

## Lekcia 9

*Cieľ lekcie: identifikácia ďalšej skupiny špecifických znakov dúhovky*

Opäť budeme v tejto lekcii prechádzať ďalšie najčastejšie vyskytujúce sa znaky, ktoré môžete na dúhovkách pozorovať. Teraz už budete spoľahlivo vedieť, čo ich výskyt znamená.

### Acidobáza

Ďalším bielym znakom, ktorý môžete objaviť je acidobáza (prekyslenie organizmu). V tomto prípade sa však bude jednať o belosť samotných vlákien, teda nebude to rovnaký prípad ako predošlé. Z tohto dôvodu, ak objavíte vlákna dúhovky bielej farby, ktoré nemajú žiadnu zmenu štruktúry, teda nebudú tvoriť zakrivenia, celkom isté pôjde o prekyslenie organizmu. Samotné tkanivá dúhovky sú pod vplyvom prekyslenia, ktoré je vyššie ako normálne pH.

Kým sa podrobne začneme zaoberať touto problematikou, je dôležité zdôrazniť, že kyseliny sú prírodným a potrebným prostriedkom na zachovanie správnych fyziologických funkcií nášho tela. Naše telo produkuje viac ako tridsať rôznych kyselín, najznámejšia je kyselina uhličitá, kyselina chlorovodíková, kyselina močová, alebo kyselina mliečna. Kyseliny sú výsledkom normálneho bunkového metabolizmu a tak ako všetky odpadové produkty, aj kyseliny sú nakoniec eliminované niektorým z našich eliminačných kanálov. Problém zvýšenej kyslosti nastáva len vtedy, keď je produkcia kyselín rýchlejšia, než je jej vylúčenie alebo neutralizovanie alkalickými elementmi. Cieľom je zabezpečiť kyslo zásadité prostredie. Napríklad krv by mala byť v hodnote 7,35 – 7,45 pH (zľahka zásaditá).

Prekyslenie sa zvyčajne netýka len izolovaného orgánu alebo tkaniva, preto sa často spája s pojmom prekyslenie celého organizmu. Zasahuje do celej oblasti dúhovky, alebo aspoň do jej pomerne väčšej časti. Keď pozorujeme dúhovky, vidíme systematické rozloženie acidity a dúhovka je celkovo bieleho charakteru.

Keďže acidobáza postihuje, alebo sa prejavuje priamo na vlákne dúhovky, môže to znamenať určité ťažkosti v diagnostike, kde môže dôjsť k nejasnej interpretácii, či sa jedná o prekyslenie organizmu alebo hyperaktivitu, resp. akútny stav, o ktorých sme hovorili v predchádzajúcich lekciách.

Avšak potešíme Vás, existuje jasné pravidlo na rozlíšenie týchto dvoch situácií. Hyperaktivita, svojou vlastnou podstatou, má tendenciu ovplyvniť činnosť orgánov a tkanív na veľmi selektívnom základe. Označenie hyperaktívny je preto vidieť na obmedzenej časti dúhovky, ktorá prináleží orgánovým reflexným oblastiam. Malé biele plochy znázorňujúce hyperaktivitu sa veľmi líšia od plošného pokrytia belosti, ktorá je charakteristická pre acidobázu. Ďalší rozdiel je v kvalite belosti, ktorú postupne budete vedieť sami rozlišovať. Hyperaktivita v miestach svojho výskytu vytvára belosť veľmi

dobrej kvality. Je to aktívny, rýchly proces a môže sa zdať, že vlákna sú istým spôsobom opuchnuté. To neplatí v prípade acidobázy, kedy je povrch inak bieleho vlákna pokrytý škvrnami. To je tiež užitočný charakteristický rys, aj keď treba priznať, že ako sa kyslosť stáva intenzívnejšou, budete vidieť menej pôvodnej farby vlákien.

V oboch prípadoch sa jedná o belosť vlákien a o prítomnosti zvýšenej aktivity či už v celoplošnom alebo selektívnom rozsahu. Belosť, alebo hyperaktivita prezentuje zvýšenú námahu alebo činnosť organizmu jednak likvidovať zvýšené množstvo kyselín, ktoré sú produktom bunkového metabolizmu, alebo dochádza k zvýšenej námahe vylúčiť toxicitu a vrátiť funkcie tkanív opäť do normálu. Tento aktívny proces mobilizácie vnútornej sily organizmu je často sprevádzaný vznikom katarov a zvýšením sekrécie hlienu, ktorý je spolu s kyselinami a toxicitou vedený do eliminačných kanálov na konečné uvoľnenie z tela.

**A aké sú príčiny vzniku acidobázy?** Môže to byť strach, úzkosť, starosti, hnev, všetky negatívne emócie stoja za stimuláciou produkcie kyselín, fyzická aktivita, cvičenie alebo psychická aktivita produkuje kyseliny. Nerovnováha v stravovacom prijímaní kyslých a zásaditých potravín môže byť zodpovedná za kyslé kondície či už priamo, cez konzumáciu stravy, ktorá tvorí kyseliny, alebo nepriamo tým, že je niektorý orgán príliš preťažený (napríklad pankreas – pankreatická šťava, žlčník sekréduje žlč – neutralizácia kyseliny chlorovodíkovej).

