

איל כהן

(י)סודות הבריאות

דברים שלא תשמע מהרופא שלך

(י)סודות הבריאות



אן והריפוי הטבעי של מחלות תורשתיות, מחלות כרוניות,
מחלות אוטואימוניות ועוד...

איל כהן

הבנת החיים דרך מחלות החניכיים

קורא יקר:

הספר "סודות הבריאות" הוא תוצר של עשרות שנות עבודה ועלויות רבות. בחרתי לאפשר לך, הקורא, להוריד ולקרוא את שלושים העמודים הראשונים של הספר בחינם, כדי שתוכל להתרשם מכך שמדובר במידע איכותי ויוצא דופן, שיאפשר לך להבין ולרפא את מחלת החניכיים באופן טבעי בכל שלב, ויחסוך ממך סבל, הוצאות ענק ופגיעה קשה באיכות החיים.

כמו כן, תמצא בו מידע שיאפשר לך להימנע ממחלות, ממגבלות ומבעיות בריאותיות רבות אחרות ולרפא אותן באופן טבעי, ללא התערבות רפואית, ללא סבל וללא סיכונים.

מאחר שבעידן הקורונה המציאות משתנה במהירות שגם אני לא יכולתי לצפות, היום יותר מתמיד חשוב שאנשים רבים ככל האפשר יגיעו למידע זה שפרסומו עלול להיאסר באמצעות חקיקה יזומה מצד בעלי כוח ואינטרסים בכל טיעון אפשרי.

אני מקווה שתמצא לנכון לרכוש את הספר המלא. מה שייתן לך תמיכה טלפונית בכל הקשור במחלות החניכיים ויאפשר לך לעשות את תהליך הריפוי באופן מיטבי, וגם יתגמל אותי על שנים רבת של השקעה, יסייע לי להמשיך בפעילותי לתרגם אותו לשפות נוספות, ולהשקיע את הזמן והמאמץ הנחוצים כדי להוציא לאור את הספרים הבאים בסדרה, על מנת להביא את המידע החיוני הזה לכמה שיותר בני אדם בעולם, וכולי תקווה שתמליץ גם למכריך להוריד את חלקו הראשון של הספר, על מנת שהמידע ימשיך לזרום.

ניתן לשלם עבור הספר ב-BIT

ב-PayPal או בהעברה בנקאית.

[פרטים אודות רכישת המהדורה המודפסת של הספר.](#)

תודה, ותבוא עליך הברכה

דברים שלא תשמע

סדרת ספרי הארה

בריאות טבעית

ומודעות אובייקטיבית

מבוא

הספר "**ניסודות הבריאות**" פותח את סדרת הספרים "**דברים שלא תשמע מהרופא שלך**", בהבנת מחלות החניכיים (דלקת חניכיים ונסיגת חניכיים), שמהן סובלת- מרבית אוכלוסיית העולם והרפואה מחשיבה כמחלות "כרוניות", "תורשתיות", ובהגדרות אחרות ללא מוצא.

תמצא בו את כל המידע הנוגע למחלות אלו, לגורמיהן, לאופיין ולתהליכים השונים בהתפתחותן מן הממד האנרגטי, וכמו כן תמצא בו את הדרך היחידה להעביר את רקמת החניכיים שלך ממסלול של הרס מתמשך לנתיב של ריפוי ושיקום טבעי, שיאפשר לך להימנע מטיפולים רפואיים פולשניים, מסבל עצום, מעלויות ענק - ומפגיעה קשה באיכות החיים.

למרות שבשלב זה עדיין תתקשה להאמין שאפשר לרפא את מחלות החניכיים ללא התערבות רפואית, לאחר קריאת הספר, השאלה היחידה שתשאל את עצמך תהיה "איך ייתכן שעד היום אף אחד לא עלה על זה...".

שמי איל כהן, נולדתי בשנת 1961, נשוי באושר, אב לשלושה וסב לשלושה.

מרבית חיי עסקתי במוזיקה, ועד שנת 1993 הייתי מה שמוגדר אדם נורמטיבי; בכל בוקר התעוררתי לכוס קפה חם, בכל פעם שהייתה לי בעיה בריאותית ביקרתי את הרופא שלי ונטלתי תרופות על פי הנחיותיו, האמנתי לכל מחקר רפואי שפורסם בתקשורת וככל שהיה באפשרותי גם פעלתי לפי המלצותיו.

אפשר לומר ש"**חשבתי כפי שאנו אמורים לחשוב**", אך נכון יותר לומר ש"**לא חשבתי כפי שאנו אמורים לא לחשוב**", מכיוון שמרגע שאנו באים לעולם, החברה שבה אנו חיים מתכנתת אותנו לחשוב בדפוסים מקובלים, לפעול במצב אוטומטי, לנהוג לפי נורמות ומוסכמות, לבטוח בממסד, לציית לבעלי סמכויות, להאמין שהם יודעים מה טוב עבורנו ופועלים למען זה.

אם אתה שואל את עצמך למה אתה צריך לקרוא ספר בריאות שנכתב על ידי אדם שאינו רופא, ככל שידוע לי אני האדם הראשון בעולם שהצליח להירפא באופן טבעי מנסיגת חניכיים חמורה שממנה סבלתי, בדרך שכל אדם שיאמץ יוכל לרפא את עצמו.

בהנחה שעלות טיפול שיקום הפה היא לכל הפחות מאה אלף ₪, המהדורה הראשונה של ספר זה שנמכרה בארבעת אלפים עותקים, חסכה לקוראיה לפחות **ארבע מאות מיליון** ₪. בכך, לפחות למיטב ידיעתי, זה ספר הבריאות שחסך לקוראיו הכי הרבה כסף בהיסטוריה של המין האנושי, ומובטח לך שאם תקרא אותו ותפעל על פיו, גם אתה תצטרף לחוסכים.

פתח דבר - הסיפור האישי שלי :

שנים רבות התפתחה בפי נסיגת חניכיים מבלי שהייתי מודע לכך. למעשה, כמו צעירים רבים אחרים, לא ידעתי דבר על המחלה, לא היה לי שמץ של מושג לגבי חומרת מצבי ומה שמצפה לי בהמשך.

בגיל 25 בערך, כאשר הבחנתי שמהו נראה לא תקין ברקמת החניכיים שלי שכבר הייתה בנסיגה בולטת לעין, בבורותי הלכתי להיבדק אצל רופא עור. הוא, שמן הסתם ידע במה המדובר, שלח אותי מייד לרופא השיניים ממנו שמעתי את ההסברים המקובלים: "אנחנו מכירים את הבעיה. זה תורשתי, כפי הנראה גם ההורים שלך סבלו מזה, אין מה לעשות בשלב הזה, ברגע שזה יפריע לך תבוא ונטפל בזה".

מכיוון שעדיין לא סבלתי מכאב או מבעיה תפקודית, סמכתי על דברי הרופא שאין מה לעשות והנחתי לזה, אלא שזה לא הניח לי ומצבי הוסיף להידרדר בהתמדה, עד ששבע שנים לאחר מכן, ביוני 1993, כשהייתי בן שלושים ושתיים, התוודעתי באופן פתאומי לשיא עוצמת המחלה. בשלב זה שבו רקמת החניכיים שלי קרסה ונעלמה בבת אחת, כבר לא יכולתי להתעלם מהמצב, מכיוון שסבלתי מבעיה אסתטית קשה שלא אפשרה לי לפתוח פה או לחייך, מכאבי תופת מרגישויות לקור, חום וטעמים כמו חצוץ ומתוק, מקושי לנשום דרך הפה בגלל כאב עז שנגרם כתוצאה מרגישות של שורשי השיניים לאוויר הקר, והחמור ביותר הוא ששיניי איבדו את אחיזתן והחלו להתנדנד, וכתוצאה מכך לא יכולתי לאכול מזון מוצק.

כפי שכל אדם נורמטיבי במצבי הקשה היה נוהג, כבר באותו יום מיהרתי בבהלה אל רופא השיניים שלי על מנת לקבל עזרה.

עכשיו אותו רופא הסביר לי באדישות מצמררת שהמצב הזה היה צפוי, ושכפי הנראה אזדקק לניתוח חניכיים או להחלפת השיניים, אך מאחר שזה כבר לא בתחום עיסוקו, הוא הפנה אותי לקולגה, רופא מומחה למחלות חניכיים, על מנת לקבל ייעוץ וטיפול מתאים.

אני זוכר את עצמי בדרכי הביתה מרופא השיניים, יושב באוטובוס כואב ומיואש, ובראשי מחשבות קודרות על כך שאני עומד לאבד את השיניים ולהחליף אותן בפרוצדורה רפואית כואבת ויקרה. מילא הטראומה הכרוכה באיבוד השיניים שכבר נראתה כמו גורל בלתי נמנע, אבל איך נכנסים להוצאה כספית כזאת לא מתוכננת, כשאני אבא צעיר לשלושה ילדים קטנים שבקושי מצליח להאכיל אותם...

אילו הייתי בגיל שישים או שבעים, ייתכן שהייתי מתייחס לזה כחלק מבלאי טבעי של הגוף ומתמסר לטיפול הרפואי מבלי לשאול שאלות, אך בגיל שלושים ושתיים מצב זה גרם לי טלטלה נפשית בקנה מידה של רעידת אדמה. לפני שפניתי לטיפול רפואי, בניסיון להקל את הכאב ולמשוך כמה שיותר זמן, ערכתי על עצמי ניסוי שלתדהמתי ולמזלי החזיר את הפה לתפקוד תקין במהירות מדהימה, ולקח אותי למסע של תובנות ושל שינויים באורח החיים, ששינה את תפיסת העולם שלי מן הקצה אל הקצה.

הניסוי החל בכך שבשיאה של המחלה, משחשתי שהרגישות והכאב באו משורשי השיניים החשופים, בתקווה להקל אותם, עיסיתי מעט את רקמת החניכיים על מנת לנסות להחזיר אותה לכסות את השורשים. למזלי, הייתי מספיק רגיש כדי לחוש שהכאב פחת מעט ובנוסף תנועת השיניים פחתה.

