MYSTICKÝ LÉČITEL

ŠTÍTNÁ ŽLÁZA
A JEJÍ LÉČBA

Pravda o vzniku chronických onemocnění štítné žlázy
a nová cesta ke zdraví



metafora

ANTHONY WILLIAM

Od autora bestsellerů *Mystický léčitel*
a Mystický léčitel – Léčivá síla ovoce a zeleniny

Autor této knihy nemá v úmyslu zpochybňovat lékařské či jiné odborné rady obecně ani předepisovat použití jakékoli techniky coby způsob diagnózy nebo léčení pro jakýkoli fyzický, emocionální či zdravotní stav. Autorovým záměrem je pouhé poskytnutí informací neoficiální a obecné povahy, které se mohou stát součástí hledání cesty k emocionální a duchovní pohodě. Za případné přímé či nepřímé důsledky, k nimž by mohlo dojít na základě některých informací obsažených v této knize, nenesou autor ani vydavatel žádnou odpovědnost. Předtím, než se kdokoli z čtenářů rozhodne zařídit se podle návrhů z této publikace, měl by zkonzultovat svůj zdravotní stav s odborníkem.

MYSTICKÝ LÉČITEL

ŠTÍTNÁ ŽLÁZA
A JEJÍ LÉČBA

ANTHONY WILLIAM

Přeložila Eva Fuková

metafora®

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy
Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude ***trestně stíháno****.*

Fotografie na obálce v licenci Shutterstock Inc.
Design vnitřních ilustrací: Vibodha Clark
Fotografie u receptů: Ashleigh & Britton Fosterovi

MEDICAL MEDIUM THYROID HEALING
Copyright © 2017 by Anthony William
Originally published in 2017 by Hay House, Inc.
Translation© Eva Fuková, 2018
Czech edition © Metafora, 2018

All rights reserved

ISBN 978-80-7625-435-0 (pdf)
ISBN 978-80-7359-559-3 (print)

Pro všechny, kdo zápasili, trpěli a byli poníženi, zapomenuti, odstrčeni, přehlíženi nebo zrazeni. Pro všechny, kdo bojovali, vytrvali, už se uzdravili nebo dosud ne. Stojím při vás. Společně se můžeme nad to všechno povznést díky vědění, moudrosti, pravdě, lásce a především soucitu.

OBSAH

Předmluva 9
Úvod 11

Část I: Odhalení 15

Kapitola 1 Pravda o štítné žláze 17
Kapitola 2 Spouštěče viru štítné žlázy 23
Kapitola 3 Jak funguje virus štítné žlázy 29
Kapitola 4 Skutečná funkce štítné žlázy 42
Kapitola 5 Vysvětlení symptomů a onemocnění 46
Kapitola 6 Rakovina štítné žlázy 78
Kapitola 7 Nedokonalé krevní testy 83
Kapitola 8 Léky na štítnou žlázu 87

Část II: Velké omyly, které vám stojí v cestě 95

Kapitola 9 Most k lepšímu zdraví 97
Kapitola 10 Velký omyl 1: Autoimunita 103
Kapitola 11 Velký omyl 2: Záhadné nemoci 106
Kapitola 12 Velký omyl 3: Nálepky jako odpověď 107
Kapitola 13 Velký omyl 4: Zánět jako příčina 109
Kapitola 14 Velký omyl 5: Mýtus o metabolismu 111
Kapitola 15 Velký omyl 6: Na vině jsou geny 114
Kapitola 16 Velký omyl 7: Ignorování Nemilosrdné čtveřice 117
Kapitola 17 Velký omyl 8: Vše máte v hlavě 119
Kapitola 18 Velký omyl 9: Nemoc jste si způsobili sami 121

Část III: Obnovení funkce štítné žlázy 125

Kapitola 19 Čas na regeneraci těla 127
Kapitola 20 Život bez štítné žlázy 129
Kapitola 21 Mylné názory a čemu se vyhýbat 131
Kapitola 22 Léčivé potraviny, byliny a doplňky stravy 139
Kapitola 23 Devadesátidenní léčebné pročistění 150
Kapitola 24 Léčivé recepty 159
Kapitola 25 Léčebné techniky 223
Kapitola 26 Konečně vyléčená – příběh jedné ženy 227

