

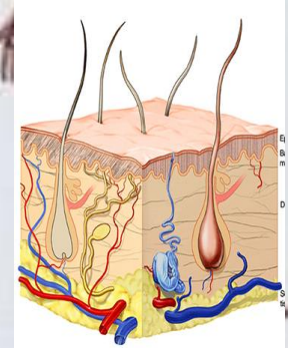
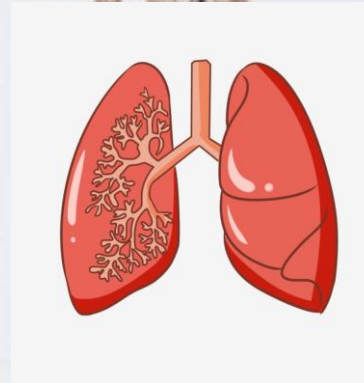
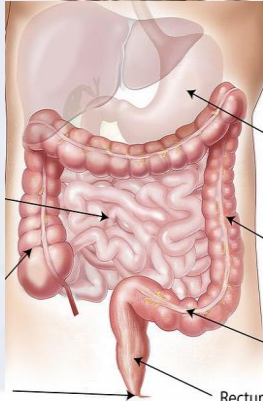
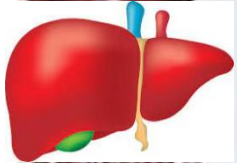
ทำลายพิษ

ความรู้เรื่องพิษ

ร่างกาย มี เซลล์ ๓๐-๔๐ ล้าน ล้านเซลล์ ประมาณ ๒๐๐ กว่าชนิด

😊😊 แต่ละชนิดก็รวมตัวเป็นอวัยวะต่างๆ

เมื่อ เซลล์ทำงาน มีการสร้างขยะ (พิษ) อยู่ตลอดเวลา
และมีกระบวนการ ทำลายพิษ และ ขับออก ตลอดเวลา



ต้นเหตุของเซลล์เสื่อม
ทำให้ร่างกายอ่อนแอ
เกิดโรคต่างๆ



สารพิษ
AGE



อนุมูลอิสระ



พิษ

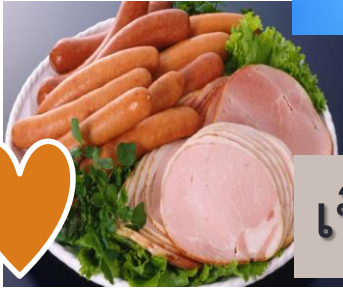




แสง ยูวี

ร่างกายรับสารพิษมากเกินไป

สารตกค้าง
จากยา



เนื้อปรุงแต่ง



ยาฆ่าแมลง



มลพิษทางอากาศ



ฟอรั่มารีน โลหะหนัก



ความเครียด

- ออกกำลังกายไม่เพียงพอ
- พักผ่อนไม่เพียงพอ
- ท้องผูก
- ร่างกายขาดน้ำ
- การทำงานของเซลล์ เกิดสารพิษ

