

## INFORMATIVA

Egregio paziente,

prima di eseguire il trattamento di IDROCOLONTERAPIA desideriamo darle alcune informazioni relative alla cura e a come prepararsi per ottenere da questa i risultati migliori.

In questo breve fascicolo troverà anche alcune nozioni elementari sulla digestione degli alimenti e sul ruolo dei vari tratti dell'intestino umano.

Potrà così avere maggiore consapevolezza di quanto avviene all'interno del nostro corpo e capire meglio quanto le verrà fatto.

Le risulterà inoltre chiaro perché l'IDROCOLONTERAPIA debba essere considerata un vero e proprio trattamento completo dell'equilibrio intestinale, con effetti positivi a carico dei diversi sistemi del nostro organismo.

**N.B.**

**AVVISI SEMPRE GLI OPERATORI**

**SE SI TROVA IN UNA DELLE SEGUENTI CONDIZIONI**

**PER CUI POTREBBE ESSERCI CONTROINDICAZIONE AL TRATTAMENTO**

- Tutte le forme di grave infiammazione intestinale (Morbo di Crohn, Colite Ulcerosa, ecc.)
- Stato di gravidanza
- Presenza accertata di neoplasie del colon
- Fasi immediate post-chirurgiche dell'intestino
- Presenza accertata di patologie ano-rettali

### **COS' E' L' IDROCOLONTERAPIA?**

L'idrocolonterapia e' una forma di lavaggio intestinale le cui origini risalgono al 1500 a.C. e che si avvale oggi di apparecchiature modernissime e sicure. Parlare di semplice irrigazione del colon è però riduttivo. Le risulterà evidente, leggendo quanto riportato di seguito, che oltre a curare i disturbi intestinali grazie ad essa è possibile purificare i diversi distretti del nostro organismo. Con la terapia idrica del colon, infatti, non solo si eliminano le scorie depositate sulla parete intestinale, ma si migliora anche l'attività del sistema linfatico e si riduce il deposito di sostanze acide accumulate nel nostro corpo.

## PROCEDURA DEL TRATTAMENTO

- **La settimana prima** del trattamento dovrà seguire una alimentazione basica, evitando allergeni alimentari (latte e suoi derivati) e mangiando più mele al giorno. Le verrà dato in allegato alla presente un elenco dettagliato degli alimenti e delle sostanze da evitare perché formanti acidi e di quelle da preferire perché basiche o fonti di basicità.
- **Il giorno prima** del trattamento infine dovrà assumere due buste di Phospholax, ciascuna diluita in ½ litro d'acqua, così da favorire lo svuotamento intestinale e rendere più efficace la terapia idrica del colon.
- Cerchi di arrivare all'appuntamento possibilmente rilassato e senza fretta, magari dopo un bagno caldo o dopo aver bevuto una tazza di valeriana.
- Porti con se delle calze pesanti o delle pantofole di feltro perché e' importante che durante la terapia i piedi stiano bene al caldo.
- Prima della terapia verrà invitato a svestirsi per indossare una mantellina monouso. Verrà quindi accomodato in un lettino sdraiato di fianco, con la gamba inferiore distesa e quella superiore leggermente contratta: in questo modo la muscolatura del bacino risulta rilassata.
- Le verrà quindi introdotto nel retto un piccolo tubicino lubrificato dopo di ché potrà stendersi in modo supino.
- A questo punto inizierà il lavaggio intestinale con immissione di acqua prima calda, poi tiepida, quindi a temperatura variabile nel corso del trattamento.
- Attraverso una seconda via dello specolo l'acqua introdotta viene riassorbita senza perdita di liquido all'esterno e quindi senza alcun disagio.
- Durante il trattamento verrà eseguito un massaggio addominale
- Potrà osservare il passaggio di quanto le verrà asportato attraverso una finestrella dell'apparecchiatura.
- La terapia dura circa 50 minuti e finisce sempre con l'immissione di acqua calda, ossigeno medicinale o altre sostanze a seconda dei casi.
- Alla fine del trattamento sarà invitato a voltarsi sul fianco per l'estrazione dello specolo.
- È consentita la presenza del partner.

### Effetti collaterali e loro cause

All'inizio del trattamento potrà avere una sensazione di tensione addominale. Questo significa che dovrà essere liberato dai gas per favorire il massaggio addominale e il giusto ingresso dell'acqua.

In caso di persistenza della tensione addominale l'immissione dell'acqua verrà sospesa brevemente.

Dopo il primo trattamento potrà accusare alcuni dolori alla muscolatura addominale: in genere si verifica solo dopo la prima seduta ed è conseguenza del massaggio addominale.

Quando vecchi residui fecali si staccano dall'intestino possono verificarsi brevi dolori spastici.