מכיוון שעדיין לא היה לי שום מושג בנוגע לגורם המחלה ולתהליכה, כמה שעות לאחר מכן הכנתי לעצמי כוס קפה כפי שנהגתי לעשות בשגרה. רק לגמתי והתוהו ובוהו שב אל פי, כולל הכאבים, הרגישויות ואיבוד יציבות השיניים. שוב מיהרתי לעסות על מנת להרגיע את הסימפטומים, וכך חלפו להם כוס קפה חם ואחריו עיסוי להרגעה ועוד כוס קפה ועוד עיסוי להרגעה במן שגרה מוזרה של תוהו ובוהו ורגיעה.

אחרי כמה כוסות קפה שגרמו לאותו תסריט בדיוק, **כמו כל אדם שחונך לחשוב במושגים של חומר**, חשבתי שהגורם להידרדרות הוא חומר כלשהו המצוי בקפה, ומכיוון שאהבתי שתייה חמה, החלטתי לוותר על הקפה ולעבור לשתיית תה, **שלתדהמתי הביא לאותן תוצאות בדיוק**.

בנקודה זו התחלתי לחשוד בחום, מה שגרם לי לזעזוע מכיוון שכפי שהיה ידוע לי, עד אז חום המזון והמשקה מעולם לא נחשד כגורם מחלות, ולא זו בלבד אלא שבתרבות שלנו החום נחשב כגורם מהנה, מועיל ומרפא. כצרכן כפייתי של ה"תרופה" הזאת, בשל הקושי לוותר על ההנאה ועל ההרגלים, ערכתי על עצמי לא מעט ניסויים שגרמו לי להבין עד כמה שגם חום בטווח טמפרטורות נמוך שנראה תמים לכאורה, הרסני.

התובנה שהמחלה שממנה סבלתי נגרמה כתוצאה מהחשיפה לחום, הביאה לכך שהחלו לשטוף את מוחי ללא מנוח מחשבות על כל כך הרבה טעויות שעשיתי ונזקים שגרמתי לעצמי במהלך חיים שלמים של חוסר מודעות. לאחר שעיבדתי את המידע, ניסיתי לשוחח עם רופאים מכרים כדי לשמוע את דעתם אודות התפיסה הכל כך שונה מן המקובל, אך לאכזבתי, כל אנשי המקצוע שאליהם פניתי הגיבו בביטול, מהנימוק שהגישה שהבאתי מעולם לא נחקרה על ידי המדע והיא לא מופיעה בספרי הרפואה. בניסיון להסביר את השיפור במצבי, היו שטענו שאני סוג של נס-רפואי שאינו מעיד על הכלל, והיו שטענו שהשיפור זמני ושאוטוטו המצב יחזור להיות כשהיה.

האמת היא שבמצבי הקשה הייתי אסיר תודה אם הייתי מרוויח עוד שנה או שנתיים עם השיניים, אבל נכון לעכשיו, בגיל שישים, כמעט שלושים שנה מאז אותו משבר, שיני יציבות ומתפקדות היטב, מעולם לא נזקקתי לטיפול מרופא חניכיים, לפי כל הסימנים לא אזדקק לטיפול כזה בעתיד, והשיפור ה"זמני" הזה יימשך כל חי.

תוצאות הניסוי הדגימו בפניי את יכולתו המופלאה של הגוף להשתקם ולהחלים ממצבים שלכאורה נראים בלתי הפיכים, מבלי שנצטרך לעשות דבר **מלבד לא להזיק לו, על מנת לאפשר לו לממש את השאיפה ואת היכולת שלו לריפוי טבעי.**

לאחר שחוויתי את שיאה של המחלה והצלחתי להבין אותה ולרפא אותה באופן טבעי, הידיעה שניתן לסייע למיליוני אנשים להירפא ממחלת החניכיים ללא התערבות רפואית ולחסוך כל כך הרבה סבל, הביאה לכך שהנושא בער בעצמותיי.

בניסיון להניע מחקר פניתי למשרד הבריאות, אך לתדהמתי פקידה שענתה לטלפון אמרה שאם איני רופא או סטודנט לרפואה אין לה שום אפשרות לעזור, והציעה לי לפנות אל התקשורת על מנת לנסות להפיץ את המידע.

עשרות פניות לתקשורת, בין אם לעיתונאים, לתוכניות טלוויזיה ולכל מדיה אפשרית, נהדפו על הסף בדיוק מאותה הסיבה, וגרמו לי להבין שגם פה אין עם מי לדבר.

דחיית מידע בעל משמעות כה רבה מצד מערכת הבריאות ומערכת התקשורת שבהן חונכתי להאמין ולבטוח, גרמה לי להבין שקיים קשר של שתיקה בין גופים ממסדיים, המנצלים את מצוקת החולים, את האמון העיוור ואת התלות שלהם במערכת, על מנת לכוון אותם לצרוך תרופות ולעבור ניתוחים וטיפולים רפואיים פולשניים, מתוך מטרה למקסם את הפוטנציאל הכלכלי מהסבל שגורמת המחלה. כתוצאה מכך עברתי משבר אמון קשה שגרם לי להתמוטטות נפשית, והביא לידי כך שחוויתי **הארה רוחנית** עוצמתית, בה קיבלתי מבול של מידע שאפשר לי להבין תופעות רבות מספור, הקשורות לחיים ולבריאות מתוך הבנת הממד האנרגטי. ככל שתתקדם בסדרת ספרים זו, תבין שבכל הנוגע לחיים ולבריאות, לממד האנרגטי יש משמעות הרבה יותר גדולה מאשר לממד החומרי שבו המדע והרפואה מרוכזים, ושלהפרות שונות של איזונים שבו יש השלכות גורליות על בריאותנו ועל קיומנו.

השקפת עולם המכירה בממד האנרגטי של החיים, עשויה להסביר באופן ברור תופעות הקשורות בגוף ובנפש, ואף לאפשר למנוע ולרפא מחלות רבות, המתפתחות כתוצאה מהפרות שונות של איזונים אנרגטיים, ממצוקה אנרגטית ומחנק אנרגטי.

הממסד המדעי והרפואי שמתעלם מן הממד האנרגטי באופן שיטתי, אינו מסוגל להסביר או לרפא מחלות אלו, ומגדיר אותן כמחלות "אוטואימוניות"/"תורשתיות"/"כרוניות"/"אידיופתיות"/"ווירליות", ובהגדרות אחרות היוצרות את הרושם שמדובר במחלות חשוכות מרפא. בהמשך לכך, הסובלים מהן מטופלים לאורך כל חייהם בתרופות ובטיפולים פולשניים.

הבנתי שלמידע שחוויתי באותה הארה יש חשיבות גורלית, ושהמטרה שלשמה קיבלתי אותו היא להעבירו לעולם, כדי לאפשר לבריות לבחון את השקפת העולם המקובלת מול מידע שונה לחלוטין, ומכיוון שהאקדמיה והתקשורת היו חסומות בפני, הדרך הטובה ביותר שמצאתי לעשות זאת הייתה באמצעות כתיבת ספר, שהשם שבחרתי עבורו היה **"דברים שלא תשמע מהרופא שלך"**.

לאחר שבתוך שנה כתבתי קרוב לאלף עמודים, הבנתי שאין מנוס מלחלק את המידע לסדרת ספרים, בכדי להקל עליי את מלאכת הכתיבה והעריכה - ולהקל על הקוראים את ההתמודדות עם כמות כה גדולה של מידע, שהוא כל כך שונה מכל מה שחונכנו עליו.

בשנת 1997, לאחר שהוצאתי לאור את המהדורה הראשונה של ספר זה, שוב ניסיתי לפנות לתקשורת, בתקווה שספר שכתוב בצורה ברורה ומפורטת יזכה ליותר תשומת לב, אך עשרות עותקים של הספר ששלחתי לתוכניות שונות בערוצי תקשורת שונים, פעם אחר פעם נדחו וזכו להתעלמות.

כך, במשך שנים, הבודדים שנהנו מהספר, היו בני-המזל שנודע להם עליו דרך אתר האינטרנט שלי, ושהיו פתוחים לצאת לדרך שונה.

ספר זה הוא המהדורה השנייה של אותו צעד ראשון באותו מסע להבנת הממד האנרגטי של החיים.

הבהרות:

- **בפתח דבריי אבהיר שאיני רופא ושהמידע שבספר זה אינו רפואי.**

זו אינה התנצלות. משמעות הדבר שלא תמצא לו סימוכין במקורות רפואיים - או תמיכה בקרב רופאים וברי סמכא, מאחר שהרפואה אינה מכירה במידע שבו. אצל הרופאים תמצא פתרון רפואי מבלי שתצטרך לחשוב או לקחת אחריות, אך אם הגעת עד לכאן בחיפוש אחר ריפוי טבעי, חשוב שתבוא בראש פתוח לקבל מידע שונה מן המקובל.

- להבדיל מספרי רפואה שנכתבים על ידי רופאים ואנשי מדע העוסקים בכימיה ובמכניקה של הגוף, ספר זה עוסק בהבנת הדרך שבה הפרות איזונים של אנרגיה ומצוקה אנרגטית גורמים למחלות - וכיצד באמצעות שמירה על איזון אנרגיה ותמיכה אנרגטית ניתן למנוע ולרפא מחלות באופן טבעי, ולהימנע מהצורך בטיפולים רפואיים שהם בעיקר סימפטומטיים, אינם יעילים בטווח הארוך, ובמקרים רבים הם פולשניים וטראומטיים.

