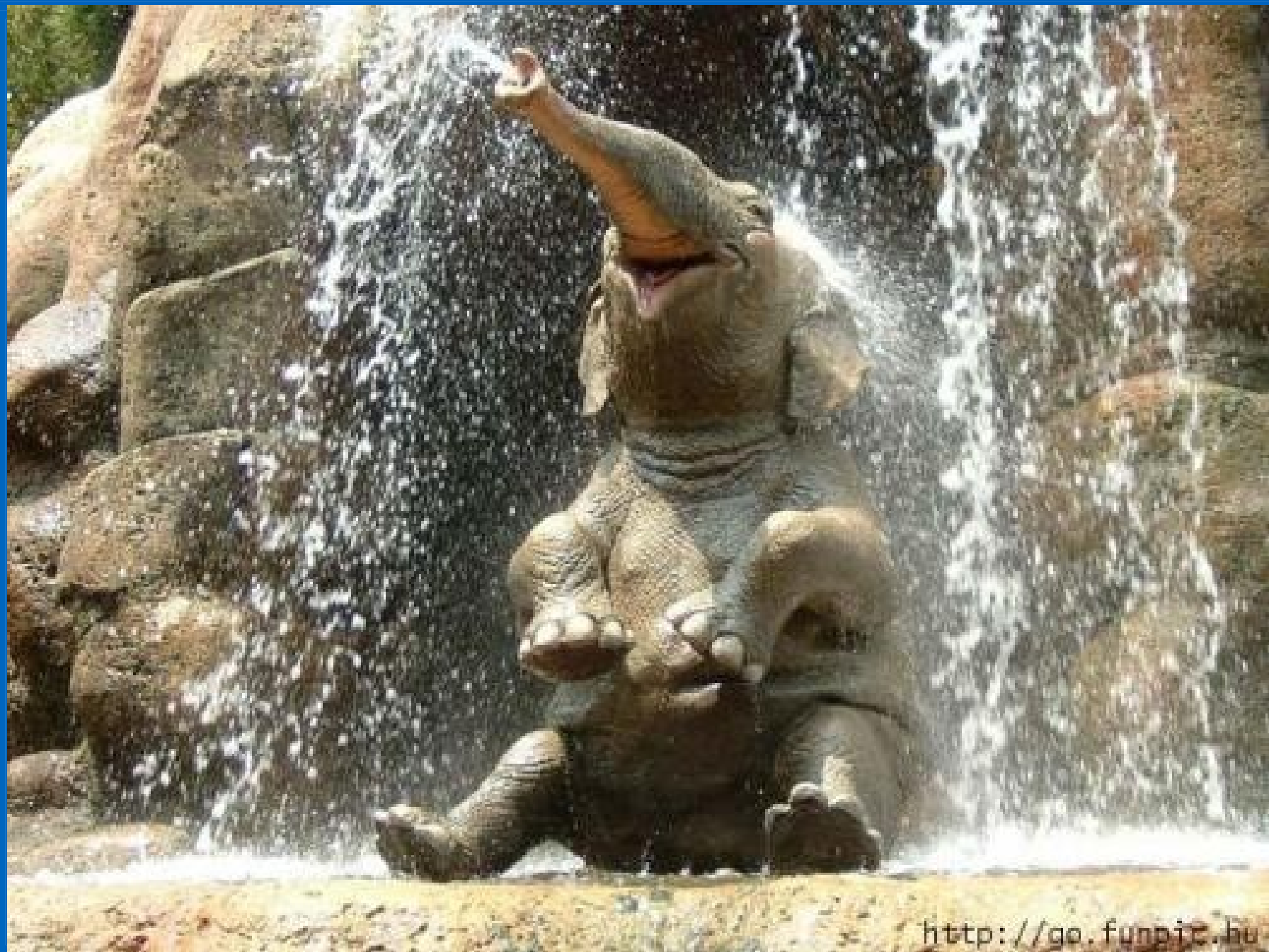
# Zdrowe finanse



# Zaś sam będziesz mógł:

- Robić co chcesz ...
- Dawać komu chcesz i ile chcesz ...
- Jechać gdzie chcesz ...
- Kupować co chcesz .....