Část IV: Tajemství spánku 231

Kapitola 27 Nespavost a štítná žláza 233
Kapitola 28 Zdroj spánku 235
Kapitola 29 Druhy spánkových poruch 238
Kapitola 30 Léčba spánkových poruch 245
Kapitola 31 Proč jsou zlé sny prospěšné 250

Doslov: Zlato vaší duše *252*
Poznámky *253*
Rejstřík *254*
Poděkování *268*
O autorovi *271*

PŘEDMLUVA

Co najdete v této skvostné knize? Fascinující a inovativní přístup k onemocněním štítné žlázy. Díky Anthonymu Williamovi, jemuž radí Duch, získáte spoustu informací týkajících se chorob štítné žlázy a také bezpečných a účinných způsobů léčby.

Jako gynekoložka a průkopnice na poli bioidentických hormonů pro ženy vždy hledám příčiny nemoci a zdravotních potíží. Léčila jsem tisíce pacientek s onemocněním štítné žlázy a domnívám se, že pouze polovina lidí, kteří jím v USA trpí, je přesně diagnostikována. Dle mého názoru je možné, že sedm z deseti lidí v USA trpí nemocemi štítné žlázy. Když si přečtete tuto knihu, lépe pochopíte podstatu své diagnózy a dozvíte se, jak se problémů zbavit. Anthonyho *Mystický léčitel – Štítná žláza a její léčba* mi umožnil uvědomit si nové souvislosti a používat nové způsoby při léčení těžkých případů. Anthony má pravdu v tom, že ne všichni pacienti reagují na hormony štítné žlázy tak, jak čekáme nebo doufáme.

Kdybych měla stejný dar jako Anthony William a Duch mi šeptal do ucha informace o nemocech mých pacientek, považovala bych to za zázrak. Za tuto pomoc by byli vděční také mnozí moji kolegové, ačkoli si myslím, že lékařská komunita obecně by k tomu nezaujala kladný postoj. Nechápu proč! Jednou z hlavních příčin úmrtí ve Spojených státech je užívání předepsaných léků a léčba. Zatěžujeme pacienty antibiotiky, což vede k tisícům úmrtí ročně v důsledku antibiotické rezistence. Oslabujeme imunitu pacientů s rakovinou léky, které později opět způsobují rakovinu. Každý den vidím, jak škodlivé účinky na hormonální soustavu mladých žen má antikoncepce. Frustruje mě to stejně jako vás.

Víte, že lékařská léčba zaostává o pětadvacet let za vědeckými poznatky? To je, jako by se v oblasti informačních technologií (IT) lidem doporučovalo, ať si pořídí velký, čtvrtstoletí starý Apple II, ačkoli jsou k dostání moderní počítače. Kdo by to považoval za dobrou koupi? Jeden z mých přátel byl váženým výkonným ředitelem v high-tech firmě a řídil tisíce lidí a desítky továren po celém světě. Na vrcholu kariéry onemocněl agresivním mozkovým nádorem. Přestože se léčil na špičkových klinikách ve Spojených státech, šokovalo ho, že chybějí inovativní přístupy. Zatímco v IT průmyslu se vyřešily neuvěřitelně složité a zdánlivě beznadějné problémy, léčba jeho typu rakoviny nepokročila o více než desetiletí. Byl to úžasný, laskavý muž a rozhořčeně lamentoval, že kdyby vedl firmu způsobem, jakým lékaři praktikují medicínu, zkrachovala by ani ne za měsíc. Když vidím, jak je lidem chybně stanovena diagnóza a jsou léčeni tradičními ‚zastaralými' léky, pociťuji stejnou skepsi.

