

Headline **Kurang oksigen punca segala penyakit - DR RANDY**
Date **07 Aug 2010**
MediaTitle **Midi**
Section **NEWS**
Journalist **N/A**
Frequency **Fortnight**
Circ / Read **60,000 /**

Language **Malay**
Page No **96,97**
Article Size **947 cm²**
Color **Full Color**
ADValue **11,274**
PRValue **33,821**



SIHAT SEGAR
SUSUNAN: MAIZAN MOHAMED

Manusia boleh hidup sehari-hari tanpa makanan dan air tetapi tidak dapat meneruskan kehidupan jika tidak mendapat oksigen selama lima minit. Sel-sel otak akan mati tanpa adanya bekalan oksigen yang mencukupi. Oksigen sangat diperlukan oleh tubuh manusia untuk pertumbuhan dan untuk memastikan sel terus hidup.



Kurang oksigen punca segala penyakit

-DR RANDY

Semua hidupan di atas bumi ini berasaskan lima unsur asas iaitu sulfur, nitrogen, hidrogen, karbon, dan oksigen. Antara ini, unsur yang terbanyak ialah oksigen. Ia mempunyai sifat tidak berbau, tiada rasa, dan tidak berwarna. Oksigen adalah salah satu bahan paling mustahak dan tanpanya kehidupan tidak boleh berfungsi.

Kualiti oksigen dahulu dan kini

Sejak dahulu kehidupan manusia bernafas dalam udara yang kaya dengan paras oksigen. Tetapi kualiti oksigen kini sangat berkurangan ekoran kadar pencemaran yang begitu tinggi. Paras oksigen dalam

udara pada zaman prasejarah secara puratanya ialah sekitar 35 hingga 38 peratus, jika dibandingkan dengan hari ini, hanya tinggal 21 peratus sahaja. Paras ini merosot lagi di kota-kota besar yang padat dengan penduduk, pencemaran dan kompleks perindustrian, mungkin hanya 15 peratus atau kurang lagi. Apabila paras oksigen mencecah enam hingga tujuh peratus sahaja, kehidupan tidak dapat diteruskan lagi.

Dr. Randy Widmer, Doktor

Naturopati N.D, dari Kanada menjelaskan beberapa peranan penting oksigen, "Tahukah anda bahawa oksigen membekalkan 90 peratus daripada keperluan tenaga pemakanan kita setiap hari, sementara 10 peratus lagi daripada makanan yang kita makan? Semakin banyak sel kita dipenuhi oksigen yang stabil, semakin bertenaga organ di dalam badan kita. Oksigen melaraskan semua fungsi badan. Keupayaannya menghapuskan virus, fungus dan bakteria penting

Headline **Kurang oksigen punca segala penyakit - DR RANDY**
Date **07 Aug 2010**
MediaTitle **Midi**
Section **NEWS**
Journalist **N/A**
Frequency **Fortnight**
Circ / Read **60,000 /**

Language **Malay**
Page No **96,97**
Article Size **947 cm²**
Color **Full Color**
ADValue **11,274**
PRValue **33,821**

untuk mengekalkan faktor keabadian semula jadi sel dan mencegah penyakit degeneratif.

Oksigen juga merupakan faktor perlu untuk membakar toksin badan yang dijana melalui impak luaran seperti pencemaran alam sekitar, pencemaran air dan pengambilan makanan yang tidak sihat. Semakin rendah kandungan oksigen semakin lemahlah keupayaan kita untuk membakar toksin, menyembuhkan penyakit dan melawan penyakit. Sementara itu, otak kita ialah pengguna oksigen terbanyak. Walaupun otak hanya mewakili dua peratus daripada berat badan, ia menggunakan kira-kira 20 peratus daripada oksigen badan. Akibatnya, otak sangat sensitif terutamanya terhadap hipoksia," jelas Dr Randy mengenai kepentingan oksigen terhadap tubuh.

Dr. Randy seterusnya menjelaskan bahawa hipoksia ialah suatu bentuk kemerosotan bekalan oksigen di satu atau beberapa bahagian di dalam badan. Hipoksia kronik atau kekurangan oksigen secara berterusan boleh dianggap sebagai punca tunggal segala penyakit. Malah, beliau memetik kata-kata Dr. Otto Warburg, pemenang dua kali Hadiah Nobel Perubatan yang berbunyi, "Punca utama kanser ialah penggantian pernafasan oksigen normal sel badan oleh pernafasan sel anaerobik (kekurangan oksigen).