In alcuni casi durante il trattamento è possibile accusare nausea e vomito. Questo si verifica quando sono presenti concrescenze nella zona dell'appendice o se il diaframma e' troppo teso verso l'alto.

## LA DIGESTIONE DEL CIBO

Il cibo, una volta in **bocca**, viene frantumato dai denti e separato dagli enzimi della salivazione, viene quindi deglutito e scende attraverso l'**esofago** fino allo **stomaco**. Questo all'entrata del cibo si contrae e secerne i succhi gastrici che riducono il cibo in chimo, una sostanza parzialmente digerita che scende poi nell'intestino.

L'intestino si suddivide in **intestino tenue** (lungo fino a 6 metri) e **intestino crasso** (lungo 170-180 cm)

L'intestino tenue a sua volta si suddivide in **duodeno** che è la sua parte iniziale ed è adiacente allo stomaco, **digiuno**, la parte centrale e **ileo**, la parte finale che termina nell'**intestino crasso**.

L'intestino crasso è suddiviso a sua volta in **cieco**, la sua parte iniziale dopo l'ileo, il **colon ascendente**, il **colon trasverso**, il **colon discendente**, il **sigma** e il **retto**, la parte finale che termina con una dilatazione, l'**ampolla rettale**, in continuità diretta verso il basso con il **canale anale** e quindi l'**ano**.

Nell'intestino tenue continua la digestione del cibo proveniente dallo stomaco per l'azione degli enzimi digestivi prodotti dal pancreas e dal fegato.

Grazie a questi avviene l'utilizzo dei grassi, degli zuccheri, degli amidi, degli acidi nucleici e delle proteine.

Le sostanze complesse così scomposte possono essere assorbite dallo strato mucoso e portati in circolo grazie ai vasi sanguigni e linfatici che percorrono l'interno dei villi intestinali.

Nell'intestino crasso ciò che proviene dal intestino tenue è in forma liquida. Compito dell'intestino crasso è quello di riassorbire l'acqua e gli elettroliti riportandoli nell'organismo. Il colon è abitato da miliardi di batteri. Ogni persona contiene una flora batterica diversa, tanto che sarebbe possibile sostituire l'impronta digitale con quella batterica del colon. Questi batteri hanno caratteristiche di comportamento diverse, e grazie alla loro presenza viene resa possibile la fermentazione e la trasformazione del chimo in frammenti più piccoli. Alcuni agiscono sulle proteine altri sugli zuccheri complessi, altri ancora favoriscono la putrefazione degli alimenti. Il giusto equilibrio tra le diverse famiglie di questi batteri è indispensabile per una corretta digestione.

All'interno dell'intestino avvengono diversi processi, chimici e fisici. Quando prevalgono i processi di fermentazione si formano gas come l'anidride carbonica, se invece prevalgono quelli di putrefazione vengono prodotti gas quali il butano e il metano. In questo ultimo caso è compromessa la corretta percentuale di ossigenazione del sangue con accentuazione della sensazione di stanchezza e debolezza.

All'interno del colon dovrebbe sempre essere garantito un giusto equilibrio tra le varie famiglie di batteri. Quando c'è una modificazione di questo equilibrio si parla di *disbiosi* e c'è una alterazione dei processi digestivi, aumenta la crescita di batteri saprofiti e sono più frequenti le micosi. In questo caso c'è anche un aumento della fermentazione acida con produzione di sostanze tossiche, gonfiore addominale, modificazioni delle abitudini intestinali con alternanza di stipsi e diarrea e un maggior carico di lavoro per gli organi preposti alla disintossicazione, come fegato e reni.

L'evacuazione regolare consiste nello svuotamento dell'intestino una volta al giorno. Le feci dovrebbero essere di colore marrone chiaro, né troppo liquide né troppo solide, non dovrebbero avere un cattivo odore, non dovrebbero causare bruciore perché troppo acide.

## **Cause di alterazione dell'acidità**

- le fermentazioni croniche, conseguenti anche ad una incompleta masticazione del cibo ed una insufficiente azione delle amilasi salivari
- le infiammazioni e le reazioni allergiche dell'intestino tenue.
- il cattivo funzionamento delle cellule di rivestimento dello stomaco con scarsa produzione di succhi gastrici
- l'ipofunzione di organi a produzione enzimatica (ad esempio il pancreas, il duodeno, lo stomaco, le ghiandole salivari) e di quelli preposti alla disintossicazione e all'espulsione delle scorie (ad esempio fegato, rene e polmone)
- un' alimentazione scorretta (vedi allegato)
- l'assunzione eccessiva di proteine animali con formazione di depositi e composti alcalini che riducono eccessivamente l'acidità
- una insufficiente elaborazione dei carboidrati
- le patologie croniche del colon
- le infezioni intestinali come la salmonellosi o il colera anche se superata
- le intossicazioni alimentari come quella da funghi o alcool

