

# בריאות ורפואה

# איש לרעהו



"חייב אדם לטרוח בדרישת טוב לעמו ולשקוד בעמל נפשו על תקנת חברו אם דל ואם עשיר, וזאת מן החמורות ומן העיקרים הנדרשים מן האדם... וחייב אדם לחשוב מחשבות ולהעלות עצות הגונות ומתקנות לחברו, וזה אחד מעיקרי דרכי גמילות חסדים..." (רבינו יונה שע"ת שער גיג,גד)



## מכון אהבת אמת - המרכז להעמקת ערכי אהבת הזולת ע"ש ר' צבי יהודה דומוביץ ז"ל

רח' אבן עזרא 2 ירושלים 92424 טל: 02-5671812 פקס: 077-7671812

### אלפי הרוגים בהתקפת טרור על ישראל!

"תנו לי להתחיל עם כמה נתונים אכזריים וקשים" פתח הנשיא מארצות הברית לפני שהציג את הנתונים. עמיתו הישראלי שישבו מולו ידעו היטב למה הוא התכוון, וכאשר הרים הנשיא את קולו ושאג "הם טרוריסטים!" כולם הבינו למי הוא מתכוון.

וכך אנו מגיעים לתוצאה המזוויעה של 10,000 אנשים בישראל, שמתים מידי שנה כתוצאה מעישון. אם תרצו "להתנחם" הרי שע"פ נתוני "ארגון הבריאות העולמי" מתים מידי שנה בעולם, כחמש מליון איש - כתוצאה מעישון. מדובר בחמש מאות ושבעים איש שמתים מידי שעה! אם מאז שהתחלתם לקרוא את המאמר הנוכחי חלפו שלוש דקות, הרי בזמן הזה מתו בעולם 28 איש - כתוצאה מעישון. אם בעוד שעה תזכרו שוב במאמר זה, דעו לכם שמאז שסיימתם לקרוא אותו מת חולה נוסף בישראל כתוצאה מעישון.

\* \* \*

מה שהכי כואב בטרור העישון, היא העובדה שהעישון מהווה את גורם המוות מספר אחת הניתן למניעה!

אז מדוע הוא לא נמנע?

כאן אנו חוזרים ל"טרוריסטים".

פרופ' סלע בן-עמי, מנהל המכון לכימיה פתולוגית במרכז הרפואי "תל השומר", בדק את עמדת חברות הסיגריות ביחס לעישון וגילה נתונים "מעניינים". להלן שלושה מהם:

#### "עמדה מגוחכת"

במשך עשרות שנים טענה תעשיית הטבק שההוכחה על ההשפעות השליליות של מוצרי טבק אינה חד משמעית, ושהיא תמיד חשה אחריות לבריאותם של המעשנים.

כבר לפני כשמונה שנים קבעה ועדה לענייני בריאות של הפרלמנט הבריטי כך "...נראה לנו שחברות הטבק ניסו כל העת לחתור תחת הקונצנזוס המדעי-רפואי בדבר נזקי עישון, עד כי עמדתם העיקשת החלה להיראות מגוחכת".

#### עדות שווא בשבועה!

לפני 14 שנה נערך שימוע לראשי חברות הטבק, בפני ועדת בית הנבחרים בווינגטון. כל שבעת ראשי חברות הטבק בארה"ב, הופיע בפני הוועדה והעידו פה אחד - בשבועה - שעל פי הבנתם "ניקוטין אינו ממכר".

מסמכים פנימיים של תעשיית הטבק (הידועים כמסמכי בראון וויליאמסון) קובעים בזה הלשון: "ניקוטין הוא חומר ממכר ואנו מוכרים מוצרי טבק המכילים ניקוטין כדי לעזור למעשנים להשתחרר ממצבי עקה ודיכאון".

אם שני הנתונים הללו הפתיעו אתכם, אנא המתינו! שניהם בגדר "צחוק", לעומת הנתון החמור הבא:

הישראלים כבר התרגלו לשמוע על מחלות, תאונות דרכים, וכן על פעולות טרור זועזעות. כאשר מופיעה בכותרת העיתון ידיעה על "22 הרוגים בהתקפת טרור", נצבט הלב לעומקו - ולמרות הכול ממשיכים בשגרת החיים. זהו כוחו של הרגל. אך על התקפת טרור שגובה עימה 10,000 קרבנות - איש עדיין לא שמע.

ואלה הם אכן הנתונים: 10,000 הרוגים!

ולקינח: נזקים בסך שני מיליארד

בהתקפת הטרור השתמשו הטרוריסטים בחומר נפץ מסוג לא קובנציונאלי. חומר-נפץ זה לא ניתן לזיהוי באף אחד מאמצעי הגילוי בהם משתמשים כוחות הביטחון.

\* \* \*

הנתונים שהצגנו עד כה הם אמת לאמיתה, ללא שום גוזמה. אך "הנשיא מארצות הברית" אינו ג'ורג' בוש - נשיא ארה"ב, אלא ג'ון ספרין - נשיא ארגון הסרטן הבינלאומי. בביקורו בישראל אכן טבע את הביטוי "טרוריסטים" כנגד חברות הטבק, וכן אמר את כל מה שציטטנו משמו.