Proto jsem fascinovaně, otevřena novým názorům, přečetla Anthonyho *Mystického léčitele* a tuto novou knihu *Mystický léčitel – Štítná žláza a její léčba.* Pacienti potřebují odpovědi teď, nemůžou na ně čekat dvacet let. Vím jistě, že nové informace nevycházejí pouze z laboratoří nebo klinických testů. Můžeme to nazývat *Vědomí, Bůh, Hlas,* nebo jakkoli chcete; Anthony čerpá ze zdroje vědomostí, moudrosti a léčení nesmírné hodnoty.

Výzkumníky, lékaře a vědce zajímá spojení mezi viry a průběhem nemoci. Roky čtu o tom, jak se viry podílejí na neočekávaných onemocněních a rakovině. Například na počátku šedesátých let 20. století byl virus Epsteina-Barrové označen za pravděpodobného původce vzácného lymfomu, nyní ho lékařský výzkum dává do spojitosti s Hodgkinovou chorobou, autoimunitními onemocněními, roztroušenou sklerózou a statisíci případů rakoviny každý rok. Přesto stále víme velice málo o tom, *jak* viry působí a jak účinně léčit jimi vyvolané nemoci.

V této knize Anthony píše o inovativních konceptech týkajících se onemocnění štítné žlázy – jako hlavní příčinu odhaluje virus Epsteina-Barrové. Vyvrací mnoho z mýtů o štítné žláze, které jste možná slyšeli, a nabízí brilantní, osvícené odpovědi. Doplňky stravy, správné stravovací návyky, bylinky a techniky léčení štítné žlázy jsou jedinečné a mají nesmírnou hodnotu. Říká nám, že nemusíme trpět onemocněními štítné žlázy, a já s ním bezvýhradně souhlasím. Od chvíle, kdy jsem přečetla *Mystického léčitele – Štítná žláza a její léčba,* jsem změnila svůj přístup a rozšířila způsoby léčby onemocnění štítné žlázy a vidím, jak prospěšná je pro pacientky. Výsledky přinášejí uspokojení a potěšení.

Děkuji vám, drahý Anthony, že svůj výjimečný a požehnaný dar využíváte k pomoci lidem, kteří trpí. Jsem vám vděčná za odvahu, oddanost a šlechetnou službu lidstvu. Nechť davy lidí včetně lékařské komunity slyší váš hlas a hlas, jenž vás vede!

MUDr. Prudence Hallová
zakladatelka a ředitelka The Hall Center

ÚVOD

Výskyt chronických nemocí dosahuje rekordního maxima. Jen v Americe je více než 250 milionů lidí nemocných, nebo se potýkají se záhadnými symptomy. Tito lidé vedou méně kvalitní život, bez vysvětlení – nebo s vysvětleními, která je neuspokojí nebo se po jejich vyslechnutí cítí ještě hůř. Možná patříte mezi ně. Jestli ano, můžete potvrdit, že lékařská věda stále nepřišla na to, co se skrývá za epidemií tajemných příznaků a utrpením.

Lékařskou vědu chovám v úctě. Existují neuvěřitelně nadaní lékaři, chirurgové, zdravotní sestry, laboranti, výzkumníci, chemici a další, kteří v konvenční i alternativní medicíně odvádějí dobrou práci. Měl jsem tu čest s některými z nich pracovat. Díkybohu za tyto soucitné léčitele. Naučit se porozumět našemu světu důkladným systematickým vyšetřováním je jedna z nejnáročnějších činností, které si lze představit.

Stejně jako všechny ostatní lidské činnosti i lékařská věda stále dělá pokroky. Pořád se vyvíjí a teorie, které se jeden den zdají být nejdůležitější, se druhý den můžou jevit jako zastaralé. V překladu to znamená: věda ještě nemá všechny odpovědi.

Už déle než sto let čekáme, že lékařská komunita objasní podstatu poruch štítné žlázy, a zatím se tak nestalo. Neměli byste čekat dalších deset, dvacet, třicet nebo více let, až vědci najdou odpovědi. Jestli přežíváte ze dne na den nebo si připadáte bezradní, pokud jde o vaše zdraví, neměli byste trpět jediný další den, natož další desetiletí. Ani byste neměli být svědky toho, jak vaše děti sužují takové potíže – a přesto se to milionům lidí děje.

