

Hva er biopati

Biopati er et helhetlig analyse- og behandlingssystem grunnlagt av den danske forfatter og terapeut Kurt Wienberg Nielsen i 1981. Basert på kunnskap fra både orientalsk medisin og vestlig naturmedisin, kombinerer biopati det beste fra flere medisinske systemer.



I biopati er begrepet homøostase (likevekt) viktig. Homøostase er et overordnet prinsipp og brukes om den grunnleggende balansen i naturen; enten det dreier seg om cellens forhold til resten av kroppen, eller menneskets forhold til omgivelsene. Homøostasebegrepet blir analysert ut fra både et orientalsk synspunkt (balansen mellom yin og yang), og vestlig synspunkt (forholdet mellom cellen og dennes omgivelser). Sykdom utvikles når homøostasen brytes, det vil si når summen av de belastninger vi blir utsatt for overskrider kroppens iboende evne til selvregulering.

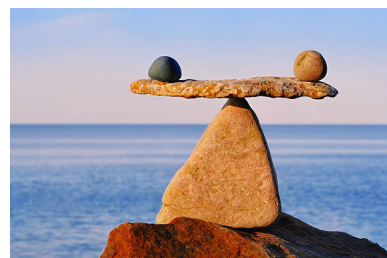
Homøostase - likevekt

Biopati understreker viktigheten av begrepet homøostase (likevekt). Homøostase er den grunnleggende balansen i naturen og beskriver cellenes behov for likevekt mellom deres indre funksjon og det som omgir dem. Sykdom utvikles når homøostasen brytes, det vil si når summen av de belastninger vi blir utsatt for overskrider organismens iboende evne til selvregulering.

I dette prinsippet forenes både orientalsk og vestlig medisin. Mange av våre kroppsfunksjoner er avhengig av homøostase for at kroppen skal fungere, slik som kroppstemperatur, blodtrykk, blodsukkerbalanse, syre-base balanse og hormonbalanse. I tillegg har vi det samstemte forholdet mellom kroppen og alle de livsviktige mikroorganismene som lever på huden og slimhinnene våre. Evnen til å skape likevekt/homøostase kan sies å være kroppens evne til selvregulering.

Cellens homøostase

Hver celle består av en mengde mikroskopiske strukturer som utfører spesifikke oppgaver inne i cellen. Disse oppgavene kan kun utføres ved at det tilføres næringsstoffer og oksygen til cellens indre. Stoffene føres gjennom cellens membran som er semipermeabel (halvt gjennomtrengelig). Cellene i kroppen vår sies å ha sin opprinnelse i urhavet.



De har utviklet seg gjennom millioner av år til å bli den celletype som vår organisme består av i dag. I urhavet levde de primitive encellede mikroorganismene i et meget stabilt miljø. Havet inneholdt en nesten konstant temperatur, næringsinnhold og syre – baselikevekt. Mikrobene fikk en jevn tilførsel av næring og kunne enkelt gi slipp på sine stoffskifteprodukter. For noen milliarder år siden tok disse bakterier, et stort skritt fremover i utviklingen.

I følge biolog Lynn Margulis var det en symbiotisk sammensmeltning av flere bakterietyper som resulterte i grunnlaget for vår celletype ⁽¹⁾. Etter denne sammensmeltningen fikk den nye celletypen

nye egenskaper, den kunne blant annet utnytte oksygen. Ved utnyttelse av oksygen i atmosfæren forlot de sine trygge omgivelser i havet.

En av de viktigste grunnene til at disse primitive celler kunne leve og utvikle seg på jorden var utviklingen av en cellemembran. En beskyttende hinne som kunne holde det indre i cellen i konstant balanse på samme tid som skadelige stoffer ble holdt ute. Ved å være semipermeabel kunne viktige næringsstoffer opptas, mens truende stoffer holdes ute. Slik kunne de første mikrober som vandre på land fortsette å opprettholde sin strukturelle integritet slik som i urhavet.

En annen ting var utnyttelsen av oksygen. I havet var ikke cellen avhengig av oksygen da deres stoffskifte skjedde via en langsom gjæringsprosess. De mer effektive fotosyntetiske celler brukte solen som energikilde. Dette gjorde deres stoffskifte raskere og mer effektivt slik at mer kompliserte livsformer kunne utvikles.

Gjennom alle disse millioner av år er det dog en ting som aldri har forandret seg: *cellenes behov for å leve i et konstant miljø*. Dette kalles homøostase. Alle kroppens prosesser har kun ett eneste formål: å opprettholde homøostasen for cellen – kroppens grunnfunksjon. Homøostase er cellens livsbetingelse og dette avspeiler seg i alle kroppens funksjoner. Når cellenes og kroppens homøostase blir truet, oppstår ubalanser som fører til det vi kaller sykdom. Eller som man sier det i orientalsk medisin: når den relative balansen mellom yin og yang trues, oppstår sykdom.