- ריפוי של מחלות החניכיים בדרך שספר זה מציע מבוסס על לקיחת אחריות ועל שינוי עמוק וחד משמעי באורח החיים, שימנע פגיעות ברקמה החולה, ויאפשר לה לממש את שאיפתה ואת יכולתה להשתקם ולהחלים באופן טבעי. אם תפעל נכון, שינוי זה יאפשר לגופך לרפא את המחלה, אך בשל הקושי לעשותו ברמה החיונית להצלחה, אתה יוצא למסע של ריפוי טבעי על אחריותך הבלבדית, ואני מאחל לך שתיישם את הדרך במסירות שתאפשר לך ליהנות מיכולות השיקום של גופך באופן המיטבי.

מרגע שתפעל נכון, ההידרדרות תיעצר - וכבר בתוך ימים ספורים אתה אמור לחוש הטבה במצבך, שתבוא לידי ביטוי בירידה בכאב/ בדימום/ במתח - ובשיפור במובן האסתטי והתפקודי של רקמת החניכיים. **אם לאחר שבוע או שבועיים אינך חש בשיפור, אינך מיישם את המידע שבספר באופן נכון**, ואני ממליץ לך לקרוא אותו שוב על מנת להבין היכן אתה טועה!

אם אתה פועל נכון ואין שיפור במצבך - או שחלה בו החמרה שאיננה מוסברת בספר, ייתכן שמקור הבעיה שממנה אתה סובל שונה מהגורם שבו ספר זה עוסק, ותאלץ למצוא לה פתרון אחר (הסיכוי לכך, להערכתך, הוא של אחד לכמה אלפים - אם בכלל).

על אף החשיבות העצומה של הבנת מחלות החניכיים, ספר זה הוא פרק ראשון במסע רוחני לאורך סדרת הספרים "דברים שלא תשמע מהרופא שלך", ובו הן משמשות צעד ראשון בדרך לאמת גדולה הקשורה בהבנת החיים ובריפויים. משום כך תמצא בו ביאורי מושגים, ניפוץ מיתוסים, ומידע שונה מן המקובל לגבי משמעותם של דברים שונים הקשורים בחיינו.

בברכת מסע מוצלח ורפואה שלמה.

אם הפתרון כל כך פשוט, מדוע חשוב לקרוא את כל הספר...

אף שמקריאה שטחית אתה עשוי להסיק שריפוי טבעי של מחלת החניכיים פשוט, חשוב שתדע שללא קריאת הספר, ברמה המעשית הסיכוי לעבור את התהליך בהצלחה לטווח הארוך כמעט אפסי, וגם אחרי קריאתו הריפוי מאתגר.

הקושי נובע מכך שבדרך לריפוי הטבעי ישנם לא מעט מכשולים **פסיכולוגיים** (נפשיים), **פיזיולוגיים** (גופניים) ו**סוציולוגיים** (חברתיים), וללא הבנת ההיבטים השונים של מחלות החניכיים והפנמת המידע, לא תהיה מסוגל לעבור אותם.

במישור הפסיכולוגי, אנו חושבים ופועלים לפי מידע המתקבל מגורמים שבהם חונכנו להאמין ולבטוח, מבלי שנהיה מסוגלים להטיל בהם ספק וללא יכולת לבחון או לבקר אותם. משלב שאנו מתחילים להבין, אנו מחונכים לתפוס את המציאות בדרך המקובלת ולפעול לפי מוסכמות, נורמות, אמונות, דעות קדומות, מיתוסים ומנהגים תרבותיים, בזמן שחלקם גורמים לנו נזקים קשים מבלי שנהיה מודעים לתהליכים שבהם זה קורה. גורמי מחלות החניכיים הקשורים בנורמות, מנהגים ומיתוסים, קיבלו משמעויות כה רבות בכל התרבויות בעולם, שהסובלים מהן לא יהיו מסוגלים לוותר עליהם, כל עוד הם אינם מודעים לנזקים הישירים והעקיפים שהם גורמים לבריאותם.

במישור הפיזיולוגי, עיקר הקושי קשור במנגנוני ה"הומיאוסטזיס" (מיוונית "להישאר אותו הדבר"), שבאמצעותם גופנו מתנגד לשינוי, והם מנהלים את התנהגותנו מתוך הת-מודע, ופועלים בדרכים שונות במטרה לשמר את המצב הקיים, שבמקרה זה הוא המחלה המחמירה בהתמדה.

במישור החברתי, משלב שתבין את ההרס הכרוך בגורמי המחלה ותנסה לוותר עליהם על מנת לאפשר לגופך להתרפא באופן טבעי, החברה תעשה הכול על מנת "לנרמל" אותך ולהחזיר אותך לדפוסים המקובלים. מה שמצריך מצידך אופי חזק, נחישות - ובעיקר הבנה עמוקה החיונית כדי לעבור את התהליך בהצלחה.

בספר זה אני בוחן מנקודת מבט אובייקטיבית, נטולת אינטרסים והשפעות תרבותיות, מידע, מיתוסים, אמונות תפלות ומנהגים תרבותיים המעצבים את תודעתך ומכוונים אותך לנהוג באופן הרסני, על מנת לשנות את דפוסי החשיבה שלך, וכפועל יוצא את התנהגותך, באופן שיאפשר את הריפוי הטבעי של מחלת החניכיים.

ככל שתפנים את המידע תעשה פחות טעויות, תוותר על גורמי המחלה מבלי לחיות בתחושה שאתה מפספס משהו ותשיג ריפוי מהיר ואיכותי יותר. בנוסף, חוויית הריפוי הטבעי תסייע לך להתחבר לפן הרוחני של אישיותך, ואף לפתח ולטפח אותו.

מאחר שהמידע שבספר זה סותר את כל מה שגדלנו עליו וחונכנו להאמין בו, לאורך הזמן המוח נוטה להדחיק ו"לשכוח" אותו או להמעיט בערכו, כדי לחזור להרגלים הישנים הנוחים והמוכרים. על מנת לחדד את התובנות שעלולות להתקוות, ולמנוע מהדפוסים הישנים להשתלט שוב על תודעתך ועל התנהגותך, מומלץ לקרוא אותו שוב כעבור מספר חודשים.

ביאור מושגים:

לאחר שכבר השתמשתי במושג "הארה" אסביר מהי, ומדוע גם אם חונכת לדחות אותה או לראות בה דבר לא רציונלי, במקרה זה, על מנת שתהיה מסוגל לרפא את מחלות החניכיים באופן טבעי - ובהמשך גם מחלות רבות אחרות, אין ברירה, ואתה חייב לחוות אותה.

אף שהתרבות שבה אנו חיים הצליחה להפוך את משמעותו של המושג 'הארה' לשלילית ולגרום לנו לזלזל בו כשקישרה אותו עם מיסטיקה, סמים וכתות שונות, הרי שבתת ההכרה אנו חשים אותו מאוד בנוח. לראיה, בתוכנות מחשב רבות - כמו גם בספרי מידע, משתמשים בסמליל של נורית מאירה על מנת לסמן הסברים, רעיונות וטיפים.

למעשה, כולנו חווים הארות קטנות בחיי היומיום, וכל דבר שאנו לומדים מדליק אצלנו משהו בתודעה וכרוך בהארה כלשהי שאנו חווים. ניתן להסביר את ההארה באופן פיזי ואפילו באופן מדעי, אלא שלשם כך נצטרך לשנות את תפיסת העולם מזו של המדע הרואה את תפקודי המוח בממד החומרי, לתפיסה הרואה את תפקודי המוח בממד האנרגטי.

"הארה" היא חוויה המשנה את התודעה. על מנת להבין את הקושי שבשינוי התודעה, חשוב שנהיה מודעים לכך שהחשיבה וההתנהגות שלנו מעוצבים בדפוסים שהתרבות שבה אנו חיים יצרה לנו בתודעה מתחילת חיינו. ככל שהאדם בוגר קשה יותר לשנות את אותם דפוסים - ולמעשה, קל יותר לחצוב בבטון מאשר לשנות דפוסי חשיבה של אדם בוגר, וזה מה שהופך את החברה שלנו לשמרנית ומקובעת.

"הארה" היא חוויה שבה אדם מקבל מידע שדורס את הדפוסים שבהם הוא חונך לחשוב ולנהוג, תוך שהוא נותן הסברים ברורים לדברים שלפני כן לא הייתה לו שום דרך להבין, ויכולת לשנות את חייו מתוך לקיחת אחריות על מנת לשנות את המציאות.

הסיבה לכך ש"הארה" היא חוויה מטלטלת היא שהמשמעות הפיזית של שינוי דפוסי חשיבה, היא שינויים בזרימת הדם במוח. מכאן, ככל שהמידע שבהארה עוצמתי, היא עלולה לגרום תסמינים כמו כאב ראש, משברים קשים - ובמקרים קיצוניים אפילו זעזוע מוח, אירוע מוחי או התקף לב.

הסיבה לכך שאנו מתנגדים למידע כזה, מתעלמים ממנו ודוחים אותו, היא אינסטינקט להגן על הלב ועל המוח מפני שינויים קיצוניים בזרימת הדם.

ספר זה הוא ספר הארה, במובן שהוא נכתב במטרה לסייע לך להשתחרר מדעות קדומות, ממיתוסים, ממערכת של אמונות מעוותות, מערכים קלוקלים ומדפוסי חשיבה והתנהגות הרסניים שהוטמעו בך על ידי התרבות שבה אתה חי, ולהחליף אותם בכאלו שיאפשרו לגופך לעמוד באתגר הריפוי הטבעי בדרך היעילה ביותר, עם מעט קונפליקטים ככל האפשר.

העובדה שבחרת להיעזר בספר שנכתב על ידי אדם שאינו רופא כדי לפתור בעיה בריאותית, מעידה על כך שיש לך את הפוטנציאל לחוות את ההארה שתאפשר לך לחיות חיים בריאים ונכונים, ולהיפטר מהסבל העצום הכרוך במחלות החניכיים.