Proto, když mi byly čtyři roky, vstoupil do mého života Duch Nejvyššího, vyjádření Božího soucitu: aby mě naučil vidět skutečné příčiny utrpení lidí a předávat tyto informace světu. Zajímá-li vás to, více se dozvíte v knize *Mystický léčitel: Tajemství chronických i záhadných nemocí a jejich léčení.* Duch mi neustále šeptá do ucha, jako by vedle mě stál přítel, a informuje mě o symptomech, jimiž trpí lidé kolem mě. Duch mě v raném věku naučil skenovat lidi podobně, jako to dělá magnetická rezonance, která v těle odhalí všechny blokády, nemoci, infekce, problémová místa a potíže z minulosti.

Vidíme vás. Víme, s čím se potýkáte. A chceme, abyste už netrpěli. Mojí prací je sdělovat vám informace, které objasňují matoucí módní výstřelky a trendy týkající se zdraví, abyste se mohli uzdravit a vést spokojený život.

Vše, co je zde napsáno, je věrohodné a k vašemu prospěchu. Tato kniha není jako ostatní publikace o zdraví. Obsahuje tolik informací, že se k ní možná budete vracet, abyste si je připo-

mněli. Někdy vám moje sdělení budou připadat jako protiklad toho, co jste už slyšeli, a někdy budou podobná ostatním zdrojům, pouze s nepatrnými, ale rozhodujícími rozdíly. Jedno mají společné – jsou pravdivá. Není to zaobalená nebo recyklovaná teorie, která má působit dojmem, že přináší nové pochopení poruch štítné žlázy. Informace nepocházejí od zájmových skupin, ze zdravotnictví financovaného neviditelnými zákulisními toky peněz, ze zpackaných výzkumů, od lobbistů, uplacených zdrojů, ze zkostnatělého hodnotového žebříčku ani ze zdravotnických módních trendů.

Výše zmíněné překážky brání lékařskému výzkumu dělat pokroky, aby pochopil příčiny chronických nemocí. Když mají vnější zdroje osobní zájem zastírat evidentní pravdy, potom jsou vzácný čas a peníze na výzkum vynakládány v neproduktivních oblastech. Některé objevy, které by opravdu posunuly léčbu chronických nemocí, se ignorují a trpí nedostatkem financí. Na druhou stranu mohou být vědecké údaje, které považujeme za nevyvratitelné, zkreslené a zmanipulované, a přitom s nimi další odborníci na štítnou žlázu nakládají jako s věrohodnými, i když jsou v podstatě chybné.

Na následujících stránkách nenajdete citace ani odkazy na vědecké studie. Nemusíte se obávat, že se informace ukážou být mylné nebo zastaralé, jako se to stává u jiných knih o zdraví, protože vše, co je zde napsáno, pochází z čistého, dokonalého zdroje – z vyššího zdroje: od Ducha soucitu. Nic neléčí účinněji než soucit.

Věříte-li pouze vědeckým poznatkům, měli byste vědět, že i já mám vědu rád. A také to, že v současnosti jsou od sebe věda a štítná žláza velice vzdálené. Štítná žláza stále představuje vědeckou záhadu. Studie jsou nejasné a neposkytují přesvědčivé odpovědi ohledně příčin onemocnění štítné žlázy. Na rozdíl od mnoha ostatních vědních oborů, které se zakládají na vážení a měření, vědecké názory na štítnou žlázu jsou stále teoretické – a dnešní teorie obsahují velice málo pravdivých tvrzení, což je důvod, proč se tolik lidí potýká s onemocněním štítné žlázy. Věda a štítná žláza toho zatím nemají mnoho společného; jsou výrazně oddělené.