อาหารขยะ



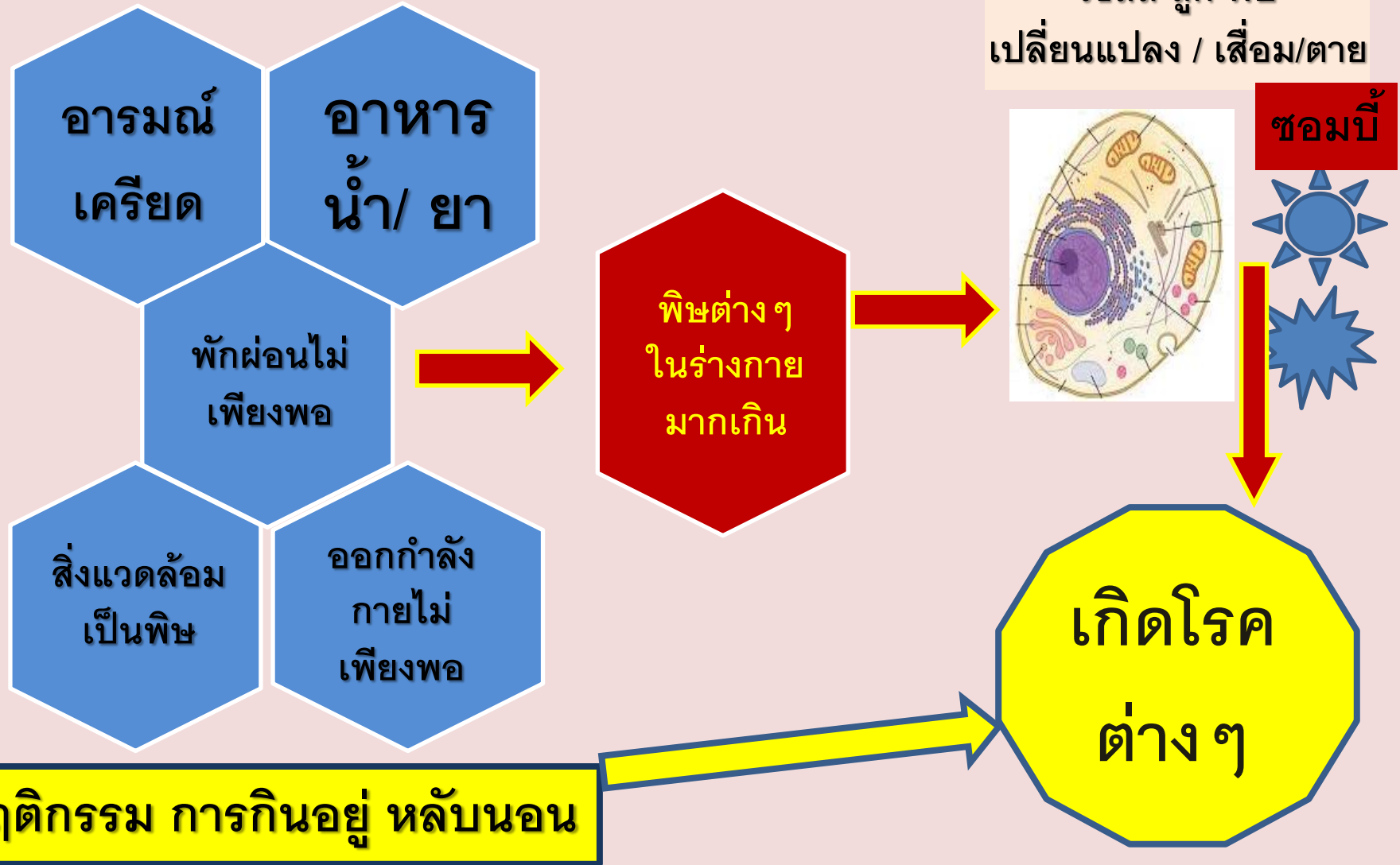
น้ำตาล



คลื่นรังสีต่างๆ



กลไกการเกิด โรคร้ายเหล่านี้



กลไกการเกิด โรค เรื้อรัง

แป้งน้ำตาลเกิน

ไขมันเกิน/เลว

Stress

ความเครียด

Toxins

พิษต่างๆ



เซลล์ดีอินซูลิน **IR**



เบาหวาน

เซลล์หลอดเลือดอักเสบ(**inflamm**) อนุมูลอิสระ (**ROS**)

เซลล์ต่างๆ

เชื่อมด้วย

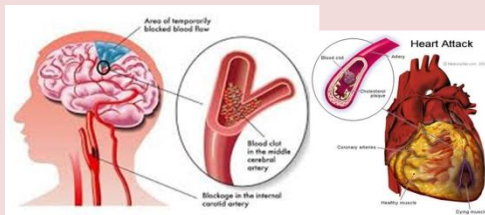
ไขมัน



หลอดเลือด เสื่อม(ตีบตัน แข็งตัว)