## **Come si manifesta l'iperacidità dell'organismo**

- diarrea cronica
- debolezza diffusa
- alterazione della colorazione della pelle
- presenza di verruche sulla parte di sudorazione del corpo
- pelle eccessivamente umida o secca
- perdita dei peli
- acne
- pelle con odore acido
- feci maleodoranti
- alterazioni del cuoio capelluto fino alla caduta dei capelli
- lingua arrossata, gonfia e molto crepata
- viso raggrinzito
- tendenze alla depressione, alle nevrosi e alle paure

Sono riportati sotto in elenco gli alimenti acidi o formanti acidi e quelli basici o fonte di basicità.

Da quanto detto finora è chiaro che la pulizia intestinale ottenuta attraverso l'IDROCOLONTERAPIA è in grado di riequilibrare i processi digestivi e di assimilazione con quelli di eliminazione di tutto ciò che aderisce alle pareti del colon: cellule morte, batteri, parassiti, secrezioni intestinali irritanti e gas prodotti dalla fermentazione batterica. Tutto questo migliora la salute globale della persona e riduce l'intensità e la frequenza di molte patologie sistemiche.

## L'alimentazione corretta

Acidi o formatori di acidi con un elevato valore negativo sono i cibi più dannosi. I cibi più sani sono quelli basici con un elevato valore positivo.

Lievito	- 50	Farina di segale	- 16	Semolino di frumento	- 10	Parmigiano	- 5
Estratto di carne	- 50	Noci del Parà, arachidi	- 15	Albume dell'uovo di gallina	- 8	Formaggio magro	- 4,5
Tuorlo d'uovo di gallina	- 25	Tinca	- 14	Grano raffinato	- 8	Carciofi	- 4
Carne fresca	- 24	Cavolini di Bruxelles	- 13	Grano saraceno	- 7,2	Burro	- 4
Farina d'orzo	- 20	Caviale	- 11	Anguilla	- 7	Farina di riso e di grano	- 3
Cacio	- 20	Palmina	- 11	Margarina	- 7	Nocciole	- 2
Lenticchie	- 18	Riso raffinato	- 11	Formaggio Erdamer	- 6	Mandorle	- 2
Aringa	- 18	Segale raffinata	- 11	Formaggio svizzero	- 6	Miglio	+/- 0
Riso naturale	- 17	Fagioli cotti	- 10	Merluzzo	- 5		
Ricotta	- 17	Orzo raffinato	- 10	Mais	- 5		

Acidi o formatori di acidi

Ceci	+ 49	Cipollina di porro	+ 9	Crescione	+ 5	Verza	+ 3
Olive	+ 35	Barbabetola da zucchero	+ 9	Cavolo	+ 5	Rafano	+ 2,7
Semi di papavero	+ 31	Cetrioli	+ 8	Fagioli verdi	+ 5	Funghi	+ 2,5
Fichi secchi	+ 28	Barbabetola	+ 8	Cicoria	+ 5	Fragole	+ 2
Rafano nero	+ 23	Erba cipollina	+ 8	Insalata di indivia	+ 5	Visciole	+ 2
Dente di leone	+ 19	Foglie di sedano	+ 8	Lamponi	+ 5	Zucca	+ 2
Aneto	+ 18	Sangue di bue	+ 7,7	Pesche, prugne	+ 5	Melone	+ 2
Coccola di rosa canina	+ 15	Coste (crude)	+ 7,7	Sangue di maiale	+ 4,9	Peperoni	+ 2
Semi di fagioli bianchi	+ 12	Patate	+ 7	Melanzane	+ 4	Asparagi	+ 2
Cipolla di rapa rossa	+ 11	Insalata romana	+ 6,9	Rafano bianco	+ 4	Limoni	+ 2
Radici di sedano	+ 11	More	+ 6	Cavolo bianco	+ 4	Scorzonera	+ 1,5
Barbabetola rossa	+ 11	Datteri	+ 6	Uva	+ 3,6	Mirtilli	+ 1,4
Ostrica	+ 10	Ciliege	+ 6	Pere fresche	+ 3,2	Mele fresche	+ 1
Piccole carote	+ 10	Rapa, radicchio	+ 6	Ribes nero	+ 3	Ribes rosso	+ 1
Navone bianco	+ 10	Prugne gialle	+ 6	Noci di cocco	+ 3	Cipolle	+ 1
Carote	+ 9,5	Ananas, arance	+ 5	Panna	+ 3	Lattuga, lattughino	+ 0,7
Castagne	+ 9,5	Banane	+ 5	Mele secche	+ 3	Latte crudo	+/- 0

Sostanze basiche e fonti di basicità