Kdysi jsme žili pod vládou autority. Tvrdili nám, že Země je plochá a Slunce obíhá kolem ní, a my jsme tomu věřili. Tyto teorie nebyly podložené fakty, a přesto je lidé považovali za pravdivé. Tenkrát neměli pocit, že by to mohlo být jinak; prostě to tak bylo. Každý, kdo s tím nesouhlasil, byl za hlupáka. Potom došlo k zásadní změně ve vědeckém přístupu. Badatelé a myslitelé, kteří nechtěli vzít ‚fakt' za bernou minci, konečně dokázali, že analýzy umějí otevřít dveře k hlubšímu, pravdivějšímu pochopení našeho světa.

Nyní se věda stala novou autoritou. V některých případech zachraňuje životy. Například chirurgové používají sterilní nástroje, jelikož na rozdíl od chirurgů v minulosti vědí, že hrozí nebezpečí infekce. Přesto se, navzdory jistým pokrokům, nemůžeme přestat ptát. Nastal čas na další zásadní změnu v přístupu. „Protože věda" není dostačující odpověď, pokud jde o chronické nemoci. Je věda spolehlivá? Kdo výzkum financoval? Byl vzorek dostatečně rozmanitý? Dostatečně velký? Prováděly se kontroly eticky? Vzal se v úvahu dostatek faktorů? Nebyly použité nástroje zastaralé? Vypovídají analýzy o něčem jiném než čísla? Došlo k ovlivňování? Manipuloval někdo výsledky ve svůj prospěch?

Buďme upřímní. I dnešní věda někdy v oblastech, které považujeme za hmatatelné, není dokonalá. Jestli jste zaslechli, že byly z oběhu staženy vadné náhradní klouby nebo kýlní síť-

ky, víte, o čem hovořím. Tyto hmatatelné předměty, navržené v rámci vědeckých standardů, prošly přísnými zkouškami, než se začaly používat, a ani to nezajistilo jejich kvalitu. U některých výrobků se vyskytly nepředvídatelné problémy a příslušná oblast vědy, která se zdála bezchybná, tady selhala. Představte si, jaká nejistota musí přetrvávat v tom, jak věda chápe štítnou žlázu a její skutečné funkce. Není to přístroj, jenž můžete podržet v ruce, změřit a analyzovat. Je to aktivní část lidského těla a všichni víme, že lidské tělo je jedním z největších zázraků a záhad života. Věda je lidská činnost a neustálá práce, obzvlášť když zahrnuje pochopení fungování lidského těla. Aby docházelo k pokroku, je zapotřebí ostražitost, otevřená mysl a přizpůsobivost.

Jestli jste se někdy potýkali se zdravotními problémy, dlouhé roky jste trpěli bez potřebných odpovědí nebo si připadáte uvěznění v určitém lékařském, vědeckém nebo výživovém hodnotovém žebříčku souvisejícím se štítnou žlázou, doufám, že k následujícím kapitolám budete přistupovat se zvědavostí a otevřeným srdcem. Význam skrývající se za současným velice rozšířeným onemocněním štítné žlázy je mnohem větší, než kdo kdy odhalil. Dozvíte se to, co jste o štítné žláze dosud nikdy neslyšeli. Za posledních několik dekád tyto informace pomohly desítkám tisíc lidí.

Od chvíle, kdy jsem začal dostávat informace od Ducha, s radostí sleduji, jak mění lidem život. Díky knihám *Mystického léčitele* se dostávají k tisícům dalších lidí a pomáhají jim.

Všiml jsem si, že jistí jedinci, v touze po kariérním postupu a uznání, manipulovali s některými z těchto vzkazů. Tento přístup klame lidi a využívá jejich utrpení.

Dar, který jsem dostal, neměl být nikdy využíván tímto způsobem. Jsem rád, když se lidé stávají odborníky na zdraví a šíří vzkaz soucitu dál, aby pomohli ostatním. Jsem za to velice vděčný. Nebezpečné je, když se s informacemi manipuluje – smíchají se s módními dezinformacemi a upraví tak, že znějí originálně, nebo jsou drze připisovány zdánlivě věrohodným, ale nepravdivým zdrojům. Zmiňuji to, protože chci, abyste věděli, jak ochránit sebe a své milované před mylnými teoriemi.