Antihomøostatiske faktorer

Gjennom alle de millioner av år som har gått siden utviklingen av liv på jorden begynte, har cellene gjennomgått en utviklingsprosess. De kjemiske prosesser som finner sted i kroppen vår, de sukkerstoffer og fettsyrer som overfører kroppens energi, de aminosyrer som bygger opp våre proteiner, og de lipider som bygger våre cellevegger – de er alle de beste forbindelser som naturen har kunnet utvikle gjennom millioner av år. Alle former for liv lever i et miljø som stadig bryter det ned. De livsformene som overlever lengst er de med en indre sterk selvregulering og et ytre sterkt forsvar.

Fra naturens side har altså vi mennesker en sterk evne til selvregulering både på det fysiske og psykiske plan. Dette har vi for å beskytte oss mot naturlige ytre og indre belastninger. Hvis imidlertid enkelte belastninger skulle være for sterke for kroppens innebygde reguleringsmekanismer, må kroppen ty til diverse kriseløsninger for å overleve (tilpasning eller adaptasjon). Vi kaller alle disse belastninger med et fellesuttrykk for antihomøostatiske faktorer, det vil si faktorer som truer eller ødelegger kroppens homøostase (likevekten). De antihomøostatiske faktorer er:

Psykiske faktorer

Under psykiske faktorer finner vi alle typer psykisk stress, emosjonelle konflikter, utilfredsstillende arbeidsforhold, sorg, bekymring, sinne, angst og depresjoner. Psykiske faktorer som dette kan gå utover indre organenes funksjon, hormonsystem og immunsystem. I tillegg kan mange stresstilstander tappe kroppen for næringsstoffer slik som B-vitaminer, magnesium og sink.



Uttrykket Psykonevroimmunologi (PNI) ble brukt for første gang allerede i 1981 av forsker Robert Ader (psykolog). Han oppdaget at immunsystemet utsondret neuropeptider, spesielt endorfiner. Før trodde man nemlig at kun hjernen kunne utsondre neuropeptider. Forskere vet nå at kroppen og sinnet kommuniserer med hverandre. PNI forklarer hvordan tanker og emosjoner påvirker kroppen. Forskere har identifisert over 100 forskjellige virksomme stoffer som sender informasjon frem og tilbake mellom sinnet og kroppen. Det er spesielt nerve-, hormon- og immunsystem som er involvert i å sende informasjonssubstanser. Slik skapes det et psykosomatisk nettverk i organismen vår. Man har også funnet at fordøyelsen påvirkes av stress ⁽²⁾. Det er flere nerveender og neurotransmittere i fordøyelseskanalen enn i resten av kroppen. Forsøk viser at bare etter 1 time med stress, økte permeabiliteten i tarmene, og etter 10 dager økte den samme permeabiliteten med 31 %. Dette forårsaket lokal inflammasjon og aktiverte mastcellene (histaminreaksjon). Høy stressfaktor kan altså forårsake det vi kaller lekk tarm hvor passasjen gjennom tarmveggen øker slik at uønskede stoffer kommer inn i kroppen.

Genetiske faktorer

Vår medfødte konstitusjon har mye å si for helsen vår. Vi kan arve enten en sterk eller svak konstitusjon. Ofte ligger mange kroniske sykdommer latent genetisk. Det er dog ingen tvil om at livsstil, kosthold og psykisk helse er avgjørende for om man utvikler mange av disse arvelige svakheter. Mange kroniske og latente sykdommer kan være forårsaket av våre forfedres alvorlige infeksjoner. Tungmetallforgiftninger og livsstilsproblemer kan også overføres til barnet fra moren.

Mikrobiologiske faktorer

Mange av de vanligste sykdommer vi kjenner til, er forårsaket av mikrober (bakterier, virus eller sopp). Kroppens forhold til og behandling av disse mikrobene er av stor betydning for vår helse. Vi har flere bakterier i kroppen enn vi har celler. Bare i tarmsystemet har et voksent menneske over 1 kg bakterier.

Mesteparten av disse bakteriene er

livsviktige. Melkesyrebakteriene er med på å bryte ned maten vi spiser og beskytter oss mot sykdomsfremkallende

mikroorganismer. Melkesyrebakteriene hjelper oss til å overleve – og til gjengjeld gir vi dem *kost og*

losji. Dette kalles symbiose (å leve til gjensidig gagn).



Bakterier er encellede organismer og veldig avhengig av et stabilt miljø (homøostase) for å overleve. Forandres miljøet i kroppen mot et mer toksisk nivå kan mikrobene endre seg for å tilpasse seg det belastede miljøet (antibiotikaresistens). Sykdomsfremkallende bakterier, virus og sopp kan gjøre stor skade i kroppen vår og kan være medvirkende til å utvikle kroniske sykdommer ^(1,2,3,4).