NCDs

โรคเรื้อรังต่างๆ



โรคหลอดเลือดเรื้อรัง ตายปีละ ๑๘ ล้านคน

เซลล์เสื่อม ที่ไหนบ้าง



1. ความไม่แน่นอนของจีโนม

2. เทโลเมียร์สั้นลง 😊

3. การเปลี่ยนแปลง ของอีพีเจเนติกส์

4. สูญเสียความมั่นคง ของโปรตีน

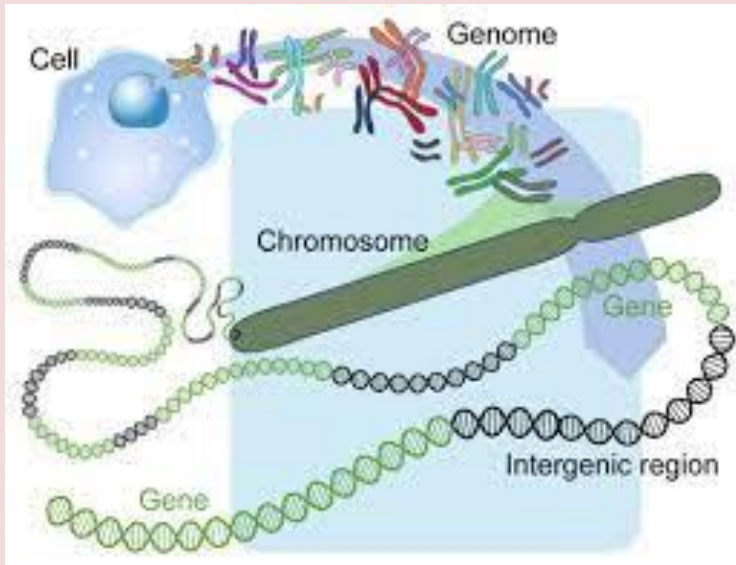
5. กระบวนการตรวจจับ
สารอาหารเปลี่ยนแปลง 😊

6. ความผิดปกติ ของไมโทคอนเดรีย 😊

7. Stem cell เหนื่อยล้า

8. การสื่อสารในเซลล์ผิดปกติ

9. ความชราภาพของเซลล์



Stem cell เหนื่อยล้า

ความชราภาพ
ของเซลล์

ความผิดปกติ
ของไมโทคอนเดรีย

กระบวนการตรวจจับ
สารอาหารเปลี่ยนแปลง

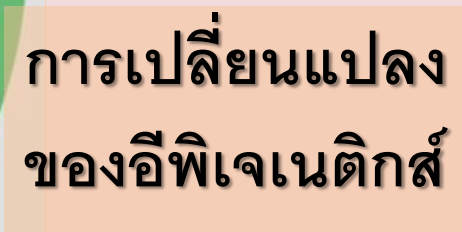
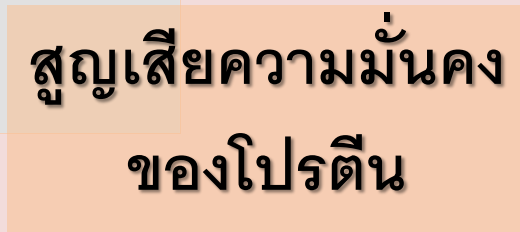
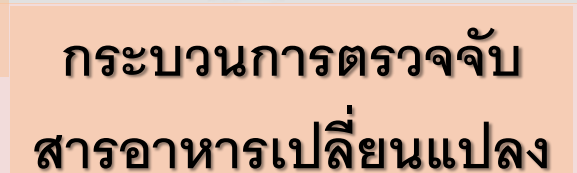
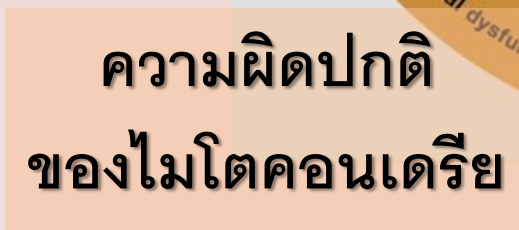
สูญเสียความมั่นคง
ของโปรตีน