V této knize se neopakuje nic, co jste již četli. Není o tom, abyste si uvědomili, že za všechny vaše zdravotní problémy může štítná žláza, ani abyste považovali módní proteinovou dietu za způsob, který potlačí symptomy. Tyto informace jsou nové – poskytují nový náhled na symptomy, které sužují tolik lidí, a nový náhled na léčbu.

Chápu, jestli jste ostražití. Reagujeme, posuzujeme. Za jistých okolností nás ochraňuje instinkt; někdy nám pomáhá zvládat život. Doufám, že vše znovu uvážíte. Možná se nechcete dozvědět pravdu. Ovšem v tom případě byste se mohli připravit o příležitost pomoct sobě nebo někomu jinému.

Všem nám jde o to, aby se lidé cítili lépe, a přeji si, abyste se stali novými odborníky na štítnou žlázu. Děkuji, že se se mnou vydáváte na cestu ke zdraví a přečtete si tuto knihu. Když se dozvíte pravdu, změní se život vám i vašim blízkým.





SNÍDANĚ

KAPITOLA 1

Pravda o štítné žláze

V ten velký den se probudíte dříve než obvykle. Dáte si záležet na výběru oblečení, nasnídáte se a necháte vzkaz šéfové, abyste jí připomněli, že přijdete později. V autě cestou k lékaři pocítíte zachvěv naděje, že až příště sednete za volant, budete mít svůj život trochu víc pod kontrolou.

Možná konečně budete znát odpověď na to, proč špatně spíte, máte problémy s udržením váhy, bojujete s psychickou otupělostí, padají vám vlasy nebo jste stále unavení. *Konečně se dozvím, co způsobuje návaly horka, studené ruce a nohy, lámavé nehty, suchou kůži, syndrom neklidných nohou, výpadky paměti, sklivcové zákalky, svalovou slabost, hormonální nerovnováhu, závratě, mravenčení a necitlivost končetin, zvonění nebo bzučení v uších, bolesti, úzkost, deprese*, pomyslíte si. V čekárně se jen stěží dokážete soustředit na časopis, který máte na klíně, zatímco posloucháte, až se ozve vaše jméno.

Jakmile se tak stane, vejdete do ordinace, posadíte se a snažíte se zhluboka dýchat. A po krátkém přátelském rozhovoru vám lékař oznámí: „Trpíte Hashimotovou tyreoiditidou." Zalije vás úleva, že vaše zdravotní potíže dostaly název, přesto ale netušíte, v čem tkví problém. „Co je to?" zeptáte se.

„Krevní testy ukázaly zvýšenou hodnotu protilátek proti štítné žláze. Při posledním vyšetření se zjistilo, že máte zvýšenou hladinu stimulujícího hormonu štítné žlázy, neboli TSH, zvětšenou štítnou žlázu a projevily se u vás symptomy hypotyreózy, což svědčí o tom, že váš imunitní systém je zmatený. Tento stav se nazývá autoimunitní reakce, při níž tělo napadá štítnou žlázu, jako by to byl vetřelec. Způsobuje zánět štítné žlázy, ničí ji a postupně snižuje její funkci."

Chvilková úleva pomine, když si představíte, jak na malou nevinnou žlázu v krku útočí imunitní systém. A málem si přejete, aby diagnóza byla jako boty, které jste ji objednali na internetu a můžete je vrátit, když zjistíte, že vás tlačí. *Malá velikost*, uvedli byste v návratce a koupili si jiné. Místo toho se snažíte čelit realitě. „Co způsobilo to onemocnění?"

„Je možné, že máte genetickou předurčenost k autoimunitním reakcím, kterou spouštějí různé faktory, například bakterie, strava nebo stres."

„Proč by tělo napadalo samo sebe? Proč by mělo být zmatené?"

„Pravá příčina autoimunitního onemocnění ještě není známa," odpovídá lékař a soucitně se usměje. „Ale výzkum dělá pokroky každý den. Teď si promluvíme o léčbě."