**i cieszyć się, że inni  
dzięki Tobie  
mogą robić to samo.**



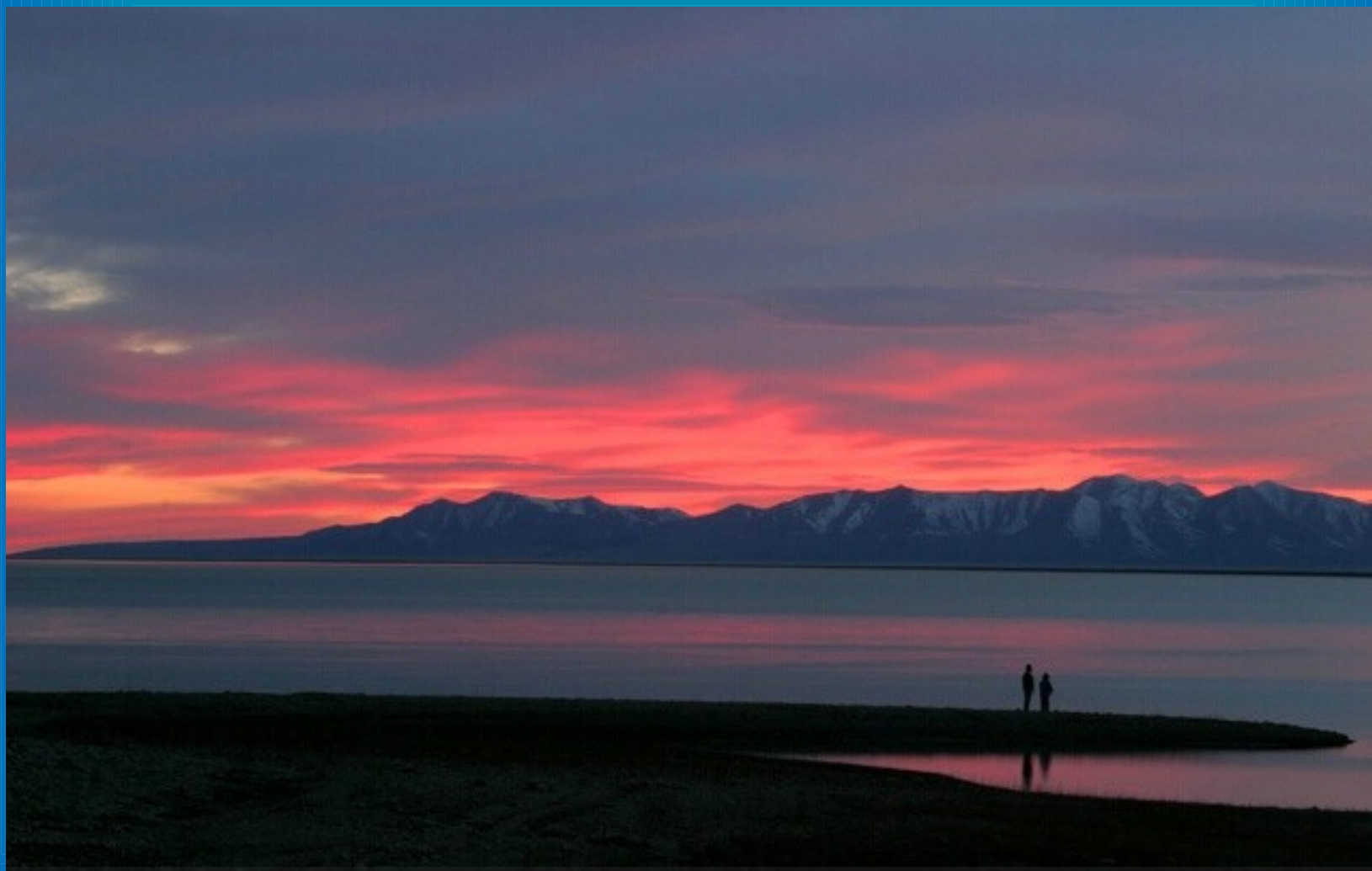
<http://go.funpic.hu>

# Punkt 1

Czy jesteś **100%** pewien, że na pewno chcesz:

- Zdrową Twoją rodzinę
- Zdrowe Twoje ciało
- Zdrową Twoją psychikę
- Zdrowe społeczeństwo w którym żyjesz
- Zdrowe Twoje finanse

Czy aby na pewno?