การสื่อสาร
ในเซลล์ผิดปกติ

ความไม่แน่นอน
ของจีโนม

เทโลเมียร์สั้นลง

การเปลี่ยนแปลง
ของอีพีเจเนติกส์

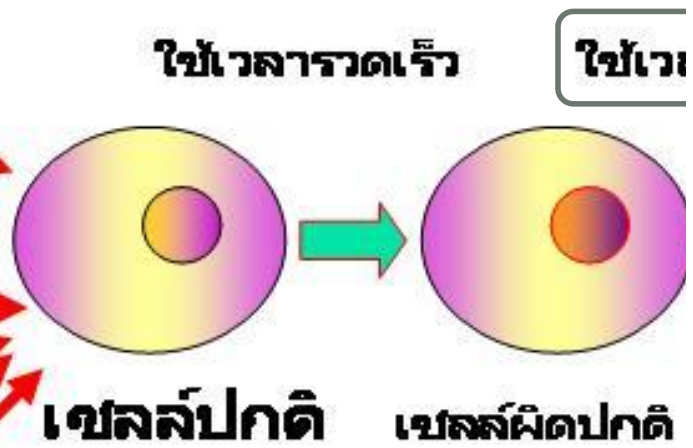


❤ กลไกการเกิดมะเร็ง: เป็นแบบหลายขั้นตอน

ปัจจัยเสี่ยง

- ดัดเชื้อ
- อาหาร
- สารก่อมะเร็ง
- บุหรี่
- สารรังสี
- อื่นๆ

ผิดปกติที่จีน



ขั้นเริ่มต้น ขั้นกระตุ้น ขั้นก้าวหน้า

เป็นการเปลี่ยนแปลงหลายขั้นตอนและใช้เวลายาวนาน



Harmless tumor

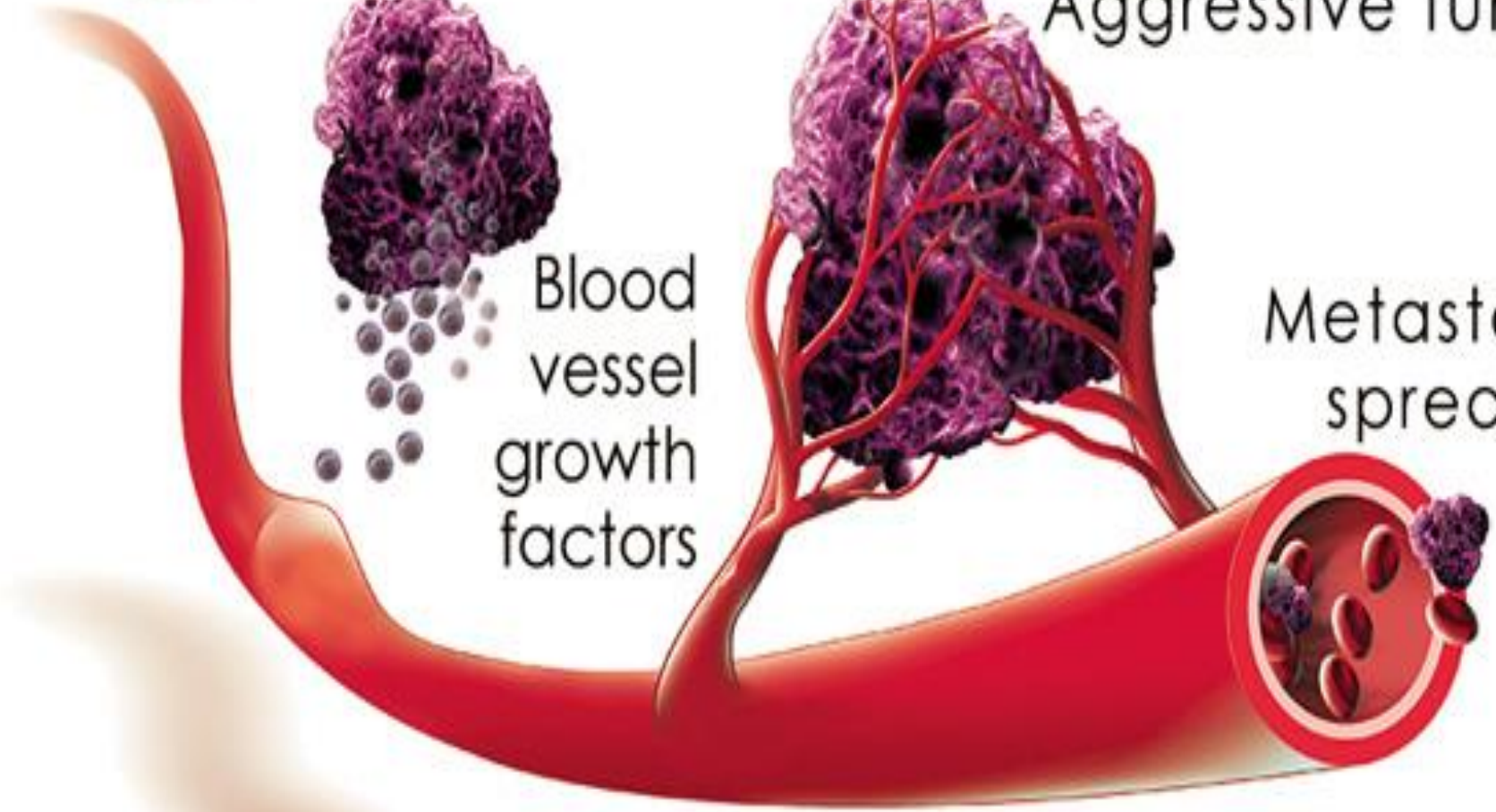
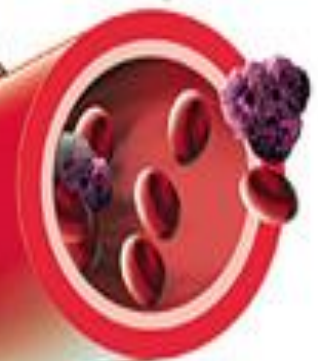