"טבק הורג" אמר ג'ון ספרין "והאנשים המשווקים אותו הם טרוריסטים. טבק גורם לסרטן הריאות, אמפיזמה (נפחת הריאות), שבץ, מחלות לב, הצרה וחסירת עורקים, ולסרטן באזורים הבאים: הפה, הגרון, הלוע, הוושט, השלפוחית, הכליה והלב. הוא גורם גם לכיב קיבה".

"למעשה אנו יודעים ששימוש רציף בסיגריות הורג לפחות חצי ממשמשויו הקבועים (דהיינו: מקדים את פטירתם נ.ו.) - ולפחות 25% מהם מתים באמצע החיים".

#### "אם לא נתערב - הפצה מתקתקת!"

לאחר שתיאר ג'ון ספרין את "הפיגוע", עבר להצביע על "הטרוריסטים":

"כמובן שכל מקרי המוות הללו יוצרים דילמה עצומה לתעשיית הטבק - הרי מדובר בהפחתה שנתית בבסיס הלקוחות! כל שנה התעשייה צריכה לפתות ולגרום להתמכרות של עוד 5 מיליון ילדים רק כדי לחדש את בסיס הלקוחות שלה".

"אולי אתם תוהים כיצד הם עושים זאת והתשובה היא: אם יש לך סכומי כסף אדירים ואין לך מצפון - - זה די קל".

## המשך - אלפי הרוגים בהתקפת טרור על ישראל!

### "המעבדה הסודית" של חברת פיליפ-מוריס

שבדי בשם 'ריילנדר' מונה כאחראי להעברת הנתונים החשאיים מחברת המחקר לחברת הסיגריות.

לא נאריך כאן בפרטים המדעיים של המחקרים שנערכו בגרמניה, אך החולדות שהשתתפו במחקר בהחלט גילו סכנות הקשורות בעישון. חברת 'ינביאופו' כמובן לא פרסמה מחקרים אלו לציבור הרחב, במקום זאת היא פרסמה מחקרים שמעידים על קשר שבין סרטן ל...תה ירוק.

בכינוס בינלאומי בנושאי רפואה שנערך לפני כשלוש שנים בווינגטון, סיפר פרופ' גלנץ מסן פרנסיסקו שחברת 'פיליפ-מוריס' ביצעה בין השנים 1981-2000 שלושים ושישה (!) ניסויים גדולים על חיות מעבדה, במטרה לבדוק את השפעת העישון הפסיבי. "חברת 'פיליפ-מוריס', גדול יצרני הסיגריות בעולם, ובעליה הסמויים של חברת 'ינביאופו', ידעו בשנות השמונים יותר על נזקי העישון הפסיבי, מאשר יודעת כל הקהילה הרפואית-מדעית בעולם על נושא זה אפילו בימים אלה של שלהי 2004. למרות ידע זה ממשי-כה 'פיליפ-מוריס' להכחיש כל קשר בין עישון ונזק סביבתי".

\* \* \*

"טרוריסטים" כינה ג'ון ספרין - נשיא ארגון הסרטן הבינלאומי - את חברות הסיגריות. האם בגלל שלגורם אשר עומד מאחורי העישון לא קוראים "אחמד אבו טלאל" - או שם ערבי אחר - אז זה לא טרור?

חברות הסיגריות טענו מאז ומקדם שאינם מודעים לכל עדות ביולוגית על נזקי העישון. מסתבר שחברת 'פיליפ מוריס' רכשה בעבר חברת מחקר גרמנית, אשר ביצעה עבורה ניסויים מעבדתיים בקשר לעישון. אנשי 'פיליפ-מוריס' היו הראשונים בעולם שהכירו נזקים שונים של העישון - הרבה לפני מדעני התבל כולו!!!

הקשר שבין חברת 'פיליפ-מוריס' לחברת המחקר 'ינביאופו' היה אמור להיות בגדר סוד כמוס לעד ולנצח נצחים. לימים, בעקבות משפט שהתנהל נגד חברות הטבק במדינת מינסוטה ארה"ב, נחשף הסוד:

לפני 40 שנה הציע 'הלמוט ווקהם', אחד מסגני נשיא חברת 'פיליפ-מוריס' לבצע ניסוי מעבדה בעכברים על מנת לרכוש ידע אשר "יאפשר לנו להתמודד עם נתונים שיושמעו על ידי מתחרים שלנו, או על ידי מתנגדי עישון, כנגד המוצרים שלנו".