Kesan kurang oksigen pada tubuh

Tambah Dr Randy lagi, simptom awal kekurangan oksigen termasuklah kelesuan kronik, ingatan lemah, sakit otot, sesak nafas, sekadar menyebut beberapa contoh daripadanya. Paras oksigen di udara telah merosot secara serius disebabkan faktor persekitaran dan gaya hidup. Masyarakat perindustrian moden menyumbang kepada peningkatan pencemaran, peningkatan paras ozon dan pencemaran perindustrian. Akibatnya, ramai orang mengalami kesukaran bernafas malah asma. Apabila kita berada dalam keadaan tertekan semasa bekerja, oksigen yang diperlukan ialah dua hingga tiga kali

lebih berbanding dengan keadaan normal. Jika kita mengamalkan diet tidak sihat, badan kita memerlukan lebih banyak oksigen untuk metabolisme.

Kekurangan oksigen ialah penyebab utama bagi segala penyakit dan kekurangan oksigen dalam darah telah menyebabkan menurunnya sistem imunisasi dan kemungkinan menyebabkan kanser, leukemia, AIDS dan gangguan saraf. Perawatan dengan mengambil pengoksidaan seperti oksigen sangat mujarab dalam mengubati penyakit kanser, kusta, kencing manis, dan penyakit kerana virus.

Oksigen kini tidak hanya boleh dihirup sahaja bahkan boleh diperoleh melalui minuman? Dengan kemajuan teknologi air yang sarat dengan kandungan oksigen boleh membantu meningkatkan kualiti kehidupan. Benarkah air oksigen menyihatkan?

Secara normalnya manusia memerlukan oksigen sekitar 375 liter sehari. Lazimnya manusia mendapat bekalan oksigen melalui pernafasan daripada paru-paru. Oksigen sampai ke paru-paru kemudian ke alveoli dan diikat oleh hemoglobin dalam darah. Seterusnya oksigen disalurkan ke seluruh tubuh untuk membantu proses pembakaran glukosa untuk menjadi tenaga yang diperlukan untuk melakukan aktiviti seharian.

Sekali udara dihirup, paru-paru dapat menampung sekitar 500ml udara ke dalam tubuh. Namun, apabila selepas bersenam keperluan tersebut meningkat sehingga lima hingga ke sepuluh kali banyaknya. Ketika bersenam, tubuh akan terasa letih kerana kemasukan oksigen berkurangan.

Oksigen kini tidak hanya boleh dihirup tetapi boleh dimasukkan melalui saluran pencernaan. Dr. Randy berkata, "Mujurlah, kita boleh bergantung pada terapi oksigen yang terbukti sebagai salah satu cara yang paling berkesan untuk mengembalikan paras oksigen ke tahap optimum. Terapi oksigen mempunyai banyak kegunaan terapeutik yang bermanfaat kepada setiap bahagian badan. Salah satu terapi oksigen yang disyorkan ialah melalui penambahan. Salah satu terapi sedemikian ialah AO II, suatu formula revolusioner oksigen aerobik yang menyimpan elektrolit oksigen pekat

dalam bentuk cecair yang selamat, tidak bertoksik dan stabil yang akan berubah kepada bentuk molekul. Terapi oksigen juga mengandungi lebih 1,000 kali kandungan oksigen yang terdapat dalam air paip, dan kita menganggapnya sebagai salah satu pengasas suplemen oksigen stabil yang telah berada di pasaran selama lebih 20 tahun. Akibatnya, oksigen aerobik ini meningkatkan kesihatan sel darah merah untuk mengangkut oksigen ke tisu-tisu secara efisien, bertindak sebagai pemudah cara utama penghasilan tenaga selular dan meningkatkan paras oksigen seperti mana yang terbukti secara klinikal. Kajian juga menunjukkan bahawa terapi oksigen mengurangkan aktiviti radikal bebas yang menyebabkan penuaan," jelas Dr. Randy yang pakar dalam Terapi Oksigen selama lebih 30 tahun.

Dr. Randy terus menekankan faedah AO II, misalnya meningkatkan paras tenaga dan keimunan; meningkat baik sistem pernafasan; mencegah jangkitan, kerosakan gigi dan penyakit gusi. Beliau menyimpulkan, "Oksigen penting kepada badan manusia, jauh melebihi kesan sekadar bernafas. Senarai peranan penting yang dimainkan oksigen sesungguhnya tiada penamat. Oleh itu, penting untuk memastikan badan kita dioksigenkan melalui terapi oksigen yang diakui."



Dr. Randy Widmer