Kjemiske faktorer

Kjemiske faktorer er en annen vanlig belastningsgruppe som hyppig truer kroppens homøostase. Vi kan dele disse faktorer inn mangeltilstander og forgiftningstilstander. Mangeltilstander og forgiftningstilstander går hånd i hånd. Den ene legger grunnlag for den andre. Har man en mangeltilstand er man lettere mottakelig for en forgiftning. Har man en forgiftning får man lettere en mangeltilstand. Grunnen til dette er at man trenger viktige næringsstoffer for å avgifte kroppen. Begge disse tilstandene (mangeltilstand og forgiftningstilstand) er konsekvenser av dagens kosthold og levevis.

Fysiske faktorer

Fysiske faktorer som belaster kroppens homøostase er fysisk stress, mangel på søvn, mosjon og frisk luft. I tillegg til dette finnes påvirkning av stråling fra mikrobølgeovner, TV, data, mobiltelefoner og

kraftledninger. Mange mennesker rapporterer også at de blir syke av moderne byggematerialer og tett inneklima.

Sykdom er summen av belastninger

Det er sjeldent en enkelt faktor som gjør oss syke. Som sagt har vi mennesker et sterkt og høyt utviklet forsvar mot de fleste belastninger vi måtte oppleve. Når kropp eller psyke bryter sammen og utvikler dysfunksjoner, kan vi si at det sannsynligvis har pågått en stor belastning over lengre tid. Verken kropp eller psyke bukker under for enhver belastning. Det er summen av alle disse belastningene vi utsetter oss for i forhold til organismens evne til å omsette, bryte ned og fjerne eventuelle belastninger (regulasjon) - som avgjør om vi holder oss friske eller blir syke. Vi kan sette opp helsens regnestykke slik:

- Helse = Antihomøostatiske faktorer < kroppens reguleringskapasitet
- Sykdom = Antihomøostatiske faktorer > kroppens reguleringskapasitet

Dette beskrives i Tradisjonell kinesisk medisin på samme måte: Helse eller sykdom er en konsekvens av forholdet mellom den antipatologiske faktor (kroppens evne til å opprettholde balanse mellom yin og yang) og en sykdoms virulens (angrepsevne).

Adaptasjon (tilpasning) - kroppens svar på belastninger



Kroppens viktigste oppgave er å beskytte cellenes indre, hvor alle kroppens grunnfunksjoner har sin opprinnelse. Ved diverse belastninger (kjemiske, mikrobiologiske, fysiske og/eller psykiske) vil det derfor utløses en serie fysiologiske reaksjoner med den hensikt å opprettholde cellenes livsbetingelser på best mulig måte.

Disse reaksjoner vil utspilles i områder av kroppen som ikke truer cellenes indre. Alle belastningsfaktorer har det til felles at de forstyrrer kroppens likevekt. Denne situasjonen er kroppen nødt til på best mulig måte å tilpasse seg. Det gjøres ved at noen funksjoner automatisk blir oppprioritert (for eksempel avgiftning), mens andre nødvendigvis blir nedprioritert (for eksempel fordøyelse og tilgang på energi).

Dette kalles i biopatien for *regulering*. Ut fra kroppens tilstand er dette en positiv reaksjon, da formålet er å gjenopprette likevekt på samme tid som cellene beskyttes. Sykdom er ofte ikke annet enn kroppens måte å gjenopprette homøostase. For eksempel ved influensa reagerer kroppen med feber. Feber nedsetter mikrobenes bevegelser og immunsystemet kan lettere angripe de sykdomsfremkallende mikrobenes. Feber er kanskje ikke noe vi ønsker å ha, men i forhold til den situasjonen kroppen befinner seg i, er det en hensiktsmessig prosess. Vi svetter da kroppens avgiftningssystemer oppprioriteres. Appetitten nedprioriteres og vi blir trette og føler trang til hvile for å spare energi til immunsystemets kamp mot mikrobenes. Alle disse reaksjoner kalles i moderne medisin for sykdom, men de er snarere kroppens tilpasning til situasjonen, og dens måte å gjenopprette likevekt på.

Jo friskere vi er, dess raskere gjenoppretter kroppen og psyken sin likevekt. Jo mer kronisk syke vi er, dess mindre evner kropp og sinn å reagere. Vi lagrer istedenfor belastningen - til det en dag flyter over. Kroppen kan gjennomløpe en rekke faser (nivåer) i sin søken etter likevekt. Dette kalles i biopatien adaptasjonsfaser:

Fase 1: Regulasjon

Kroppens friske tilstand hvor organismen konstant regulerer belastninger utenfra og innenfra. I denne fasen kan det være både arvelige disposisjoner og fysiske/psykiske mindre belastninger som ikke plager kropp og sinn nevneverdig. Kroppens indre organer fungerer normalt og man har et naturlig fysisk og psykisk overskudd.