הספר מוקדש באהבה למשפחתי,
 לגילה, אשתי המדהימה, שמאפשרת לי להיות אני ושזכותה אני נשוי ומאושר.
 לילדיי המדהימים, רן, אוהד וטל, ולבנותיי האהובות יהלי ורביד. אוהב אתכם וגאה בכם.
 לכלותיי האהובות, שירן ומאיה, לנכדיי נועם, רומי ומיכאל, בתקווה שזוכה לחיות בעולם
 טוב יותר.
 לזכרה של אימי, אידה כהן ז"ל, שאיבדה את שיניה ואת שמחת החיים שלה בגלל מחלת
 חניכיים הרבה לפני שהתוודעתי למידע שיכול היה להצילה.
 לזכרו של אבי, מיכאל כהן ז"ל, איתו זכיתי לעבור מסע רוחני מרתק, מאתגר ומאלף.

כתיבה ועריכת תוכן : איל כהן

איורים : משה פז

פסל הכריכה : ראם לוי

צילום הכריכה : עוזיעם (עוזקה) ספיר

תודה לאחותי מירית בן וויס ולאחי שי כהן על העזרה בעריכה
 תודה לכל מי שרכש ספר זה על נטילת חלק במסעי הרוחני, ואיחולי לדרך צלחה ובריאות
 טובה.

הוצא לאור על ידי איל כהן,

ראשון לציון,

ישראל.

מהדורה ראשונה 1997

מהדורה שנייה 2019

מהדורה אחרונה 2022

ספר זה מוגן בזכויות יוצרים :
 חל איסור לצלם, להדפיס, להעתיק, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגרי מידע, לקרוא
 בפומבי, לשדר או לקלוט מסמך זה או חלקים ממנו בכל דרך שהיא, ללא הסכמת המחבר.
 שימוש מסחרי אסור בהחלט. כל אזכור של חלקים מספר זה חייב בהסכמת המחבר.

© כל הזכויות שמורות למחבר

הספר כתוב בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד. הוא מיועד לכל אדם באשר היא והוא.

תוכן העניינים

3	מבוא
16	איך דפקו לנו את המוח באמצעות מושגים...
20	האתגר שבלחיות עם השיניים לאורך כל החיים
24	מחלות החניכיים - הגורם והתוצאות
26	נסיגת החניכיים
31	עוף פריודונטלי
	הציפורן הדנטלית - ניסוי תאורטי
	דלקת חניכיים
	כיסי החניכיים
	מעגלי הסבל
	סתירת התזות המקובלות על הממסד הרפואי
	הטקס ההרסני המשותף לכל התרבויות בעידן המודרני
	מיתוסים הקשורים במשקאות חמים ובארוחות חמות
	הקשר בין מחלות החניכיים למלחמת האדם באיתני הטבע
	איך אנחנו גורמים להתפתחות מחלות כל כך קשות מבלי לחוש כאב
	מה עליך לעשות
	טיפול בנסיגת החניכיים
	טיפול בדלקת החניכיים
	שאלות הנשאלות תדיר
	ביאור מושגים:
	חלק ב': רפואה מערבית לעומת ריפוי הוליסטי
	ביאור מושגים: רייקי והילינג
	ריפוי טבעי של דלקות
	ריפוי טבעי של פריצת דיסק
	ריפוי טבעי של מחלות נוירולוגיות
	לקויות שמיעה
	ריפוי טבעי של שחמת הכבד
	אי-ספיקת כליות
	ריפוי טבעי של פצע סוכרת
	ריפוי טבעי של מחלת הסרטן
	האם יש אפשרות לרפא שן חולה בעששת?
	קטרקט וגלאוקומה
	כוח הריפוי של נשיקה
	ביאור מושגים:
	חוות דעת שנייה אינה חוות דעת שונה
	הדיסוננס הקוגניטיבי
	לסיכום החלק הזה של הספר
	נספח א': מחלות החניכיים כמבוא למודעות אובייקטיבית
	נספח ב': אודות סדרת הספרים "דברים שלא תשמע מהרופא שלך"

הקדמה - ונשמרתם מאד לנפשותיכם...

מכיוון שהמידע המצוי בספר זה נוגד את כל מה שחונכנו להאמין בו, הוא עלול לגרום לך קונפליקטים שיתבטאו בתחושות כמו אי-נוחות, לחץ ומתח. על מנת למנוע נזק בריאותי העלול להיגרם במצבים מסוג זה, **בזמן קריאת פרק זה אני ממליץ לך להניח את כף ידך על הקרקפת לשם התנסות**. אחרי שתבין איך זה עובד, תוכל להשתמש באמצעי זה בנסיבות שונות שבהן תחוש שהדבר עשוי להועיל לך.

עכשיו, בהנחה שעדיין יש לך שיער, אם הייתי אומר לך שאפשר למנוע או לפחות לעכב משמעותית את נשירתו ואת הלבנתו ללא עלות כספית, ומבלי להשתמש בחומרים כלשהם, היית מאמין?

במצבי מתח, מצוקה, לחץ או חרדה, אם אתה חש בזרמים של קור בקרקפת (צמרמורת/ "נימול" וכדומה), תחושה זו היא תוצאה של התפתחות של מצב שנקרא "אי-ספיקת קרקפת", כאשר כלי דם שבקרקפת מתכווצים, אספקת הדם אליה פוחתת ולחץ הדם שבה בעלייה.

מאחר שחלק מתפקידם של כלי הדם שבקרקפת הוא להזין את שורשי השיער באמצעות אספקת הדם, בהתאם לגנטיקה של כל אדם, בחלק מן המקרים התכווצות כלי הדם גורמת להתייבשות השורש ולנשירת שיער, ובמקרים אחרים היא אינה מאפשרת לפיגמנטים להגיע אל שורשי השיער, ובשל כך השיער מלבין.

כדי למנוע או לפחות להאט משמעותית תהליכים של איבוד שיער והלבנה, ברגע שאתה חש בזרמים של קור בקרקפת, הנח עליה את כף ידך במטרה לנסות להרגיע את כלי הדם ולמנוע מהם להתכווץ.

הזמן החשוב ביותר לעשות זאת הוא בלילה, בדקות או אפילו בשניות שלפני השינה. הסיבה לכך היא שלפני השינה אנו נחים ממרוץ היומיום ועושים חשבון נפש, במסגרתו חולפות בראשנו מחשבות מלחיצות ולא נוחות על חוויות שעברנו במהלך היום - ועל מה שמצפה לנו ביום שלאחריו. במידה שבמצביאות המטורפת שבה אנו חיים יש מצוקה, היא עלולה לגרום לכלי דם שבקרקפת להתכווץ, וככל שבמהלך הלילה כלי הדם נשארים מכווצים, נגרמת לקרקפת טראומה¹ שבגללה אנו מתעוררים בבוקר עם פחות שיער.

על מנת להגדיל את הסיכוי לשמור על השיער, נסה להירדם כאשר כף ידך מונחת על הקרקפת. אם תעשה זאת לאורך זמן, יש סיכוי שתראה תוצאות, לפחות במידה כלשהי. מניסיוני האישי זה עוזר. איני יכול להבטיח שבמקרה שלך זה יעבוד, אבל זה לא מצריך ממך שום דבר ובכל מקרה זה לא יכול להזיק, אז אין סיבה לא לנסות. ☺

¹ המשמעות של טראומה היא שיבושים בזרימת הדם. בין שמדובר בטראומה גופנית או בטראומה נפשית, בשניהם ברמה הפיזית מדובר בשיבושים בזרימת הדם שהתוצאה שלהם היא פגיעה בתפקוד.

אמצעי חשוב נוסף שמומלץ להשתמש בו במצבי לחץ על מנת למנוע נזק בריאותי, הוא הפיהוק.

המדע מתייחס לפיהוק כאמצעי להעלאת כמות החמצן שבדם, אבל התייחסות זו אינה עומדת על משמעויותיו הרבות ועל חיוניותו. נכון יותר להתייחס לפיהוק כמנגנון ריפוי עוצמתי שהגוף משתמש בו בין אם במצבים של עייפות - או גם במצבים שונים של מצוקה כמו חרדה, מתח ולחץ, הגורמים לקנה הנשימה להתכווץ, ולמעשה לחנק תוך הקטנת כמות האוויר שאנו נושמים.

בין תפקידיו החיוניים הפיהוק משמש כמנגנון התמתחות המרחיב את קנה הנשימה ואת כלי הדם שבו, במטרה להתנגד לאותה התכווצות ולשחרר את הגוף מהחנק שהוא נקלע אליו. בנוסף לכך, הפיהוק מרחיב את כלי הדם בגב ובעמוד השדרה. בכך הוא משחרר מתח, מפחית כאבים ומסייע לשפר את תפקודיו של הגוף בכל המובנים, **ואם תקפיד לפהק לפני כל פעילות מאתגרת, בין אם נפשית ובין אם גופנית (לדוגמה: לפני שאתה מרים משא כבד), תגדיל משמעותית את סיכוייך לצלוח אותה בצורה טובה יותר ומבלי להינזק.**

התרבות שבה אנו חיים חינכה אותנו לייחס לפיהוק משמעויות שליליות כמו עייפות, חולשה, הפגנת שעמום, זלזול, חוסר נימוס, עלבון, ביזוי, ואחרות, ומסיבה זו רבים נוהגים לכבש אותנו. בכך הם גורמים לקנה הנשימה לאבד את גמישותו, עד שבשלב כלשהו הם מאבדים את היכולת לפהק גם כשהגוף מאוד זקוק לזה. כתוצאה מכך כלי הדם ברקמות רבות מאבדים את גמישותם וזרימת הדם בהן נפגעת, והדבר עלול לבוא לידי ביטוי בהתפתחות מחלות ובעיות בריאותיות רבות ושונות העלולות לפגוע קשות באיכות חייך. קשה להאמין, אבל ביניהן מחלות כרוניות כמו אסטמה, COPD (חסימת ריאות כרונית), פריצות דיסק - ואפילו דום לב.