# Punkt 2

Jeżeli tak, to zaraz zobaczysz jak możesz mieć:

- Zdrową Twoją rodzinę
- Zdrowe Twoje ciało
- Zdrową Twoją psychikę
- Zdrowe społeczeństwo w którym żyjesz
- Zdrowe Twoje finanse

Jesteś pewien?



# Punkt 3

Daj im zdrowie:

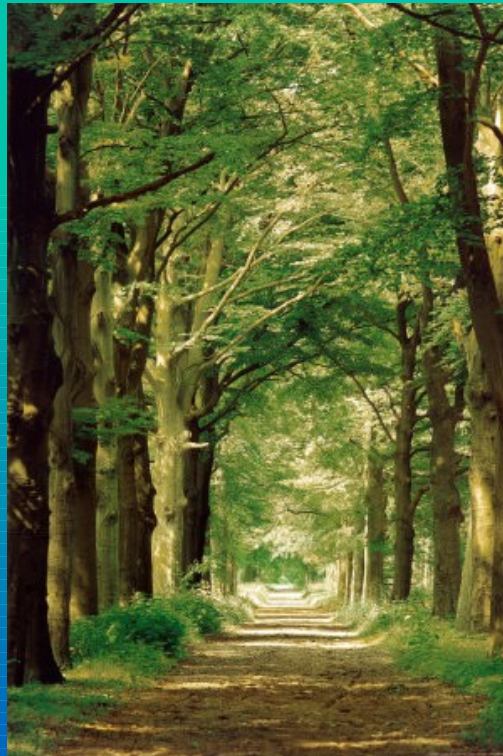
- ✓ Powietrze,
- ✓ Wodę
- ✓ Sen
- ✓ Pokarm



# PYTANIE 1- zasadnicze ??????

Jeżeli pokażę Tobie:

- moralną,
  - legalną
  - etyczną
- drogę

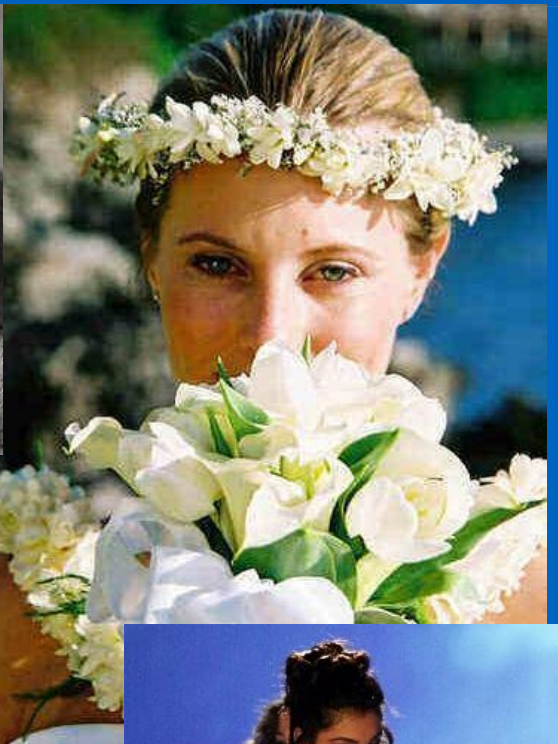


# PYTANIE 2 - zasadnicze ??????

- Czy zobowiążesz się do poznania informacji potrzebnej do działania i podejmiesz konkretną decyzję?