Fase 2: Dysfunksjon

I denne fasen overskrider de antihomøostatiske faktorer kroppens normale reguleringskapasitet. Det er derfor naturlig at det her skjer en opprioritering av enkelte organfunksjoner og nedprioritering av andre. Det kan vise seg ved økt aktivitet av avgiftningsorganene, ubalanse i fordøyelsen, hudutslett, tretthet, menstruasjonsforstyrrelser, muskelspenninger og lette emosjonelle ubalanser.

Stresshodepiner kan forekomme i denne fasen, samt lette søvnproblemer grunnet forbigående stressituasjoner i dagliglivet. Ved normalisering av livsstil vil disse lidelser raskt gå over, og kropp og sinn igjen være i balanse.

Fase 3: Akutt dysbiose

Akkurat som cellemembranens semipermeable funksjon opererer som kontrollpost for hva som tillates å komme inn i cellen, fungerer hud og slimhinner som kontrollpost for hva som bør komme inn i kroppen og hva som må holdes utenfor. Hud og slimhinner utgjør den første barriere for ytre patogene faktorer som mikroorganismer, giftstoffer og naturens elementer. Siden tidens morgen har sykdomsfremkallende mikrober truet menneskets helse.



Vårt immunsystem har nemlig en medfødt svakhet: det kan kun mobilisere til kamp etter at det selv blir angrepet. For å oppveie denne svakheten har vi utviklet vår egen hær av livsoppbyggende mikrober som bekler vår hud og slimhinner. Hvis sykdomsfremkallende mikrober som virus og bakterier skulle komme innenfor disse barrierene, setter vårt indre immunsystem i verk en mengde prosesser for å beskytte kroppen. Vi snakker i denne adaptasjonsfasen om akutte infeksjoner som forkjølelse, influensa, mavekatarr, blærekatarr osv.

Motangrepen som immunsystemet iverksetter tar store mengder av kroppens samlede energi. Derfor vil vi i denne fasen bli trette og søvnige, miste appetitten (fordøyelse av mat tar mye energi) og vi blir tørste og drikker mer vann, spesielt om feber er involvert. Hvis vi i denne fasen understøtter kroppen i dens naturlige reaksjon, ved nok hvile, inntak av vitaminer, mineraler og eventuelt urter som styrker immunforsvaret, samt vann for å understøtte avgiftningen - vil kroppen få maksimal hjelp til å slåss mot de sykdomsfremkallende mikroberne og å bli lettere frisk. Hvis vi derimot ignorerer kroppens signaler om hva den trenger for å bli bra, kan immunsystemet få problemer med å rense ut mikroberne og deres giftstoffer. Organismen presses så over i neste sykdomsfase.

Fase 4: Kronisk dysbiose

Hvis belastningen i fase 3 er for sterk for kroppens immunforsvar eller dens regulasjon, eller undertrykkes med medisiner som motarbeider immunsystemet, må kroppen opprette en reserveløsning for å hindre spredning av sykdomsfremkallende mikrober. Når det skapes en ubalanse mellom kroppens symbiotiske mikrober i forhold til de sykdomsfremkallende parasitter, resulterer dette i en dysbiose. Det er viktig at disse mikrobenes ikke fortsetter å spre seg da det kan forårsake alvorlige lidelser som eksempelvis hjernehinnebetennelse og betennelse i hjerteklaffen. Reserveløsningen består i at mikrobenes innkapsles. Det dannes et infeksjonsfokus, en barriere hvor mikrobenes kan overvåkes av kroppens immunceller. De vanligste fokusområder er mandler, mellomøre, bihuler, tarmsystem, urinblære og kjønnsorganer. Tykktarmens sensitive bakterieflora blir i tillegg ofte ødelagt ved antibiotikabehandling ^(5,7).

Alle levende vesener, inkludert mikrober, har et stoffskifte. Mikrobenes stoffskifteprodukter er toksiske for oss mennesker, og ved etablering av et eller flere infeksjonsfokus skapes en indre forgiftningskilde som etter hvert belaster våre avgiftingsorganer. Resultatet av en kronisk dysbiose er økt tretthet, belastede avgiftingsorganer, nedsatt vitalitet og økt mottakelighet for alle typer infeksjoner.