עצתי לך, הימנע מלכבוש פיהוקים. פהק ככל יכולתך ואל תתבייש להדביק גם את הסובבים אותך, מכיוון שבכך אתה עשוי למנוע מעצמך ומהם לא מעט סיבוכים בריאותיים וסבל.

בהמשך הסדרה, אתייחס לנושאים אלו בהרחבה במקומות הרלוונטיים. אך לעת עתה, על מנת למנוע נזק במהלך הקריאה, אם תרגיש אי-נוחות, מתח או לחץ, הנח את כף ידך על הקרקפת או פהק **פיהוק עמוק**. מומלץ שניהם. ☺

איך דפקו לנו את המוח באמצעות מושגים...

מאז שחוויתי הארה, ניסיונותיי לשוחח עם אנשים בנושאים הקשורים בחיים ובבריאות, מובילים לתחושה שאנו מדברים בשפות שונות, מה שגורם לחוסר יכולת לתקשר באופן כמעט מוחלט - ולעיתים אף לעוינות (ספוילר : אחרי קריאת הספר זה יקרה גם לך...).

הסיבה לכך היא שמרגע שאנו מתחילים להבין את המציאות בדרך שונה מן המקובל, האנשים שסביבנו יעשו הכל כדי "לתקן" אותנו והחזיר אותנו לדפוסי החשיבה הנורמטיביים, שהם ההיגיון שהחברה שבה אנו חיים יצרה בנו. לאחר שחונכנו למה נכון ומה לא נכון, מה טוב ומה לא טוב, במה להאמין ובמה לא, מה מותר ומה אסור, מה צודק ומה לא, מה נורמלי ומה לא, במי עלינו לבטוח ולמי עלינו להתייחס כהזוי וכדומה, אנו שופטים כל מצב לפי אותו היגיון, ונלחמים עבור מה שנתפס בעינינו כנכון. כך, מידע שאינו מתיישב עם הדפוסים שעוצבו בתודעתנו, נתפס כמשולל היגיון (לא מתקבל על הדעת), **ואנו מתנגדים לו באופן אינסטינקטיבי.**

מה שאנחנו פחות מודעים לו הוא שההיגיון שלנו אינו מוחלט, אלא הוא נגזר מהתרבות שבה אנו חיים, וזו גם הסיבה לכך שלבני אדם החיים בתרבויות שונות יש היגיון שונה לחלוטין.

בכל תרבות קיימים גופים וארגונים שונים כמו גופי ממשל, מוסדות חינוך, גופי דת, תאגידים, גופים כלכליים, גופי תקשורת וגופים אחרים שבאמצעות בעלי סמכויות מטמיעים ערכים ומשפיעים על עיצוב התודעה הקולקטיבית. חלקם פועלים ממניעים פוליטיים, חלקם ממניעים כלכליים, חלקם ממניעים אידיאולוגיים וחלקם משילוב שלהם.

בהתאם לעיצוב התודעה (דפוסי החשיבה) שלנו, מתעצבים האמונה, תפיסת העולם, דפוסי ההתנהגות, הרגלים, הערכים, סגנון החיים, והתחושות כלפי כל גורם בחיינו, כמו ההנאות, האהבות, החלומות, השאיפות, התשוקות, הפחדים, החרדות, הרגישויות, והדבר שהוא אולי החשוב ביותר בתרבות הכלכלית שבה אנו חיים - הרגלי צריכה שלנו. כל אלו נועדו לשרת את השתלבותנו בחברה באופן שיאפשר לקיים בה נורמות, חוק וסדר, וצמיחה כלכלית.

את התודעה מעצבים באמצעות **מושגים**, שהם מילים שהתרבות שבה אנו חיים יצרה ויצקה בהן תוכן ומשמעות.

מושגים כמו "מדינה", "צבא", "משטרה", "חוק", "משפט", "צדק", "עסק", "כסף", "תעשייה", "כלכלה", "מדע", "רפואה", "תרופה", "רופא", "דמוקרטיה", "חברות", "דת", "אמונה", "אלוהים" - ורבים אחרים, קיבלו בתודעתנו משמעות קיומית, **וחלקם אפילו הועלו למעמד של ערכים מקודשים, כאלה שאין להטיל בהם ספק.** לכן מבחינה פסיכולוגית איננו מסוגלים לערער עליהם, או לחשוב שישנה אפשרות לייחס להם משמעות שונה, מצד שני, מושגים שחונכנו לשלול, לבזות, לבטל או לדחות, ייתפסו בעינינו כלא מציאותיים, הזויים, שליליים, ולא נהיה מסוגלים לקבל אותם או אפילו לשקול לשנות את גישתנו כלפיהם, אפילו אם חיינו יהיו תלויים בשינוי הגישה.

אנו נוטים לחשוב שאנו בעלי חשיבה חופשית, אך לאמיתו של דבר אין זה משנה כמה האדם חכם, בין אם הוא פועל פשוט/ מנכ"ל/ מדען/ עורך-דין/ שופט עליון/ רופא/ טייס/ אסטרונוט/ ראש ממשלה או נשיא, כולנו פועלים ומגיבים לכל מצב לפי דפוסים שעוצבו במוחנו על ידי התרבות שבה אנו חיים.

לרוע המזל, דווקא המשכילים, המשפיעים, המנהיגים, בעלי הכוח ומובילי דעת הקהל שהיינו מצפים מהם לגמישות מחשבה, הם בעלי נוקשות מחשבתית ופחות מסוגלות לקבל שינוי. הסיבה לכך היא שככל שהאדם משכיל, הוא יותר פועל לפי חוקי החברה ומחויב למדע, וכל מידע שונה - בפרט אם הוא מגיע ממקור שאינו מוסמך, יעורר התנגדות ויגרום למשבר פסיכולוגי הכרוך בכאב שיביא לדחייה אוטומטית, בשל מה שמכונה "דיסוננס קוגניטיבי".

אביא כדוגמה רצח על כבוד המשפחה, שבתרבות המוסלמית נחשב כנורמה ואפילו אקט מכובד או מצווה, אך בתרבות המערבית הוא בלתי נתפס ונחשב כפשע חמור, מה שיוצר פערים בין-תרבותיים שאינם ניתנים לגישור. תוכל למצוא עוד אינספור דוגמאות להבדלים בהשקפות העולם בין תרבויות שונות, אך לא בזאת עסקינן.

למשמעות שאנו מייחסים למושגים יש חשיבות כה רבה, שתרבויות שונות נלחמות זו בזו ומקריבות מיליוני בני אדם ומשאבים אינסופיים, בשל כך שמה שבתרבות אחת נחשב קדוש, בתרבות אחרת עשוי להיחשב מוקצה, כפירה וטומאה, ואנו נלחמים על הערכים, על דפוסי החשיבה וההתנהגות שלהם חונכנו, עד כדי מסירות הנפש.

אף שאנו תופסים את משמעותם של מושגים כאמת מוחלטת, חשוב שתבין שהיא אינה כזאת, אלא היא משקפת את **האמת שלנו**, את מבנה האישיות שלנו, את הערכים שעליהם גדלנו ואת מה שחונכנו להאמין בו בתרבות שבה אנו חיים, בנקודה מסוימת מאוד על ציר הזמן בהיסטוריה של העולם.

כל עוד המציאות שבה אנו חיים יציבה וחינו נוחים, משמעותם של מושגים לא תשתנה מכיוון שאנו נמצאים באזור הנוחות וכל שינוי עלול להיתפס כאיום. עם זאת, משמעותם של מושגים עשויה להשתנות בקיצוניות בין אם בהשפעת **שינויים סביבתיים**, בין אם בהשפעת **בעלי כוח המעצבים את דעת הקהל מתוך אינטרסים**, ובין אם כתוצאה **מהארה**, כמו לדוגמה המידע שבספר זה, שנכתב במטרה לגרום לך שינוי שיאפשר לך להימנע מחולי וסבל עצום.

בעידן של **שינויים סביבתיים מהירים** שבו אנו נשלטים על ידי גופים **בעלי עוצמה, ממון ואינטרסים**, המציאות שבה אנו חיים מאבדת את הצלילות בהתמדה, ומשמעותם של מושגים משתנה במהירות כה גדולה, שמבלי שנרגיש הם מגיעים למצב שנקרא **"היפוך קוטביות"**. מצב שבו מושגים שעד זה מכבר נחשבו חיוביים, מקבלים משמעות שלילית - ולהפך; כשבריא הופך לחולה וחולה לבריא, נכון הופך ללא נכון ולא נכון לנכון, שקר הופך לאמת ואמת לשקר, רע הופך לטוב וטוב לרע, חשוב הופך לזניח וזניח לחשוב, יפה הופך למכוער ומכוער ליפה, כישלון הופך להצלחה והצלחה לכישלון - וכך הלאה.

הקשר בין עיוות מושגים לבין מחלות החניכיים, מתבטא בכך שגם במקרה של גורמיהן מתקיים היפוך קוטביות, כאשר גורמי מחלות קשות, סבל עצום, הוצאות ענק ופגיעה קשה באיכות החיים, קיבלו משמעות של גורמים כה חשובים לבריאות ולאיכות חיים, שאלמלא המידע שבספר, זה אנשים לא יהיו מוכנים לוותר עליהם.

בעקבות ההארה שחוויתי, משמעותם של מושגים רבים מספור השתנתה בעיניי לחלוטין, אך דווקא המשמעות הכל כך שונה, היא שנתנה הסבר ברור לאינספור שאלות שבתפיסות המקובלות אין שום דרך להבינן.

על מנת שתוכל לרפא את עצמך באמצעות האמת שבספר זה, חשוב שתשתחרר מהמשמעות של המושגים שלה חונכת על ידי התרבות שבה אתה חי, ותצא למסע של הבנת משמעותם האמיתית.

לשם כך, במהלך הקריאה, מפעם לפעם במקומות רלוונטיים אבאר מושגים שונים, ואסביר את משמעותם החשובה להבנת הנושאים שבהם הספר עוסק, מתוך נקודת ההשקפה שלי מאז ההארה.