Musíme si však uvedomiť, že tvorba kyselín v tele nie je problémom. Problém je až jej akumulácia. Ak vidíte dúhovku skutočne bieleho sfarbenia, vašou prioritou je pozrieť sa na eliminačný systém. Musíme udržiavať eliminačné kanály /hrubé črevo, pľúca, koža, obličky, lymfa/ v dobrej kondícii, otvorené, aby efektívne pomáhali zbaviť sa odpadových produktov bunkového metabolizmu, vrátane kyselín.

Reflexná oblasť hrubého čreva je často tou najtmavšou oblasťou na dúhovke. Druhou najtmavšou oblasťou sú obvykle priedušky. Ak máme neaktívne hrubé črevo, výsledkom je stúpanie a kumulácia toxicity. Naše telo zapne obranný mechanizmus v podobe kataru a zvyšuje sa sekrécia hlienu, ktorý je následne eliminovaný prieduškami. Praxou zistíte, že črevný systém a priedušky sú dve najčastejšie genetické predispozície, ktoré sa na dúhovkách vyskytujú. Dýchacou sústavou eliminujeme oxid uhličitý a spolu s tým aj kyselinu uhličitú, ktorá je výsledkom reakcie oxidu uhličitého s vodou. Tretím eliminačným kanálom, ktorý stojí za zvýšenú pozornosť sú obličky. Obličky sú zodpovedné za zachovanie kyslo zásaditej rovnováhy v tele. Kým hrubé črevo vylučuje tuhé substancie, obličky sa starajú o tekutý odpad. Keď sa vo vnútornom prostredí nachádza zvýšené množstvo kyselín, obličky sú preťažené. Je ťažké udržať správne pH vnútorného prostredia, dochádza k narušeniu rovnováhy elektrolytov a vody. Ďalší z eliminačných kanálov predstavuje pokožka. Pokožka je našou tretou obličkou, pretože spolu s obličkami kontroluje a udržiava stabilné vnútorné prostredie. Až tri štvrtiny vody a elektrolytov je eliminovaných cez póry pokožku vo forme potu. Ak je eliminačná funkcia pokožky nedostatočná, zvýšená záťaž je kladená na obličky a už závisí od množstva kyselín a kvality spolupráce s ostatnými eliminačnými kanálmi, či túto náročnú úlohu zvládnu.

Pokiaľ sa stretnete s prekyslením organizmu, vždy je prvým krokom práca a analýza úrovne výkonnosti eliminačných kanálov. Riešením nie je začať jesť zásadité potraviny, alebo rôznym spôsobom alkalizovať telo, ale najmä hľadať riešenia pre eliminačné kanály.

## Scurf rim

Znak Scurf rim (lupienka) súvisí s pokožkou, ktorá je považovaná za významný eliminačný kanál. Priemerne denne, každý človek vylúči cez póry pokožky približne 900 g odpadových látok a preto je práve koža považovaná za našu tretiu obličku.

Nedostatočná eliminácia toxínov cez póry pokožky bude na dúhovke zobrazená tmavou oblasťou v siedmej zóne, teda na poslednom prstenci dúhovky. Tmavosť oblasti môže zasahovať až do šiestej, niekedy aj piatej zóny. Čím je oblasť tmavšia a širšia, tým je problematickejšia eliminácia toxínov a odpadových látok cez póry pokožky.

Ako sme už v predchádzajúcich častiach videli, aj prstenec sodíka rovnako ovplyvňuje siedmy prstenec dúhovky. A teraz môže byť pre Vás veľmi zložité rozlíšiť medzi týmito dvoma prstencami, ktoré sa v tejto oblasti môžu vytvoriť. Pravidlo, ktoré prosím majte stále na pamäti je, že prstenec sodíka sa vyznačuje bielymi, hustými znakmi a výskyt Scurf rim sa na okraji dúhovky objavuje v niekoľkých možných odtieňoch šedej až čiernej farby. Tento znak je teda jasne rozlíšený ako sivý až tmavý kruh obklopujúci najvzdialenejšiu časť dúhovky.



Výklad tejto abnormality je teda veľmi jednoduchý, pretože ovplyvňuje kožu človeka. Koža je jedným z možných prostriedkov detoxikácie organizmu, kde sú toxíny vylučované cez póry pokožky. Ak sú póry upchaté, vylučovanie toxínov je čiastočne blokované. Čím tmavší a hrubší pás scurf rim viete identifikovať, tým je eliminačná funkcia pokožky náročnejšia. Zároveň sa nemusí vždy jednať o kruhové usporiadanie. Nad tými reflexnými plochami, kde dokážete tento znak identifikovať, bude eliminačná funkcia pokožky príčinou, alebo dôsledkom možných obštrukcií. Ak objavíte znak scurf rim napríklad v reflexnej oblasti pľúc, eliminačná disfunkcia pokožky bude stáť aj za zvýšenou toxicitou tejto reflexnej plochy.