Když z ordinace odcházíte, nepřipadá vám, že byste měli život víc pod kontrolou, pociťujete nevoli. Jak vás mohlo tělo takhle zradit? Co jste udělali špatně, že je váš imunitní systém popletený? Nevíte, čemu můžete věřit, když nemůžete věřit ani svému tělu, že bude na vaší straně.

Možná výše uvedený scénář nevystihuje vaše problémy se štítnou žlázou. Možná vaše diagnóza zní Gravesova-Basedowova nemoc – autoimunitní onemocnění projevující se nadměrnou funkcí štítné žlázy. Nebo trpíte hypotyreózou, charakterizovanou nedostatečnou produkcí hormonů štítné žlázy, kterou odhalil krevní test nebo lékař podle příznaků. Možná vám řekli, že máte uzlíky ve štítné žláze, cystu, nebo dokonce nádor. Na otázku, proč jste onemocněli, vám odpoví, že možná předčasně stárnete – alarmující sdělení, obzvlášť je-li vám teprve přes dvacet nebo třicet.

A doktor možná neskončí u diagnózy týkající se štítné žlázy. Kromě Hashimotovy tyroiditidy nebo Gravesovy-Basedowovy nemoci nebo hypotyreózy či hypertyreózy nebo zánětu štítné žlázy či uzlíků můžete slyšet, že trpíte lymeskou nemocí, revmatoidní artritidou (RA), fibromyalgií nebo procházíte perimenopauzou nebo menopauzou. Ostatní vás možná v žertu nazývají bláznem nebo hypochondrem, čímž vás raní víc, než tuší, jelikož si nepřejete nic víc než se zdravotních problémů zbavit. Může vám to připadat, že vás nikdy nikdo opravdu nevyslechne.

Při první návštěvě lékaře možná prohlídka ani testy nic neodhalily. Potom jste chodili od jednoho lékaře ke druhému a hledali jste odpovědi, jichž se vám stejně nedostalo. Přestali jste věřit lékařům *a* sobě. Nějakou dobu jste byli přesvědčení, že symptomy máte jenom v hlavě, pořídili jste si nejnovější literaturu a učinili ohledně zdravotních potíží vlastní závěry. Změnili jste jídelníček a pocítili alespoň drobnou úlevu, i když jsou pro vás dny nadále poněkud náročné a pořád se necítíte ve své kůži.

Nebo jste se příliš obávali navštívit lékaře kvůli únavě, úzkosti, psychické otupělosti a závratím. Přečetli jste si několik článků o štítné žláze a napadlo vás, jestli netrpíte její poruchou.

Nebo má váš milovaný člověk nepolevující nevysvětlitelné symptomy či diagnostikované onemocnění štítné žlázy. Jste svědkem toho, jaké utrpení chronické potíže přinášejí, a přejete si, abyste mu dokázali pomoct a on byl opět zdravý a vitální, takový, jakého si pamatujete.

Nebo jste lékař (lékařka), jehož trápí, když vidí, že jednoho pacienta za druhým sužuje chronická bolest nebo zdravotní obtíže. Udržujete si přehled o nových teoriích týkajících se autoimunity a štítné žlázy. U symptomů nacházíte mezi řádky skryté významy, výsledek krevních testů nepovažujete za konečnou odpověď, pacientům nabízíte nejnovější metody léčení chronické nemoci a všimnete si, když léčba nezabírá, a po celou dobu čekáte na průlomovou studii, která jednou provždy záhady štítné žlázy vyřeší.

Máte-li zkušenosti podobné výše zmíněným scénářům, nejste sami – patříte k milionům lidí, jež se potýkají s tajemnými symptomy, které zdravotnická komunita začala spojovat s onemocněním štítné žlázy. Podrobnosti toho, čím procházíte, jsou vaše osobní věc, ale jste spojení s odvážnou a vytrvalou skupinou, která se nespokojí s neúplnou pravdou o štítné žláze.