לפני שנצלול להבנת מחלות החניכיים, אקדיש מעט תשומת לב לשיניים שרבים מאבדים בגללן.

השיניים הן חלק מעצמות הגוף ומהוות חלק מהשלד.

השן מחולקת לשלושה חלקים: החלק הגלוי והנראה לעין הקרוי **כותרת**, החלק המכוסה ברקמת החניכיים הקרוי **צוואר שן** והחלק השקוע בתוך מכתש בעצם הלסת, הקרוי **שורש**.

לשיניים תפקידים רבים ומגוונים, ביניהם חיתוך, ריסוק ואחיזת המזון, לעיסתו והכנתו לבליעה, סיוע להגיית הברות ולבהירות הדיבור ועוד.

בהיבט האסתטי השיניים מספקות תמיכה לשרירי הפנים, ובכך הן שומרות על מראה צעיר וטבעי, ויש להן חשיבות עצומה בכל הקשור לביטחון העצמי ולדימוי העצמי והחברתי שלנו. מסיבה זו איננו חוסכים משאבים כשמדובר בטיפולים כמו יישור שיניים, הלבנת שיניים וכדומה.

השן



הכותרת שהיא החלק החשוף של השן, מצופה בשכבת אמייל קשה וחזקה שמקנה לה את החוזק הדרוש ללעיסה ולריסוק מזון. כותרת השן היא החלק החזק ביותר בגוף האדם, וכשהיא נקייה היא חלקה ומבריקה!

צוואר השן הוא החלק של השן המכוסה ברקמת החניכיים התומכת בשן ומקבעת אותה למקומה. צוואר השן מצופה בחומר הנקרא צמנט שמבנהו דומה לשל עצם, צבעו כהה יחסית לכותרת, והוא פחות חזק ופחות מבריק ממנה.

שורש השן הוא החלק של השן הנעוץ במכתש בעצם הלסת, המחבר אותה לשלד.

מהשורש לאורך צוואר השן, עוברת רקמה רכה הנקראת מוך השן, שהיא כלי דם ותאי עצב, החיוניים לתפקודה של השן, לתחושתה ולתחזוקתה.

השאיפה לשמור על שלמות הגוף ולהימנע מאיבוד איברים היא אינסטינקט המשותף לכל יצור חי. בהנחה שאתה אדם בעל אינסטינקטים בריאים, תקוותי שכמו עם כל איבר אחר, גם כשמדובר בשיינד, תעשה מה שנחוץ על מנת שלא לאבד אותן.

האתגר שבלחיות עם השיניים לאורך כל החיים

שינינו, כמו כל איבר אחר בגוף, **מדרך הטבע** אמורות להישאר חלק מהגוף לאורך כל החיים, אך בעידן הנוכחי הן נאלצות להתמודד עם הפרות קיצוניות של איזונים שאינן **מדרך הטבע**, הגורמות למחלות שבגללן אנו מאבדים אותן.

המחלות הגורמות לכך שאנו מאבדים את השיניים הן בעיקר מחלת העששת ומחלות החניכיים, כאשר כל מחלה מתפתחת כתוצאה מהפרת סוג אחר של איזון - ופועלת בדרך שונה. הבנת הפרות האיזונים הגורמות למחלות החניכיים, תאפשר לנו להימנע מהן ותאפשר לגוף לרפא אותן באופן טבעי.

מחלת העששת (דלקת השן)

מי שגדל על ספרי ילדים, עשוי לחשוב שחיידקי העששת ניזונים מסוכר וחוצבים את החורים בשיניים. בפועל, החיידקים ניזונים משאריות מזון שנתקעות בפה ובעיקר מסוכר המשמש עבורם "מזון מהיר", והחורים בשיניים נוצרים מחומצות שהחיידקים מפרישים בתהליך חילוף החומרים.

פינו מהווה מיקרו-קוסמוס שבו מתקיימים מיליוני חיידקים ויצורים מיקרוסקופיים, החיוניים לפעילותו התקינה.

כמו כל יצור חי, גם החיידקים שבפינו מקיימים חילוף חומרים שתוצר הלוואי שלו הוא חומצות, אך כל עוד הם מתקיימים באיזון, הגוף יודע לטפל בחומצות שהם מפרישים מבלי שייגרם לו נזק. הפרת איזון הסוכר בדרך של אכילת מזון ממותק, מאפשרת לחיידקים להתרבות במהירות גבוהה, וליצור אוכלוסייה שהולכת וגדלה. ככל שמספרם שבפה גדל, עולה רמת חילוף החומרים (תסיסה) שלהם, והם מפרישים כמות גדולה יותר של חומצות שהגוף כבר אינו מסוגל לטפל בה. החומצות המצטברות על השיניים מאכלות אותן ויוצרות חורים שגדלים ומעמיקים, דרכם החיידקים חודרים לעומק השן וגורמים **לעששת**, שהיא דלקת - או ריקבון השן.

מחלת העששת פוגעת בעיקר בצעירים מהילדות ועד שנות העשרים.

הסיבות העיקריות לכך הן התאוה למתוק בגילאים שבהם הגוף זקוק לאנרגיה לשם צמיחתו, זמינות הממתקים, חוסר המודעות להשלכות של הפרת איזון הסוכר בפה - ואי הקפדה על היגיינה נאותה.

הקלות הבלתי נסבלת שבהשגת מגוון עצום של דברי מתיקה, מובילה לכך שדמי כיס פעוטים מאפשרים לילדים לרכוש ממתקים בעלי פוטנציאל הרס עצום, הנוטים להידבק לשיניים לזמן ממושך, והופכים אותן לקרקע פורייה לצמיחה פרועה של אוכלוסיית החיידקים הגורמים לעששת.

ככל שאנו מתבגרים, על פי רוב אנו פחות סובלים ממחלת העששת, מכיוון שבאופן טבעי אנו צורכים פחות מזון ממותק, והנזק והסבל שגרמנו לעצמנו בחטאי הילדות מובילים למודעות ולהקפדה על היגיינת הפה.

בגוף קיימים מנגנונים הפועלים ללא הפסק לריסון החיידקים ולמניעת ריבוי יתר שלהם, אך צריכת יתר של סוכר מחזקת את החיידקים ומאפשרת להתגבר על מנגנוני ההגנה של הגוף, להתרבות במהירות גבוהה וליצר זיהום הגורם להרס רקמות.

על מנת להבין את המצב שגופנו מתמודד איתו בעידן הנוכחי, חשוב שנביא בחשבון שעד למהפכה התעשייתית הסוכר היה חומר נדיר למדי ונצרך בכמות קטנה יחסית. בימינו, החקלאות והתעשייה המודרניות מייצרות סוכר בזול ובשפע, ואנו ניזונים ונהנים ממנו בכמויות גדולות הרבה יותר ממה שהגוף מותאם לו - ומסוגל לנהל מבלי להיפגע מהפרת האיזון.

כעת, כשאנו מבינים כיצד יתר סוכר בפה גורם למחלת העשת (ריקבון השן), ניתן להבין שבדיוק באותו אופן יתר הסוכר גורם לריקבון גם באיברים אחרים בגוף. לדוגמה, **פצעי הסוכרת** הנוצרים כאשר יתר הסוכר שבדם (היפרגליקמיה) מאפשר לחיידקים החודרים לרקמות פנימיות דרך פצעים זעירים ואפילו דרך סדקים בעור, להתרבות במהירות ולצאת משליטה. ככל שכמות הסוכר בדם גבוהה, החיידקים מתרבים במהירות גבוהה יותר, גוברים על המערכת החיסונית ועל תרופות אנטיביוטיות למיניהן, צורכים יותר משאבים ומשחררים יותר חומצות שמאכלות וממיסות רקמות, וגורמים להיווצרות נמק שבגללו רבים מחולי הסוכרת נאלצים לעבור קטיעות גפיים.

על מנת למנוע את הפרת איזון החיידקים שתוביל לעששת, חשוב להמעיט ככל הניתן באכילת מזון ממותק, ואם כבר אכלת, לאחר מכן שמור על היגיינה לפחות ברמה של שטיפת הפה או צחצוח השיניים.

הטיפול הרפואי בשיניים החולות בעששת **אינו מרפא את השן החולה, אלא מטפל בתסמינים (סימפטומים)** באמצעות ניקוי הזיהום, ולאחר מכן סתימות, כתרים, גשרים - וטיפולים אחרים הנעשים על גבי השן הטבעית ומאפשרים את המשך תפקודה.

ישנה דרך לרפא באופן טבעי שיניים חולות בעששת, גם אם יש בהן חורים ואפילו אם הן במצב שהשורש נפגע, אך מכיוון שבשלב זה אין לנו את הכלים להבין אותה, נעסוק בה בחלקו השני של הספר יחד עם הדרך לריפוי טבעי של פצעי הסוכרת שהוזכרו לעיל.

הסוג השני של מחלות הגורמות לאיבוד שיניים הוא מחלות החניכיים.

מחלות החניכיים מתפתחות במשך שנים ארוכות ללא כאב או סימני אזהרה משמעותיים, והסובלים מהן במקרים רבים אינם מודעים להן, עד שמשלב כלשהו הן הופכות להיות מפגע אסתטי, גורמות כאבים, פוגעות בתפקוד, ומאלצות את הסובלים מהן לעבור ניתוחים וטיפולים רפואיים פולשניים אחרים הכרוכים בעלויות עתק, טראומה גופנית ונפשית, וכן פגיעה קשה בדימוי העצמי ובאיכות החיים.

מחלות אלו אכזריות יותר מן העששת, מכיוון שבזמן שהעששת גורמת לאיבוד שיניים חולות באופן אקראי, מחלת החניכיים פוגעת ברקמת החניכיים התומכת בשיניים - ובעצם הלסת שבה השיניים נעוצות, ומחלישה אותן עד לשלב שהשיניים, גם אם הן בריאות ושלמות, מאבדות את אחיזתן ונושרות.