Når vi gjentatte ganger får de samme infeksjonene slik som bihulebetennelse, mellomøreinfeksjon eller blærekatarr, kan vi med sikkerhet si at infeksjonen kommer innenfra hvor mikrobenes ligger i dvale, kun holdt i sjakk av immunsystemet. Når immunsystemet svekkes, for eksempel ved stress, dårlig livsstil eller lignende, får disse mikrober igjen overtaket og kan forårsake en ny akutt infeksjon. Immunsystemet blir selvfølgelig utmattet av denne kontinuerlige belastningen og utvikler etter hvert dysfunksjoner. Vi kan utvikle flere kroniske infeksjonsfokus og disse kan eksistere i kroppen i årevis.

Fase 5: Allergi

Allergi betyr annerledes reaksjon. Ordet kommer av *allos* som betyr annerledes, og *ergon* som betyr å arbeide. Vi kaller alle de stoffer som kroppen reagerer mot for allergener. Det kan være farlige mikrober, men det kan også være helt ufarlige stoffer som bjerkepollen, melkeproteiner og gluten.

Antistoffer kalles de angrepsvåpen immunsystemet danner mot allergenene. Det er viktig å vite at det er *immunsystemets reaksjon* som bestemmer om vi får en allergisk reaksjon, ikke den aktuelle påvirkning fra allergenet.



I fase 4 skjer det en langsom forgiftning av kroppen grunnet toksiske slaggstoffer fra mikrobenes stoffskifte. Dysbioser på tarmslimhinnen fortrenge de gode melkesyrebakteriene. Melkesyrebakteriene har blant annet som oppgave å produsere enzymer som bryter ned matinnholdet i tarmen slik at det blir lettfordøyelig. Dysbioser i tarmsystemet gjør slimhinnene tynnere og mer gjennomtrengelig. Tarmslimhinnen skal fungere som en barriere/filter hvor skadelige stoffer holdes igjen i tarmkanalen og nyttige næringsstoffer tas opp og føres med blodet ut til hver celle. Blir tarmslimhinnen skadet, kan bindeledene som finnes mellom hver celle i tarmveggen gli fra hverandre slik at molekyler som skulle vært holdt tilbake i tarmkanalen trenger gjennom denne og ut i blod- og lymfesystem. De ufordøyde partikler blir ikke gjenkjent av immuncellene og dette provoserer immunsystemet til å sette i gang en immunrespons ⁽³⁾. Lekk tarm kan forårsakes av candidainfeksjon.

Candida albicans er en sopp som lever i menneskers tarmsystem. Det er en nøytral mikrobe som ikke er skadelig så lenge den holdes i sjakk av den vennligsinnede bakteriefloraen. En antibiotikakur kan være nok til å forskyve balansen mellom de livsoppbyggende og livsnedbrytende mikrobenes i tarmsystemet. Blir melkesyrebakteriene i underskudd blir det mulighet for fremvekst av sopp og andre nøytrale mikrober. Da sopp livnærer seg på sukker og gjær vil et kosthold med rikelige tilskudd av raffinerte karbohydrater (loff, brus og godteri) sørge for at candidasoppen får gode vekstvilkår og forvandler seg til en dysbiotisk soppart. Den utvikler lange utstikkere, myceler som perforerer tarmveggen. Slik kan tarmslimhinnen bli enda mer gjennomtrengelig.

I fase 5 begynner immunsystemet å arbeide annerledes enn det var tiltenkt. Immunsystemet har gjennom tusenvis av år lært seg å skille mellom hva som er skadelig eller nyttig for kroppen. Når immunsystemet begynner å miste denne evnen slik som ved allergier og autoimmune lidelser, er dette en naturlig konsekvens av en fase 4 tilstand – kronisk dysbiose. Kronisk dysbiose ødelegger blant annet slimhinnenes funksjon i det å beskytte kroppen mot ytre fiender. Når slimhinnene blir dårligere og maten ikke brukt skikkelig ned, legger vi grunnlag for allergiske reaksjoner. Det er sjelden å finne en person med allergi eller matintoleranse som ikke har en forhistorie med kroniske infeksjoner og dysbioser i tarmsystemet. Mange miljøgifter virker også direkte provoserende på immunsystemet. Utviklingen av nye miljøgifter i luft, vann, jord og mat har gått så fort at det i dag er umulig å få noen klar oversikt over alt som virker negativt inn på kroppens forsvarssystem. Vi kan bare observere den store økningen i allergier og intoleranse som bekreftelse på dette.

Fase 6: Depotdannelse

Helt fra fase 4 hvor det oppstår en eller flere kroniske fokalinfeksjoner, skapes en indre forgiftningskilde hvor toksiner akkumuleres. Kroppen velger å lagre avfallsstoffer i ledd og bindevev, da det her ikke forårsaker like mye skade som om det skulle ha sirkulert i blodet. Blodets syre/base balanse er for eksempel veldig viktig, og kroppen gjør alt den kan for å holde blodets pH-verdi konstant. Overskudd av syrer, toksiner og annet som ikke skal spres med blodet, blir således lagret i bindevevet og vevsvæsken som omslutter cellene. Kroppen overlever således en dysbiose ved å lagre toksiner der hvor det gjør minst skade ⁽⁶⁾.