Navzdory nepříjemným zkušenostem nás cosi žene kupředu. Bez ohledu na to, kolikrát jste slyšeli, že při autoimunitním onemocnění tělo napadá samo sebe, bez ohledu na to, kolik autorit tvrdí, že problémy se štítnou žlázou jsou geneticky podmíněné, bez ohledu na to, jak často ostatní pochybovali o vašich zdravotních potížích, nebo jste vy pochybovali o sobě, tak pokud jste normální a přemýšleli jste, zda se v životě nesnažíte málo, popohání vás nutkavý pocit, že něco není v pořádku.

Proč by tělo napadalo samo sebe? Jestliže jsou poruchy štítné žlázy genetické, proč se

jejich výskyt zvýšil pouze u několika posledních generací? Jak by mohlo být možné, že všechny fyzické potíže máte v hlavě, nebo se jedná o odplatu vesmíru?

Tušíte, že musí existovat přesnější vysvětlení. Musejí existovat příčiny, které všemu dají smysl – v hloubi duše to víte.

A máte pravdu.

HRA NA OBVIŇOVÁNÍ

Buďte klidní, *za symptomy a onemocnění, kterými trpíte, nemůžete.*

Je vám to jasné? Zopakuji to, protože často slyšíte opak: *za symptomy a onemocnění, kterými trpíte, nemůžete.*

Nemoc jste si nevytvořili. Nepřitáhli jste si ji ani nezpůsobili. Nenamluvili jste si ji. Nejste nemocní, protože jste bláznivi, líní, znudění nebo máte slabou vůli. Příznaky jste si nepřivodili negativním myšlením ani strachem. Nepocházíte z geneticky zatížené rodiny. Podvědomě se nebráníte uzdravení, protože tajně toužíte po pozornosti. Vaše utrpení není trest Boha ani vesmíru ani karma za to, co jste provedli v některém z minulých životů.

Tělo vás nezradilo. Symptomy a onemocnění štítné žlázy neznamenají, že se tělo proti vám bouří. Tělo ve dne v noci pracuje, aby vás podporovalo – protože *tělo vás miluje bezpodmínečně*.

Nejnovější informace o štítné žláze tyto klíčové pravdy stále neobsahují. Proč? Protože žijeme ve společnosti viny. Snažíme se vyplnit prázdná místa, ať už známe správné řešení, nebo ne. Záhady vesmíru jsou jedna věc – nemáme-li odpovědi týkající se času nebo kosmu, obvykle s tím dokážeme žít a čekáme, že se tyto věci objasní v budoucnosti. Na druhou stranu, když něco neznámého ovlivňuje náš každodenní život – například v podobě bolesti –, stresuje nás, že nedostáváme odpovědi.

Vyplníme tedy prázdné místo; když něco není v pořádku, chceme co možná nejdřív slyšet vysvětlení. Jestli například nějaký pracovní úkol není splněn správně, všichni chtějí okamžitě vědět, čí je to vina. Je to založeno na ušlechtilých zásadách: povinnosti a zodpovědnosti. Usuzujeme, že čím rychleji získáme odpovědi, tím snadněji zabráníme tomu, aby se v budoucnu podobná situace opakovala.

Co když ale obviníme někoho neprávem? Co když manažer ve snaze co nejdříve zjistit, proč jsou údaje v tabulce zkreslené, usoudí, že jste vy, výkonný ředitel, vydal špatné pokyny? Co když vám v následujících letech kolegové přestanou důvěřovat a nakonec přestanete věřit sami sobě? Všichni se možná svým způsobem budou cítit klidnější, že mají odpověď na to, proč došlo k chybě.

Ale co když odpověď není správná? Co když jste vydali bezchybné instrukce, a vaši podřízení měli přijít na to, že na vině je programátorská chyba?

Tak dnes vypadá svět onemocnění štítné žlázy. Skutečnost, že nemáme vysvětlení, proč obrovské množství lidí dlouhodobě trpí bolestí nebo zdravotními potížemi, odporuje představě, že lékařský establishment se ctí dodržuje svoje poslání. A jelikož chybějí odpovědi, výzkum přichází s teoriemi, jako je například autoimunita, které obviňují vaše tělo. S těmito mylnými