הבדל נוסף בין שני סוגי המחלות הוא שמחלת העששת נפוצה יותר בילדות, בעוד מחלות החניכיים אופייניות לגילאים המבוגרים, וככל שהאדם מבוגר, כך גדלים הסיכויים שהוא סובל מהן - ובאופן קשה יותר.

ועכשיו להבדל המהותי...

בעוד מחלת העששת מתפתחת בשל הפרת איזון של חומר (בעיקר סוכר), מחלות החניכיים מתפתחות כתוצאה מהפרה של איזון אנרגיה.

אנרגיה שמנרגיה. מה זה בכלל איזון אנרגיה...

כאשר אנו אומרים אנרגיה, הכוונה לאנרגיית חום שהפרת האיזון שלה פוגעת ברקמת החניכיים בדרכים שונות, וגורמת למחלה אופיינית בהתאם לטווח הטמפרטורות שבו אנו נוהגים להפר את האיזון.

לפני שאסביר בדיוק כיצד הפגיעה באיזון אנרגיה גורמת למחלת חניכיים, אמחיש את הדרך שבה היא באה לידי ביטוי באופן חזותי.

עובדה פיזיקאלית היא שכל גוף חם פולט גלים אלקטרומגנטיים, שהם אור בתדר כלשהו, היוצר צבע בהתאם לטמפרטורה שלו.

האדם הוא בעל דם חם, וככל גוף חם הוא פולט אור. גלי אור אלו מכונים "אור תת-אדום" או אינפרא אדום (IR), מאחר שהתדר שלהם נמוך מן התדר של הצבע האדום. העין האנושית המוגבלת לראיית גלים אלקטרומגנטיים בטווח שבין הצבע האדום לצבע הסגול, אינה מסוגלת לראות את האור שהגוף פולט, אך בעלי חיים כמו נחשים ועטלפים שונים, הרגישים לאור אינפרא אדום, יראו אותנו כגוף זוהר גם בחשכה מוחלטת.

אם נשתמש בציוד אלקטרוני אופטי הרגיש לאור תת-אדום, גם אנו נוכל לראות בחשכה מוחלטת את האור שפולט הגוף, וככל שהציוד רגיש נראה גוונים רבים ופירוט רב יותר.

על מנת להמחיש כיצד נראית הפרה איזון האנרגיה הגורמת למחלת החניכיים, נניח לרגע שיכולת לראות את האור המוקרן מגופך, מה היה צבעו לדעתך? בטוחני שיהיו שיאמרו "אדום", "כתום", "צהוב" וכדומה, אך מה שחשוב לצורך הבנת מחלות החניכיים הוא לא צבע האור שהגוף פולט במצבים נורמליים, אלא ההבדל בין צבע האור שהגוף פולט באופן רגיל, לבין צבע האור שהוא פולט לאחר לגימת כוס משקה חם בטמפרטורה של ארבעים, שבעים או שמונים מעלות צלזיוס... במצבים כאלה סביר להניח שברוב חלקי הגוף הצבע לא ישתנה באופן משמעותי, אך ככל שטמפרטורת המשקה גבוהה, הפה יקרין אור בהיר ועז מעבר לרמה הנורמלית.

פה באה לידי ביטוי זעקת הפה שנתקף על ידי הפרה של איזון אנרגיה, שלמרות המחיר הכבד שהיא גובה בהיבט הבריאותי ובאיכות החיים, איננו מסוגלים לראות/להבין או לחוש.

מחלות החניכיים - הגורם והתוצאות

אף שהמחלות והתסמינים סביב המעגל שבאיור לכאורה שונים זה מזה, כולם תוצאה של אותו גורם שנמצא במרכז, שמרבית בני האדם נוהגים לצרוך מספר פעמים מדי יום, תוך שהם מייחסים לו סגולות ומשמעויות רבות ושונות הקשורות בבריאות ובאיכות החיים.



המחשבה על בשר אדם רקוב או מבושל תזעזע כל אדם שחונך על ערכי התרבות המודרנית, לראות בגוף האדם את נזר הבריא. אך בו בזמן, באותה תרבות, מבלי שנהיה מודעים לכך, כולנו מקיימים פולחן שבמהלכו באמצעות המזון החם והמשקה החם, אנו גורמים לרקמת החניכיים שלנו ושל יקירינו להירקב או להתבשל תוך הנאה משותפת, ומבלי לחסוך במשאבים לשם כך.

מחלות החניכיים נחשבות למחלות הנפוצות בעולם. שכחותן העצומה הופכת להיות מאוד ברורה, כאשר אנו מבינים שהדבר הראשון שמרבית האנשים בעולם עושים כשהם מתעוררים מדי בוקר, הוא נזק לרקמת החניכיים באמצעות כוס המשקה החם. נזק זה, החוזר על עצמו מספר פעמים מדי יום, במהלך שנים הולך ומצטבר וגורם להתפתחות מחלות שונות בדרכים שנלמד להבין.

בדרך לריפוי הטבעי של מחלות החניכיים ישנם "עוקצים" שונים שעלולים לחבל בתהליך. בספר זה אסביר אותם באופן ברור, על מנת לאפשר לך "להכיר את האויב" ולהקל עליך להתגבר עליו.

העוקץ הראשון של מחלות החניכיים שחשוב להבין, שהוא אולי הבעייתי ביותר, הוא התפתחותן האיטית, שבגללה לסובלים שמתרגלים בהדרגה לשינוי במראה של רקמת החניכיים, תמיד נראה שהמצב "רגיל", והם אינם מודעים לכך שיש בעיה.

העוקץ השני הוא שבמהלך מרבית שלבי התפתחותן, מחלות החניכיים אינן כרוכות בכאבים או בבעיות תפקודיות, ומכאן שהסובלים אינם מודעים לכך שהם חולים, ולכן גם אינם מחפשים פתרון.

בשלב קריסת הרקמה, כאשר מופיעים כל התסמינים, כולל כאבים ואיבוד יציבות השיניים, הם ממהרים לקבל טיפול רפואי, וכבר מוכנים לעשות הכל ולשלם כל מחיר כדי לשוב ולתפקד.

בכל שלב של המחלה חשוב להתייחס אליה ברצינות יתרה, מכיוון שבדומה לקרחון, מה שנראה לעין הוא אחוז קטן מן הנזק כאשר החלק המשמעותי של המחלה מקנן בעומק הרקמה, ובשלב כלשהו מביא לקריסתה באופן פתאומי, ללא אזהרה מוקדמת. לכן, אם נדמה לך שהבעיה לא מספיק חמורה ושאתה יכול להרשות לעצמך להתעלם ממנה או לא לעשות את השינוי הנחוץ על מנת לתקן, זה רק נדמה לך...

תרשים המתאר את הבעייתיות שבהתפתחות מחלת חניכיים:



עקומה זו עשויה להשתנות בקיצוניות מאדם לאדם, בשל משתנים אישיים שנכיר בהמשך, אך המשותף לרוב המכריע של הסובלים ממחלת חניכיים, שלאורך כל שלב ה"לא איכפת לי", כל ניסיון לשכנע אותם שהמשקה החם והמזון החם מזיקים לבריאותם, יגרוור תגובה מזלזלת, ללא שמץ של מוכנות לוותר עליהם, או לעשות שינויים באורח חייהם על מנת לנסות לעצור את ההידרדרות ולהציל את המצב.

שני הסוגים העיקריים של המחלות הפוגעות בחניכיים, הן **דלקת החניכיים ונסיגת החניכיים**.

נתחיל בהבנת נסיגת החניכיים שהיא הקיצונית יותר מבין השניים ולכן נוחה יותר להבנה, ובהמשך נעבור להבנת דלקת החניכיים.

נסיגת החניכיים

תופעה העלולה לבלבל אותנו בניסיון להבין את נסיגת החניכיים, היא שכל החומרים בטבע **מתרחבים עם עליית הטמפרטורה**. תכונה פיזיקלית זו הנקראת "התפשטות תרמית", משמשת בתעשייה בכלים כמו מדי-חום או מנגנוני בימטאל (דו-מתכת), במכשירים כמו חיישנים, וסתים, מפסקי בטיחות למיניהם וביישומים רבים אחרים.

במקרה של נסיגת החניכיים אנו רואים תופעה הפוכה, שכלל שרקמת החניכיים נחשפת לחום היא דווקא מתכווצת, ולמעשה, אותה תופעה מתקיימת בבישול כל סוג של בשר שכולנו מכירים מחיי היומיום, בין שמדובר בסטייק, שניצל או דג.

על מנת להבין את ההתכווצות (להלן - נסיגה) של כל סוג של בשר – בתגובה לחימום, אנו צריכים להבין שכל רקמה של בשר עשויה תאים שהמרכיב העיקרי שלהם הוא מים. מלבד היות המים התווך שבתוכו מתחוללים תהליכי החיים של התאים, בין מגוון תפקידיהם הם שומרים על הנפח ועל הצורה המקורית של התא, בדומה לבלון המלא באוויר או בנוזל.

ההתכווצות מתחוללת כאשר כתוצאה מכך שכאשר אנו מחממים בשר, קרומי התאים מתרחבים וחלק מהמים המים שבהם, שמתפשטים אף הם, נדחס החוצה דרך רווחים הנפתחים בקרומי התאים. כאשר הרקמה חוזרת לטמפרטורה הנורמלית, שכבת התאים שנחשפה לחום ואיבדה נוזלים, נותרת מיובשת ומכווצת במידה כלשהי.

בכל פעם שאנו מחממים את רקמת החניכיים עם שתייה או מזון **בטמפרטורה גבוהה**, בד בבד עם ההתכווצות התאים, כלי הדם שנפגעו גם הם מן החום, אינם מסוגלים להחזיר להם את הנוזלים החסרים להם על מנת להשתקם, וכך, עם כל כוס משקה חם מתפתח תהליך איטי של התייבשות והצטמקות של שכבות נוספות של רקמת חניכיים, שבשלב כלשהו אנו מזהים **כנסיגה**.