LEADERSHIP POSITION	REQUIREMENTS			LEADERSHIP BONUS					
	Retail Sales Profit	PV Rebate	PGV Override	LEVELS					
				1	2	3	4	5	6
<b>ROYAL DIAMOND Consultant</b> Develop 3 First-Level Diamonds or 6 First-Level Platimums	25%	20%	5% 10% 15% 20%	6%	6%	6%	6%	6%	6%
<b>DIAMOND Consultant</b> Develop 3 First-Level Platimums or 6 First-Level Golds	25%	20%	5% 10% 15% 20%	6%	6%	6%	6%	6%	6%
<b>PLATINUM Consultant</b> Develop 3 First-Level Golds or 6 First-Level Silvers	25%	20%	5% 10% 15% 20%	6%	6%	6%	6%	6%	6%
<b>GOLD Consultant</b> Develop 3 First-Level Silvers; Attend Gold Training	25%	20%	5% 10% 15% 20%	6%	6%	6%			
<b>SILVER Consultant</b> ¥20,000 PGV / Month and Develop 3 First-Level Seniors & Above; Humans Being More Training	25%	20%	5% 10% 15% 20%	6%	6%				
<b>BRONZE Consultant</b> ¥10,000 PGV in a Single Month	25%	15%	5% 10% 15%						
<b>EXECUTIVE Consultant</b> ¥5,000 PGV in a Single Month	25%	10%	5% 10%						
<b>SENIOR Consultant</b> ¥500 PV, ¥1,500 PGV in a Single Month	25%	5%	5%						
<b>DIRECT Consultant</b> US \$49 or CN \$56 (Business Kit)	25%								

Consultants may also qualify for pin and/or pay rank under the alternative qualification method for Silver, Platinum, Diamond and Royal Diamond rank.