Fase 6 preges av bindevevsdegenerasjon som kan uttrykke seg på mange forskjellige måter avhengig av hvilke organer som rammes. Fremmede stoffer som kommer med blodstrømmen og ut i vevet, bindes i vevet før det når selve cellene. Kroppen forgiftes i denne fasen både innenfra og utenfra. Alt ettersom hvilket organsystem som er mest belastet, vil det opptre symptomer:

- Sirkulasjonssystemet: hemoroider, åreforkalkning, blodpropp og åreknuter
- Fordøyelsessystemet: utposinger på tarmen/divertikler, nedsunkne tarmar
- Muskler og bindevev: gikt og reumatisme plager, diverse inflammasjoner
- Ledd og brusk: prolaps og nedbrytning av leddbrusk, inflammasjoner i ledd
- Hud: eksem, psoriasis
- Lunger: emfysem
- Underlivsorganer: slapp og nedsunkne organer (blære og livmor)
- Hormonsystem og nervesystem: her kan også oppstå hormonelle og nevrologiske lidelser da hormon- og nervesystem kommuniserer med hverandre ved å sende ut signalstoffer i vev og vevsvæsken som omgir cellene. Når dette området forstyrres av toksiner og får en forskjøvet pH-verdi, kan disse stoffenes kommunikasjon med hverandre forandres

I denne adaptasjonsfasen kan det også oppstå inflammasjoner og autoimmune lidelser. Hvis immunsystemet fungerer som det skal vil det bryte ned skadelige stoffer som proteiner fra bakterier

og sopp samt kroppens egne ødelagte celler. Hvis immunsystemet ikke makter denne oppgaven, kan disse stoffer virke antigen og utløse immunreaksjoner mot kroppens eget vev.

Fase 7: Intracellulær dysbiose

Helt opp til denne fasen har kroppen forsøkt å beskytte cellens indre liv, kroppens grunnfunksjon. Regulasjon av cellens indre miljø slik som opptak av oksygen og næringsstoffer reguleres av bindevevet. Det gjør også utledningen av avfallsstoffer samt syre- base-balansen. Når vev og vevsvæsken over tid blir belastet, kan den siste skansen brytes, og vi får en dysbiose som trenger inn i selve cellen.

Denne kroppens grunnregulasjon svikter når bindevevet utmattes. Cellens sentrale styring kan kollapse når homøostasen i vevet brytes. Grunnen til dette er at nerver, blodkar og lymfekar ikke har direkte kontakt med cellen, men overfører sine stoffer via vevet og vevsvæsken som omgir cellene. Hormoner må også passere her. Cellenes hormonreseptorer er også ofte ødelagt i denne fasen.

Når bindevevets lagringskapasitet blir overskredet, klarer ikke cellemembran å holde giftstoffer inkludert carcinogener ute, de strømmer inn i cellen og skaper kaos. For cellene som er helt avhengig av et stabilt miljø, er denne situasjonen totalt uholdbar. Vi har nå fått en intracellulær dysbiose hvor cellemembran ikke lenger klarer å holde de riktige stoffer ute og oppta næring og oksygen som den trenger for sitt viktige stoffskifte. Når cellestoffskiftet bryter sammen bryter også grunnlaget for kroppens homøostase sammen. I denne fasen oppstår sykdommer hvor cellene oppfører seg unormalt som ved kreft. Denne situasjonen er karakterisert av dette:

- Cellenes indre miljø er preget av mangel på homøostase.
- Cellene får ikke tak i næringsstoffer og oksygen som den trenger til sitt stoffskifte.
- Cellen er ute av styring og må leve på sine egne betingelser og uten samarbeid med resten av kroppen.
- Cellen er ikke beskyttet av sine omgivelser. Kreftfremkallende stoffer, frie radikaler og andre avfallsstoffer kan fritt strømme inn i cellen.

Når cellens omsetning av energi og membranpotensial faller, går cellen utviklingsmessig tilbake til et tilbakelagt stadium. Symbiosen med mitokondriet synes brutt, og noen av kroppens viktigste funksjonelle forutsetninger finnes ikke lenger.

I fase 7 brytes cellens homøostase. Toksiner fra kroppens ytre og indre miljø samt avfallsstoffer fra patogene mikroorganismers stoffskifte bryter gjennom cellens barriere og forgifter dens indre. Da encellede mikroorganismer er avhengig av stabile forhold i sine omgivelser er dette ikke noe fremtidig tilholdssted for dem, og et par milliarder langt samboerforhold er over.