נסיגת החניכיים על פי רוב מתחילה להיות מוחשית בגיל ההתבגרות, במקביל לעלייה בצריכת המזון החם והמשקה החם.

בשלב הראשוני של התהליך, רקמת החניכיים מתייבשת, מאבדת נפח ונצמדת לעצם הלסת, מה שגורם לשיניים לבלוט כלפי חוץ ולפתיחת רווחים ביניהן. ככל שהתהליך נמשך, צווארי השיניים נחשפים והרקמה המתכווצת יוצרת "טבעות" שבהדרגה הולכות ומתעבות סביבם.

ככל ששורשי השיניים נחשפים, תאי עצב המצויים בהם מייצרים תחושה של כאב חד בתגובה להפרות איזונים כמו חום/קור/חומציות ממאכלים מלוחים/ מתוקים/ חמוצים, וגורמים אחרים שרקמות פנימיות אינן מותאמות להם. בשלבים המתקדמים של הנסיגה, רגישות זו נעשית כל כך גבוהה שאפילו נשימה רגילה דרך הפה הופכת בלתי אפשרית, מכיוון שהאוויר מקרר את תאי העצב החשופים, שבתגובה משדרים תחושת כאב בלתי נסבל.

לאור הבנת התהליך, אם אינך מוכן לוותר על התענוג המפוקפק שבצריכת משקאות ומזון חמים כל עוד מצבך טוב, בשלבים המתקדמים של המחלה, כשרקמת החניכיים תהפוך להיות רגישה ופגיעה באופן קיצוני, כל חשיפה לחום, גם בטמפרטורות נמוכות יחסית, תגרום לכאב ולהאצה מהירה של התהליך ההידרדרות שלה. מכיוון שבשלב כלשהו גופך ממילא יאלץ אותך לעשות את השינוי באמצעות הכאב, מוטב להתחיל בו מוקדם ככל האפשר על מנת למנוע את החמרת הנזק ולהשיג שיקום מהיר יותר ואיכותי יותר.

רבים מן הסובלים שבשלב זה אינם מבינים את הגורם ואת תהליכי המחלה, נעזרים בתרופות לשיכוך כאבים בשאיפה להמשיך בחיים נורמליים וליהנות מהמשקאות החמים האהובים עליהם. הבעיה עם התרופות היא לא רק שאינן פותרות את הבעיה, אלא שבעקיפין הן אף תורמות להחמרת הנזק, בכך שבעצם השיתוק של הכאב, הן מאפשרות להתעלם מאותות המצוקה ולהמשיך לפגוע ברקמה הסובלת באין מפריע.

בשלב המאוחרים של הנסיגה, כשכבר לא נותרת רקמת חניכיים שתקבע את השיניים ותתמוך בהן, הן מאבדות את יציבותן ומתנדנדות ואף נופלות מהפה, והסובלים, שמאבדים את יכולת התפקוד נאלצים לפנות בבהילות למומחה החניכיים, הפריודונט, לקבלת טיפול רפואי דחוף הבא לידי ביטוי בניתוח חניכיים או בעקירת השיניים, ובהתאמת תחליפים כמו שיניים תותבות או שתלים.

השלבים בהתפתחות נסיגת החניכיים



בשלבים הראשונים של הנסיגה, אפשר להבחין בכך שרקמת החניכיים התהדקה מעט וקיבלה גוון בהיר וברק, המזכירים גוון של עוף מבושל. בשלב זה כבר ניתן להבחין בטבעות של רקמת חניכיים מכווצת, אך צווארי השיניים עדיין מכוסים והנוק במבנה הרקמה טרם נראה לעין.



הכוויות הנגרמות לרקמת החניכיים מההתקפות המתמשכות של החום העז גורמות לה להתעוות, וכתוצאה מכך השיניים נעות ומכסות זו את זו או מתרחקות זו מזו תוך פתיחת רווחים בין צווארי השיניים, בעיקר בלסת התחתונה הסופגת כמות חום גדולה יותר.

שאריות מזון הנתקעות ברווחים אלו, גורמות לכך שאחרי אכילה אנו מתחילים להשתמש ב"מצמוצים" קולניים, קיסמים ואמצעים דנטליים אחרים כדי להיפטר מהמטרדים.



בשלבים המתקדמים של הנסיגה, כאשר רקמת החניכיים המתכווצת עוברת את גבול האלסטיות שלה, המתח והלחץ שבהם היא מצויה יוצרים בה קרעים הגורמים לדימום, בעיקר במרכז צווארי השיניים, שהוא המקום בו המתח הגבוה ביותר.



במקומות שבהם חסרות שיניים בפה, התעוותות הרקמה החשופה מושכת את השיניים המרוחקות, המתכופפות אט-אט אל עבר החלל שקיים ביניהן, וגורמות לשינויים איטיים אך עקביים בצורת הלסת.

מכיוון שאיננו מסוגלים לבלוע את המשקה החם בטמפרטורה הגבוהה בה אנו לוגמים אותו, אנו נוטים להחזיק ולקרר אותו בפה לפני הבליעה. בפרק הזמן הזה רקמת החניכיים מתייבשת, מתעוותת וצונחת עד לעצם הלסת שנפגעת אף היא מן החום, והסובלים, שנזקקים ליישור שיניים, נזקקים להשתלת עצם על מנת שעצם הלסת תוכל לתמוך ביישור השיניים. גם במידה שהשיניים אבדו, השתלת עצם נחוצה על מנת להכין את הפה להתקנת שתלים.

לא ניתן להציב עקומת התפתחות אחידה למחלות החניכיים, מאחר שישנם משתנים אינדיבידואליים רבים שמבדילים בין אדם לאדם:

הרגלי האכילה והשתייה:

- כמויות המשקה החם והמזון החם שהאדם נוהג לצרוך.
- הטמפרטורה שבה האדם צורך את המזון והמשקה החם.

תכונות גנטיות:

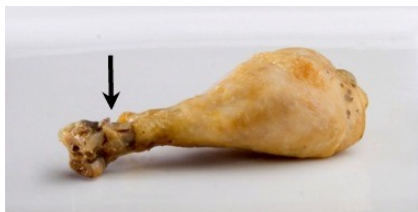
- מידת הרגישות או העמידות של כל אדם מול פגיעות החום.
- היכולת השיקומית של כל אדם.

תנאים אובייקטיביים:

- תקופות בהן עולה צריכת המשקה החם באופן זמני, לדוגמה כאשר אדם עסוק בפרויקטים מורכבים ומלחצים או נתון במשברים שונים כמו אבטלה או גירושין, וזקוק לנחמה או להתרגעות לעיתים תכופות.
- השלב במחלה בו מצוי החולה; בשלבי המחלה הראשונים רקמת החניכיים מסוגלת להשתקם בקלות באופן יחסי, לכן קצב התפתחות המחלה הוא איטי, אך בשלבים המתקדמים, ככל שהרקמה נפגעת, הנזק הנגרם מכל תקיפה גדל ותהליך המחלה מואץ.
- גילו של הסובל; מאחר שככל שהאדם מתבגר פוחתת יכולת העמידות והשיקום של הגוף, ובשל כך תהליך ההידרדרות מהיר יותר.

עוף פריודונטלי

פולקע שבושל במשך כשעה, מדמה את נסיגת החניכיים.



לפני הבישול הרקמות מכסות את העצם שמדמה את צוואר השן, אך לאחר בישול, "צוואר השן" שנחשף מדמה את הנסיגה.

עומס החום על ציר הזמן

בין האנשים שראו את הצילומים של העוף בהרצאות שהעברתי, היו שטענו שהדבר אינו דומה למה שעובר על רקמת החניכיים שלנו בזמן שתיית משקאות חמים, אך אם נבחן את הדברים, לאורך זמן ניווכח שרקמת החניכיים שלנו סופגת כמות חום הרבה יותר גדולה ממה שסופג אותו עוף שבושל.

אנו עשויים לראות בכוס התה או הקפה חום דבר תמים שאינו יכול לגרום נזק ממשי, אך אם נביא בחשבון את העומס שהוא מפעיל על גופנו לאורך תקופה, יקל עלינו להבין את השפעתו ההרסנית:

אדם השותה ביום ממוצע חמש כוסות משקה חם בטמפרטורה שבה נהוג לשתות את הקפה או התה, גורם לרקמת החניכיים שלו כוויית **ממאה וחמישים כוסות משקה חם** מדי חודש. כך, ללא שמץ של מודעות למה שהוא מעולל לעצמו, במהלך שנה אחת כמות החום התוקפת את הפה מצטברת **לאלף ושמונה מאות כוסות(!)**, וזה מבלי להביא בחשבון נזק הנגרם ממזון חם, מרקים חמים וכדומה.

אם נצא מתוך הנחה ששתיית כוס משקה חם אחת גורמת לרקמת החניכיים להתכווץ בסדר גודל של כאלפית מילימטר, שזה קנה מידה שאינו נראה לעין, במהלך שנה, 1800 כוסות יגרמו לחניכיים נסיגה של קרוב לשני מילימטר, שהם כבר קנה מידה שאי אפשר להתעלם ממנו.

את העובדה שהנסיגה מתבטאת בסדר גודל קטן בהרבה, לפחות בשלביה הראשונים של המחלה, ניתן לייחס למאמצי הריפוי הבלתי פוסקים של הגוף וליכולת השיקום המדהימה שלו. עם זאת, ככל שהגוף מתבגר והמחלה נמצאת בשלבים מתקדמים, יכולת השיקום שלו נפגעת וההידרדרות הופכת מהירה יותר.

להזמנת ספרים/ טיפולים/ הרצאות בנושא מודעות אובייקטיבית וריפוי טבעי,
טלפן: 052-2218612 או סרוק את הקוד במצלמת הטלפון החכם



להצטרפות לקבוצת הפייסבוק: "איל כהן - ריפוי טבעי", סרוק את הקוד

