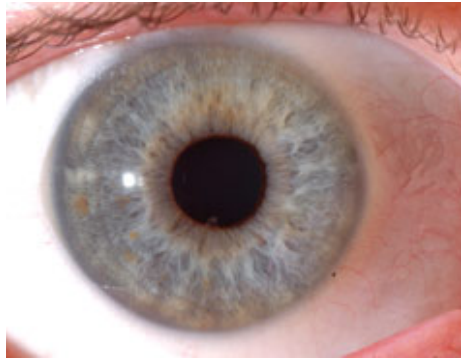


Lithimnufræði og lithimnugreining

Lithimnufræði getur gefið mjög ítarlega mynd af heilsu viðkomandi einstaklings. Lithimnugreining er heildarmynd sem dregin er af mynstrinu í lithimninni í augunum. Hver einstaklingur hefur sitt einstaka mynstur í lithimninni rétt eins og fingrafarið. Lithimnugreining getur aðstoðað fólk við að skilja hluti eins og mígreni eða mjög erfiða sjúkdóma, en getur einnig verið mjög góð leið við fyrirbyggjandi aðferðir í heilsurækt.

Lithimnan hefur verið kortlögð af ýmsum fræðimönnum þar sem líffærin, líkamskerfin og svæði líkamans eru kortlögð. Lithimnan sýnir hvaða líffæri eða



líkamskerfi eru viðkvæmust fyrir hrörnun og álagi. Meðal annars má sjá tengsl líkamskerfa, ástand líffæra, uppsöfnun eiturefna, sýrustig líkamans og bólgumyndanir.

Oft má sjá samband tilfinninga og líkama í lithimninni og hvar jafnvægi ríkir og hvar ójafnvægi ríkir á ákveðnum sviðum hjá einstaklingi og áhrif þess á einstök líffæri. Með því að skilja mynstrið í augunum getum við séð

heildarmynd líkamans og þannig betur áttað okkur á því hvaða meðferðir gætu hentað best í hverju tilfalli. Út frá þessum upplýsingum getur lithimnufræðingurinn ráðlagt um mataræði og lífsstíl sem fyrirbyggjandi aðgerðir og til að bæta heilsuna.

Lithimnan getur kennt manni margt um ástand líkamans og styrkleika og veikleika persónunnar. Það má segja að mikilvægt hlutverk greinandans sé að fræða fólk um það ástand sem manneskjan er í og hvaða skref þarf að taka til að bera ábyrgð á eigin heilsu. Lithimnufræði er leið sem á vísindalegan máta getur gefið heildrænar upplýsingar um ástand líkamans og ráðlagt um meðferðir.

Hvað lithimnugreining getur sýnt:

- Meinafræðilegar truflanir og röskun í uppbyggingu og starfsemi.
- Arfgenga veikleika og styrk í trefjaáferð og líkamsvefjum.
- Uppsöfnun eittra úrgangsefna.
- Sýru og bólgumyndanir.
- Hindrandi uppsöfnun á slími.
- Getur sýnt brátt, undirliggjandi, krónískt eða hnignandi stig bólgu og eituruppsöfnun í hvaða líkamshluta eða líffæri líkamans sem er.
- Van- eða ofvirkni kirtils eða líffæris.
- Viðbrögð líkamans við meðferð.
- Getur sýnt jákvæða eða neikvæða þróun í líkamshlutum.
- Bendir á ástæður sjúkdóma.
- Er örugg, sársaukalaus leið til greiningar.
- Sýnir ástand og tengsl líkamskerfa.
- Leiðir líkur að tilhneigingu sjúkdóms og getur gefið hugmynd um forvarnir.

- Bendir á næringarfræðilegt ójafnvægi
- Sýnir tilvist sýkingar (á lágu eða háu stigi).
- Tengsl líffæra koma fram.
- Jafnvægi á hægri og vinstri hlið sérstaklega þegar eitt líffæri er báðum megin.
- Gefur heildarmynd af einstaklingnum, almennt heilsufar og vísbendingu um framvindu.
- Grundvallargerð og styrkleikastig og meðfædda hæfileika til að vinna á sjúkdómum.
- Að bæling á sjúkdómi er ekki lækning og sýnir hvernig sjúkdómur getur orðið langvinnt sjúkdómsástand.
- Að lækning hefst innra með okkur.
- Hvernig áhrif maginn og meltingarvegurinn hefur á aðra líkamshluta í gegnum blóðrás, sogæðar og taugakerfi.

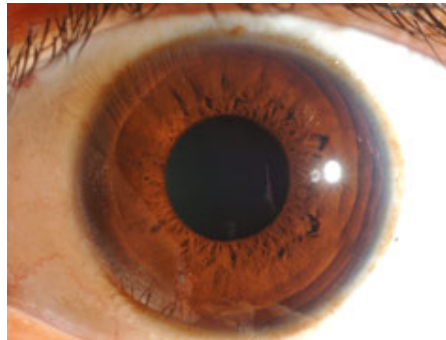
Lithimnugreining getur ekki:

- Greint sérstaka sjúkdóma, sýnir aðeins breytingar í vef.
- Sýnt hvar aðgerðir hafa verið gerðar með svæfingu.
- Greint gallsteina og nýrnasteina, sýnir aðeins forstigsbreytingar í vef.
- Spáð fyrir um kyn fósturs né um þungun.
- Sýnt sníkjudýr eða örverur, aðeins forstigsbreytingar.
- Spáð fyrir um lífshlaupið eða enda þess.
- Greint einstök eiturefni, eiturlyf eða rotvarnarefni, aðeins uppsöfnun slíkra efna í einstaka líffærum.
- Greint hverskonar slys, aðeins afleiðingar þess.

Lithimnufræði getur lagt grundvöll að ábyrgri afstöðu okkar til heilsu okkar og vellíðunar.

Lithimnufræði og meðferðir

Lithimnufræði getur sýnt fram á hvaða meðferðir gætu gagnast best til að styrkja líkamann þar sem hann er viðkvæmastur fyrir.



Gildir einu hvort meðferðin er fólgin í

aðferðum eins og blómadropameðferðum, grasalækningum, ilmolíumeðferðum, Höfuðbeina- og spjaldhryggjarjöfnun, hómópatíu, nuddi, slökun. jóga eða hverri andlegri uppvakningu fyrir þeim atriðum sem hafa þau áhrif á líkama okkar sem leiða til vanlíðunar.

Lithimnufræðin eru gjarnan tengd náttúrulækningum og heilðrænum aðferðum í heilsuvernd. Lithimnugreining er ekki lækning eða forspá. Aðeins forstigsbreytingar í vefjum eða líffærum má sjá, sem að vísu geta leitt til langtímaveikinda, ef ekki er neitt að gert. Lithimnufræði getur einnig uppfært okkur nánar um orsakir og afleiðingar mataræðis, hugarfars og líferniss sem kemur af stað ferli sem færir okkur vanlíðan og síðar sjúkdóma. Með ábyrgri afstöðu okkar getum við tekið á okkar málum og unnið gegn vanlíðan og sjúkdómum sem herja á okkur.