Regenerasjon - reversering av sykdomsfasene

For å få kroppen tilbake til sunnhet og likevekt, må vi snu den negative prosessen og få til et motsatt faseforløp. Dette gjøres ved å styrke kroppens egen reguleringskapasitet på samme tid som vi fjerner de belastninger den er utsatt for.

Sykdommer starter i de ytre hud og slimhinner, og setter seg etter hvert på dypere plan. Ved å sette i gang en regenerering snur vi denne prosessen. Derfor kan tidligere sykdommer oppstå, men kun som en avgiftningsprosess.



Dette kan gi seg utslag i dårlig ånde, diaré, illeluktende svette, urin og avføring, belegg på tungen, tretthet m. m. Alle disse reaksjoner er tegn på kroppens egen regulasjon. Forutsetningen for at en regulasjon skal kunne skje er at de antihomøostatiske belastningsfaktorer minskes og at kroppens egen regenerasjonskapasitet økes.

Dette kan skje ved:

- Reduksjon av ytre forgiftningskilder og eliminering av faktorer som belaster avgiftningsorganene.
- Øke kroppens reguleringskapasitet ved tilskudd av vitaminer og mineraler.
- Reduksjon av indre forgiftningskilde via symbioseterapi.
- Utrensning av toksindepoter i kroppens vev. Kan gjøres med urter, mosjon, sauna, soneterapi.
- Regulering av kroppens homøostase ved yoga, pusteøvelser, korreksjon av livsstil m.m.

For å oppnå alt dette, vil et biopatisk protokoll ofte omfatte både endring av kosthold og tilskudd av vitaminer, mineraler og fettsyrer. I tillegg preparater som regulerer immunforsvaret og urter som styrker og regulerer organsystemene.

Kost og ernæring



Via kosten tilfører vi kroppen de nødvendige byggesteiner den trenger for å utføre sine oppgaver. Gjennom kosten kan vi regulere indre organers funksjoner, balansere blodsukker, syre- base-balanse og kroppens evne til å skille ut avfallsstoffer.

Fra fase 4 og nedover er det viktig med tilskudd av probiotika, både i konsentrert form og via mat som melkesyregjærede grønnsaker og safter ⁽⁸⁾. Jo lenger ned i faseforløpet man befinner seg, jo viktigere er det å eliminere alle typer antihomøostatiske belastninger fra kostholdet.

Det kan være tilsetningsstoffer, konserveringsmidler, transfettsyrer, ferdigmat og gatekjøkkenmat, kaffe, alkohol, sukker, brus m. m. Man bør spise økologisk mat og friske råvarer som er rike på enzymer, fiber, og næringsstoffer samt fettsyrer. Det er viktig på alle mulig måter å fjerne ytre forgiftningskilder i kostholdet slik at kroppens avgiftningsorganer avlastes.

Via terapeutiske doser av vitaminer og mineraler øker vi kroppens funksjoner og tilfører viktige antioksidanter som beskytter kroppen vår mot giftstoffer. Vitaminer og mineraler styrker kroppens organer slik at deres funksjon normaliseres. Jo lenger ned i adaptasjonsfasene man befinner seg, jo høyere doser har man bruk for av vitaminer og mineraler. Kroppen får et større forbruk av næringsstoffer når den skal avgifte og regenereres. Spesielt i fase 6 og 7 er tilskudd med antioksidanter viktig.

Immunterapi (symbioseterapi)

Immunterapi renser ut infeksjonsfokus som er den vanligste årsak til kroniske lidelser. Disse er nødt til å renses ut da de konstant belaster kroppens organfunksjoner og immunsystem. Symbiose er en forutsetning for et sunt immunsystem.

Fra fase 4 og nedover er det viktig å eliminere det kroniske infeksjonsfokus før man kan behandle den kroniske lidelsen. I immunterapi eliminerer vi indre forgiftningskilder og gjenoppretter kroppens mikrobakterieflora. Immunterapi inkluderer isopatiske preparater, homøopatiske preparater og diverse probiotika og prebiotika.



Regulasjonsterapi - urtemedisin

Regulasjonsterapi består hovedsakelig av urter som avgifter og regulerer kroppens neurohormonale system. Urter har til alle tider vært brukt som botemiddel for sykdom.

Helbredende planter og urter har en bred og omfattende effekt på de fleste av kroppens og psykens funksjoner:



- Adaptogene urter styrker kroppens livsenergi via sin tonifiserende og regulerende virkning. (homøostaseeffekt). Adaptogene urter er viktig å bruke fra fase 4 og nedover.
- Spesifikke urter brukes for å styrke immunsystemet og avgiftningsorganene samt regulere diverse dysfunksjoner. Brukes som oftest fra fase 1 til fase 3.
- Man kan blande både adaptogene urter og spesifikke urter for maksimal effekt, spesielt fra fase 4 og nedover.
- Urter kan brukes til å regulere alle kroppens funksjoner (nervesystem og hormonsystem).
- Regulasjonsterapi innebærer også bruk av trening, mosjon, yoga, qi gong, akupunktur, soneterapi, øreakupunktur, massasje og endringer i livsstil m.m.