Blood
vessel
growth
factors



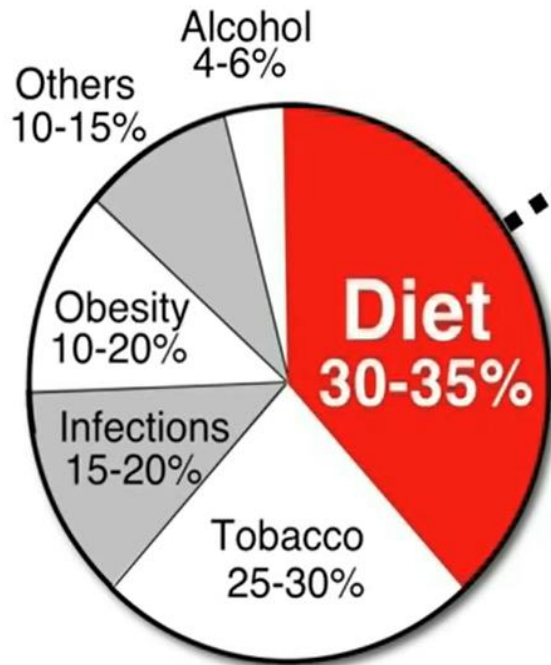
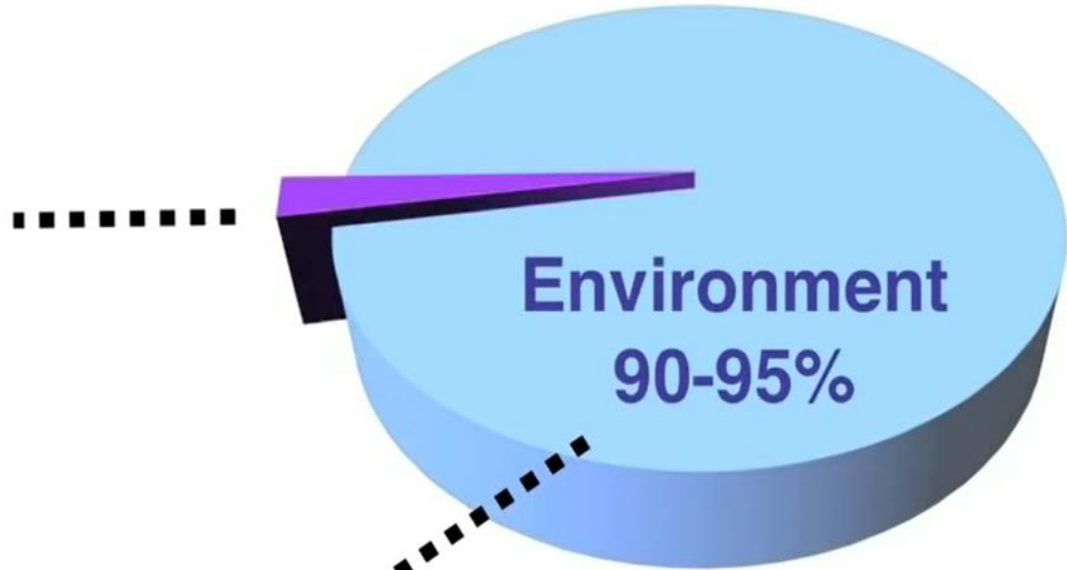
Aggressive tumor