כעבור שנתיים נוסדה בעיר 'קלן' שבגרמניה, חברת מחקר בשם 'ינביאופו'. סגן נשיא החברה 'הלמוט ווקהם', הציע לרכוש אותה והצעתו התקבלה. כדי להסתיר כל קשר בין החברות, רכשה 'פיליפ-מוריס' את חברת המחקר באמצעות חברת בת שוויצרית. על מנת לטשטש את העקבות ביתר שאת צורף לעסק גורם-קש נוסף: חוקר

**"כל המחלה אשר שמתי במצרים לא אשים עליך כי אני ה' רופאריך"**  
**אמרי אינשי אם "לא אשים עליך" מדוע צריך "כי אני ה' רופאריך"? אלא מכאן**  
**שהרופא הטוב ביותר, מונע את המחלות קודם שיבואו.**  
**(חשוב לציין שאין כוונת מדור זה להיות תחליף ליעוץ רופא. הוא מידע כללי בלבד.)**

### הכלל הראשון!

מפרסמים את הרשימה המלאה:	
1. לחץ דם	12. דלקת קרום
2. כאבי שרירים	13. המחלות נשים
3. דלקת פרקים	14. שונות
4. אסטמה	15. דלקת גרון
5. אבני כליות	16. כאבי ראש
6. סינוסיטיס	17. לוקמיה
7. שיתוק	18. דלקת מעיים
8. בעיות ביציאות (משני הסוגים)	19. סוכרת
9. מחלות עיניים	20. שיעול
10. ברונכיט	21. השמנת יתר
11. שחפת	

\* \* \*

לעת עתה סיימנו לעסוק בשיטה הנ"ל.

מעתה נעסוק בכללים חשובים ומועילים בשמירת הבריאות - השווים לכל נפש. אין ספק שהכלל הראשון הם דברי הרמב"ם בהלכות דעות (פרק ד' הלכה ט"ו) וזה לשונו: "ורוב החלאים שבאים על האדם אינם אלא או מפני מאכלים רעים, או מפני שהוא ממלא בטנו ואוכל אכילה גסה - אפילו ממאכלים טובים".

יסוד היסודות בענייני שמירת הבריאות הם שתי קביעותיו של הרמב"ם: א) להתרחק ממאכלים רעים ב) להיזהר מאכילה גסה - דהיינו אכילה בכמות מופרזת.

אין מנוס אם-כן לשנות את הרגלי האכילה. אנשים רבים מתקשים לבצע שינויים בחייהם, שכן כידוע "הרגל נעשה טבע" - אך אם אנו רוצים לשמור על בריאותינו, נתאזר בכוח הרצון ונוכל לעמוד בכך. עלינו לזכור שכאשר אנו עוסקים בשמירת הבריאות, אין מדובר כאן ב'רעיון' או ב'תובנה' אותם ניתן להרחיק או לקרב. מדובר באחריות שמסר הקב"ה בידו של כל אחד ואחד - והוא מסוגל, בסייעתא דשמיא, לעמוד בה!

**במאמר הבא נמשיך בס"ד לפרט את כללי שמירת הבריאות.**

רק כמה שבועות חלפו מאז שהחלנו לפרסם את המדורים החדשים, אך כמות התגובות בה אנו מוצפים גבוהה מאוד. מאחר שעיקר יסודו של עלון "איש לרעהו" היה כדי להשפיע על עניינים שבין אדם לחברו, מוצאים אנו מקום להדגיש נקודה חשובה בראש המאמר הנוכחי.

כידוע, מברכים על קיום המצוות "עובר לעשייתן" - היינו לפני עשייתן. מדוע? מסביר הריטב"א: משום שאמירת הברכה נחשבת לפעולה של הנפש, ואילו עשיית המצווה נחשבת לפעולה של הגוף - ועבודת הנפש ראויה להיות קודמת לעבודת הגוף.

כולנו מבינים אל נכון שאין די בגוף בריא, אלא רק כאשר גם מעשי הנפש יהיו "בריאים" - אזי נתברך משמים בבריות גופא ונהורא מעליא. בינתיים אנחנו נמצאים עדיין עמוק-עמוק בטומאת הגלות, על כולנו לשוב בתשובה שלימה ולהתחזק בפרט בעניינים שבין אדם לחברו: לאהוב כל יהודי; לדון לכף זכות; לדרוש בשלום כל אחד; להיות בשמחה - ולהשפיע גם על אחרים שמחה! וכאן אנו חוזרים לנושא בריאות הגוף, שהרי אפילו לדעת הרפואה הקונבנציונאלית יש לשמחת הנפש השפעה טובה ומרחיקת לכת על הגוף...

\* \* \*

לפני שבועיים פרסמנו את נוסחת הפלא הרפואית של הפרופ' האמריקני מחמוד חוסיין. בימים האחרונים פונים אלינו עוד ועוד אנשים אשר ניסו את השיטה בהצלחה.

זכור, שיטתו הסופר-פשוטה מבוססת על שתיית 5-6 כוסות מים תכף "על הבוקר". המים גורמים ליצירת דם טרי וחדש בגוף, אשר כוחו רב בריפוי מחלות מגוונות. המים גם משפרים את פעולת המעיים, אשר בזכותם מסוגלות לספוג באופן יעיל יותר את התזונה לה נזקק הגוף. (חשוב לציין שאין להכניס שום דבר לפה - כולל צחצוח שיניים! - עד שתחלוף שעה מאז השתייה).

במאמר הקודם פרסמנו רשימה חלקית של המחלות אשר לדבריו מתרפאות באופן זה. כעת אנו