Biopatisk analyse- og regenerasjonsprogram

Alle disse metodene som regulerer organismen (kost og ernæring, immunterapi og urtemedisin) setter kroppen i en situasjon hvor den kan regenerere seg selv og gjenopprette sin homøostase ut fra den gjeldende adaptasjonsfase kroppen befinner seg i. Forutsetningen for å få dette til er at de antihomøostatiske belastninger reduseres slik at



de blir mindre enn kroppens regulasjonskapasitet. Det er ikke *ett* vitamin, *et* urtepreparat eller *en* behandlingsform som er det riktige.

Alle mennesker må behandles etter individuelle ubalanser og adaptasjonsfaser slik at kroppens utallige organfunksjoner kan få tilbake sin opprinnelige styrke og kraft. Innen biopati stilles ingen medisinske diagnoser, man søker derimot etter å finne ut den bakenforliggende årsak til eventuelle ytre symptomer. Ut fra flere ulike analysemetoder (blant annet blodanalyser, irisanalyse, eventuelle matintoleransetester), vil en biopat kunne fastsette adaptasjonsfase, infeksjonsfokus og organubalanser i tillegg til hvilke antihomøostatiske belastninger som må fjernes. På grunnlag av dette utarbeides et regenerasjonsprogram (protokoll).

Hvordan jobber en biopat

En biopatisk konsultasjon tar ca. 2 timer og inkluderer:

- En grundig anamnese (nedtegnelse av pasientens sykehistorie).
- Diverse analyser og tester. Symptomene i seg selv er som regel ikke nok for å avdekke de underliggende årsaker. Analysemetodene irisanalyse, Polysantest (blodanalyse) og mørkefeltmikroskopi er alle metoder som belyser dypere årsaker til diverse symptomer. Det er viktig, når man tenker og behandler etter naturmedisinske prinsipper at man anvender naturmedisinske analysemetoder, da de *snakker samme språk*. Det er for eksempel ikke mulig, ut fra en vanlig blodprøve tatt hos lege, og vite hvilken adaptasjonsfase en klient befinner seg i, men ved en irisanalyse, eller ved mørkefeltmikroskopi vil dette tre klarere frem.
- Utarbeidelse av en biopatisk protokoll, basert på anamnese og tester. Protokollen vil som regel inkludere generelle kostholdsråd, kosttilskudd, immunregulerende midler og eventuelle andre naturprodukter tilpasset den enkelte pasient. Dette er starten på det man innen biopati kaller en *regenerasjonskur*.
- Oppfølgingstimer. En biopat setter opp oppfølgingstimer etter alt fra 2 til 4 uker etter at kuren er startet. Det vil som regel være behov for 3 til 4 oppfølgingstimer.
- Behandlinger: En biopat er gjerne utdanning i behandlingsmetoder som fotsoneterapi og øreakupunktur. Begge metoder som er flotte å kombinere med en regenerasjonskur.

Sjekk at terapeuten du går til er medlem av en utøverorganisasjon som setter krav til utdanning og praksis.

Kilder:

1. *Endosymbiosis*, Lynn Margulis: http://evolution.berkeley.edu/evolibrary/article/history_24
2. *Normal gut microbiota modulates brain development and behaviour:*
<http://www.pnas.org/content/108/7/3047.full.pdf&>
3. *Forgiftet innenfra:* <http://forskning.no/bakterier-immunforsvaret-sykdommer/2011/11/forgiftet-innenfra>
4. *Bakterier, dødelige og nødvendige:* <https://www.apollon.uio.no/tema/bakterier/>
5. *Antibiotika kan ødelegge den moderne medisinen:* http://www.apollon.uio.no/artikler/2014/3_antibiotika.html
6. *Schalfenberg, G. K. (2012): The Alkaline diet: Is there Evidence that an Alkaline pH Diet Benefits Health?*
<https://www.hindawi.com/journals/jep/2012/727630/>
7. *Scientists show how antibiotics enable pathogenic gut infections:* <http://med.stanford.edu/news/all-news/2013/09/scientists-show-how-antibiotics-enable-pathogenic-gut-infections.html>
8. *Regulatory effects of a fermented food concentrate o immune function parameters in healthy volunteers:*
https://www.researchgate.net/publication/23719602_Regulatory_effects_of_a_fermented_food_concentrate_on_immune_function_parameters_in_healthy_volunteers

Bilder: <http://www.freeimages.com>