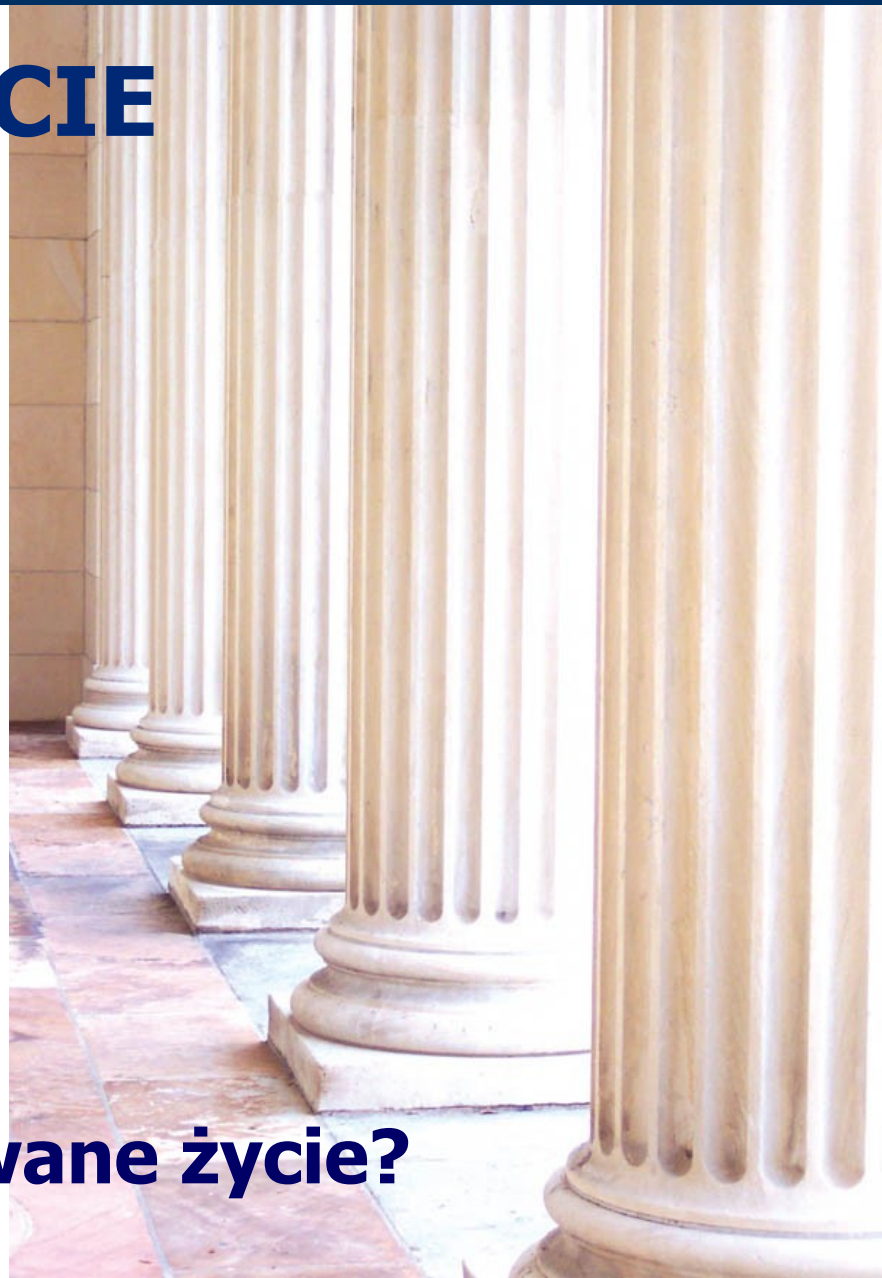
# ZBALANSOWANE ŻYCIE

## Pięć Filarów Zdrowia

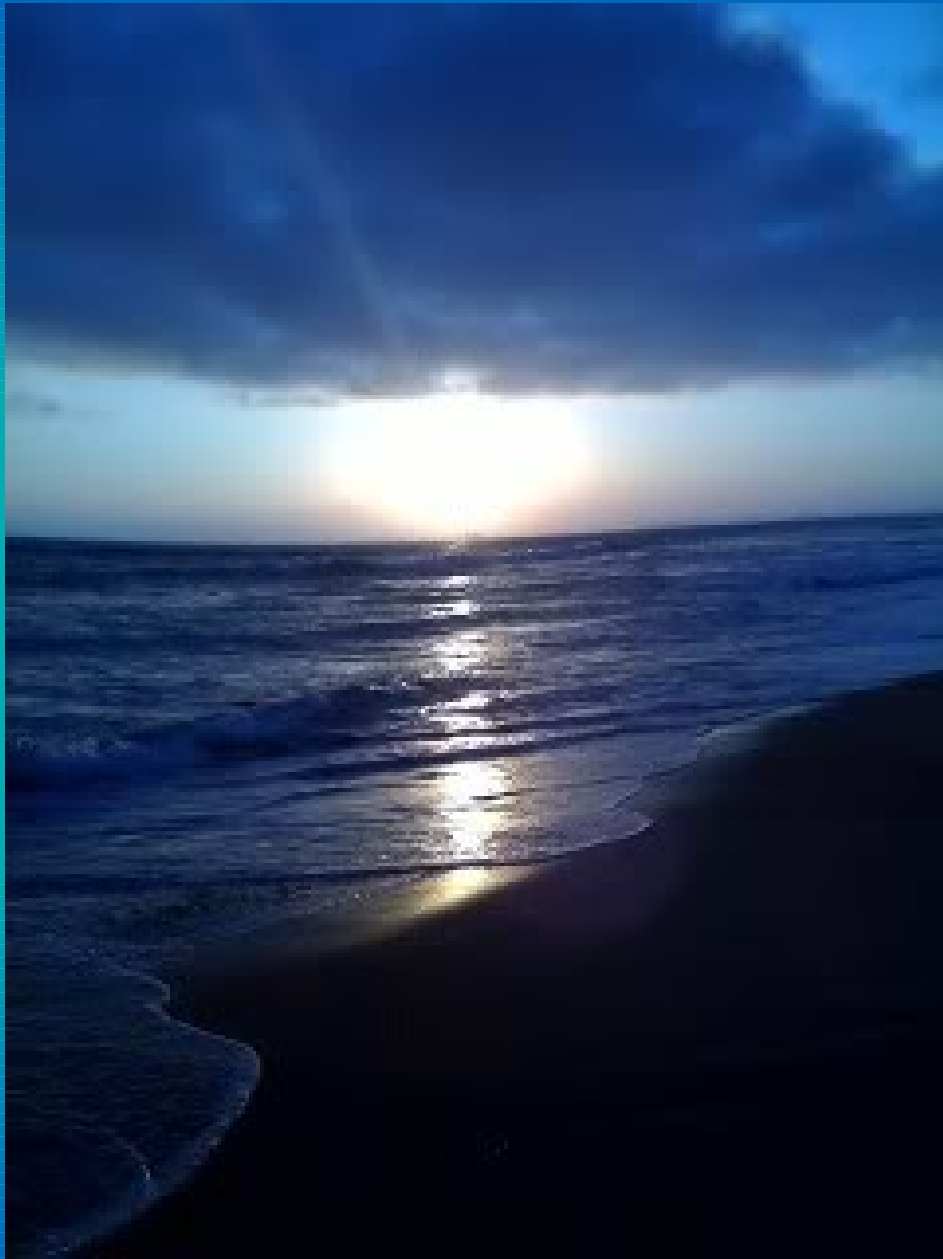
- zdrowe CIAŁO
- zdrowy UMYSŁ
- zdrowa RODZINA
- zdrowe SPOŁECZEŃSTWO
- zdrowe FINANSE