Metastatic
spread



Cancer

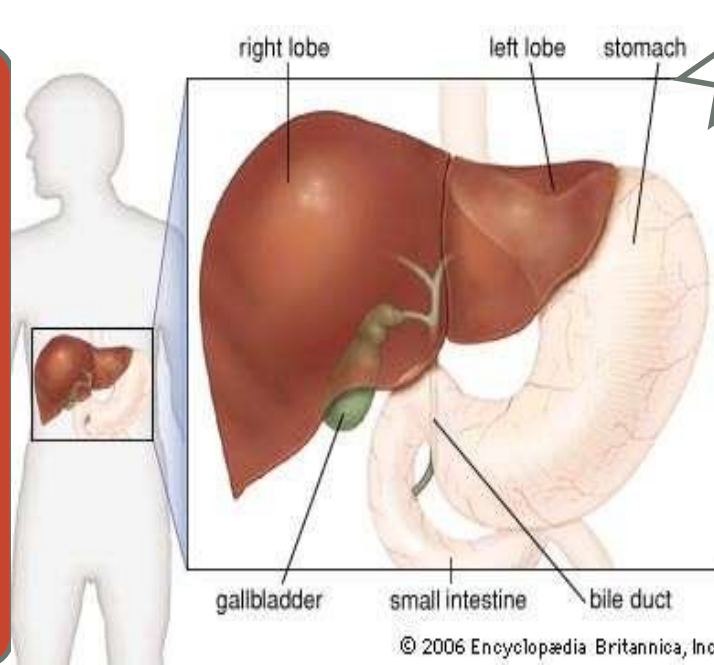
5-10%
Genes



อาหาร
บุหรี
การติดเชื้
โรคอ้วน
แอลกอฮอล์
โรคอื่น ๆ
กรรมพันธุ์ แค่**5-10%**

กลไกการทำลายพิษและขับพิษ ตามปกติ

พิษ
ใน
ร่าง
กาย



ลำไส้ใหญ่ อุจจาระ

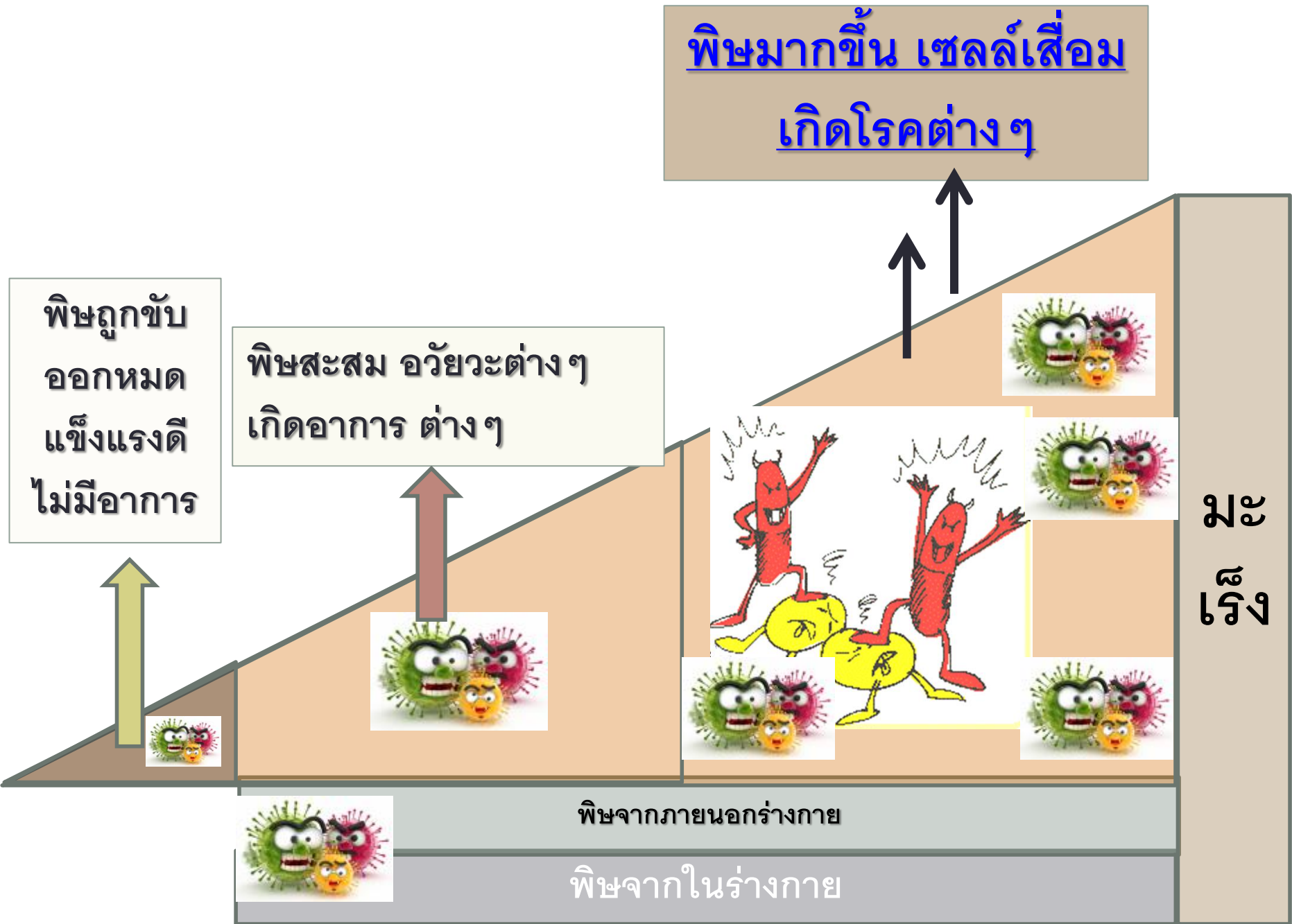


ทางไต ปัสสาวะ

ทางปอด ลมหายใจ

ทางผิวหนัง เหงื่อ

ผู้หญิงทางประจำเดือน



หลักการ

ดูแลสุขภาพตนเอง

๑. ให้พืชเข้าร่างกาย
ให้น้อยที่สุด

อาหาร อากาศ
สิ่งแวดล้อม

๒. จิตใจดี

พักผ่อนพอ

ออกกำลังกาย

ให้พอ

๓. การช่วย

ขับพิษออก



๔ อ.ยา 8 ขนาน

เพื่อปรับสมดุลของร่างกาย



๑.อ.อารมณ์
ธรรมชาติ

4.ดื่มน้ำ
๔ ลิตร

5 ก้าวชา

๒.อ.อาหาร เป็นยา
เพิ่มผัก ผลไม้
ลดเนื้อ.....

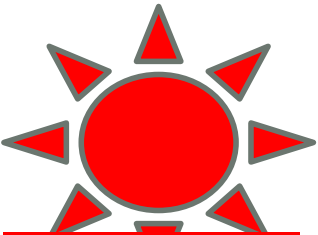
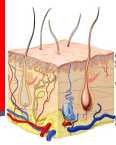
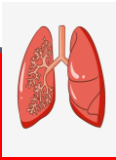
๔.อ.เอาพิษออก

6 นวดมือ
นวดเท้า

๓. อ.ออก
กำลังกาย

8.แช่
มือแช่
เท้า

7.สมุนไพร
ปรับสมดุล.



ซอมบี้เซลล์