**Zadaj sobie pytanie...**

**Czy prowadzę zbalansowane życie?**







# PRZEMYSŁ – Wellness

- Styl życia oraz otoczenie stanowiące wyzwanie dla zdrowia
- Systemy zdrowia radzące sobie z chorobami
- Wzrastające koszty ubezpieczeń zdrowotnych
- Wzrost udziałów własnych uczestników
- Konieczność ponoszenia odpowiedzialności za profilaktykę
- Cel: utrzymać ciało w balansie, aby zapobiec chorobom
- Rozwiązanie: Nikken Wellness Home®



# Punkt 4

- Skorzystaj z oferty **NIKKEN**
- Bądź sceptyczny
- Sprawdź sam
- Jeżeli uważasz, że dobre – poleć innym





# Smog elektromagnetyczny i jego wpływ na środowisko

[http://www.sciaga.pl/tekst/26435-27-zagrozenia\\_wspolczesnej\\_cywilizacji\\_choroby\\_cywilizacyjne/](http://www.sciaga.pl/tekst/26435-27-zagrozenia_wspolczesnej_cywilizacji_choroby_cywilizacyjne/)

Bardziej zdradliwy niż ten tradycyjny, bo niewidoczny. Mianem tym - smog elektromagnetyczny - określamy mieszaninę pól elektromagnetycznych o różnych mocach i częstotliwościach. Jego obecność oddziałuje na organizmy żywe. Najbardziej szkodliwe są częstotliwości przemysłowe: 50-60 Hz i do kilkudziesięciu kHz, stosowane w niektórych systemach zasilających, z którymi bezpośrednio nie mamy na co dzień do czynienia.

# Pole elektromagnetyczne (PEM)

[http://www.sciaga.pl/tekst/26435-27-zagrozenia\\_wspolczesnej\\_cywilizacji\\_choroby\\_cywilizacyjne/](http://www.sciaga.pl/tekst/26435-27-zagrozenia_wspolczesnej_cywilizacji_choroby_cywilizacyjne/)

Na podstawie wielu badań i licznych obserwacji stwierdzono, że długotrwałe narażenie na działanie PEM prowadzi do szeregu reakcji ogólnoustrojowych, m.in. są to bóle i zawroty głowy, szybsze męczenie się, zaburzenia snu, pamięci, obniżenie koncentracji uwagi, ogólne osłabienie, niekiedy nerwowość.



# Telefony komórkowe

Użytkownicy analogowych telefonów komórkowych narażeni są na aż 80 proc. wyższe ryzyko zachorowania na nowotwory mózgu niż osoby, które takich aparatów nie używały. Wyniki najnowszych badań publikuje "European Journal of Cancer Prevention".

# Promieniowanie elektromagnetyczne jonizujące

Niekorzystne dla zdrowia jest z pewnością promieniowanie elektromagnetyczne jonizujące - mamy z nim do czynienia podczas prześwietleń rentgenowskich. Wiemy, że jakkolwiek długie poddawanie się działaniu tego promieniowania może być niebezpieczne, to prześwietlenie od czasu do czasu nie ma żadnego znaczenia dla stanu zdrowia.

- NAJCZĘSTSZE CHOROBY NOWOTWOROWE W POLSCE

Rodzaj nowotworu	Liczba zachorowań	Liczba zgonów
Rak płuc	19 738	18 295
Rak jelita grubego i odbytnicy	9 295	6 885
Rak piersi	8 416	4 381
Rak macicy	6 761	2 752
Rak nerki	3 380	2 124
Rak trzustki	3 368	3 528
Rak pęcherza	3 601	2 120
Rak prostaty	2 990	2 267
Rak jajnika	2 982	1 880
Białaczka	1 949	1 889
Czerniak złośliwy	1 280	719
Chłoniak nieziarniczny	852	455

Źródło: „Świat nauki”, 1996r.







