L-ARTRITE

DR RENALD BLUNDELL

renald@naturalremedies.com.mt

www.naturalremedies.com.mt

Dr RENALD BLUNDELL ser jispjegalna kif nisgħtu nikkontrollaw l-uġigħ tal-artrite b'mod semplici u naturali.

L-ittra tal-qarrejja tagħna tal-lum tgħid hekk:

Għaziz Dr Blundell,

Jien waħda li naqra l-artikli tiegħek kull nhar ta' Ħadd. Veru jkunu ta' interess ġenerali.

Jiena għandi artrite f'għonqi li qiegħda toħloqli infjammazzjoni fin-nerv u n-nerviturі li jinżlu minn għonqi sa idejja. Tista' jekk jogħġbok tgħidli jekk hemmx xi kura naturali li tista' tgħinni. Ma nixtieqx ngħaddi minn xi operazzjoni f'għonqi. Jien għandi erbgħa u sittin sena.

Waqt li nirringrazzjak bil-quddiem tal-interess bit-tweġiba tiegħek, li tista' tkun ukoll ta' interess lil ħaddieħor.

Dejjem tiegħek,
Maria Agius

Risposta ta' Dr Renald Blundell

Għażiża Maria,

L-artrite hija kundizzjoni fejn il-ġogi ta' bejn l-għadam jibdew jittieklu u jitmermru ftit ftit. Fost l-iktar ġogi komuni li jibdew jitmermru u dak li jkun jista' jħoss kemm skumdità kbira kif ukoll uġigħ, huma l-ġogi tal-irkoppa, tas-sinsla tad-dahar, tal-għonq, kif ukoll tal-ispalla.

Nieħdu eżempju tal-artrite fis-sinsla tad-dahar. Meta r-rukkelli tas-sinsla tad-dahar jibdew jittieklu, l-ispazju ta' bejn l-għadam tas-sinsla tad-dahar jonqos.

Meta jiġri dan, in-nerviturі jistgħu jiġu maqrusa jew imbenġlin. Kif in-nervitura tiġi mbenġla jew milquta, il-pazjent jew pazjenta ħafna drabi jħoss uġigħ kbir. Dan jista' jaffetwa wkoll l-koordinazzjoni u moviment tiegħu f'diversi postijiet tal-ġisem. Eżempju ta' dan huwa meta jkollok il-ħsara fil-*cartilages* fin-naħa t'isfel tas-sinsla tad-dahar. Din hija magħrufa wkoll bħala xatka.

Fil-kundizzjoni tax-xatka, il-pazjent ħafna drabi jħoss tnemnim fis-saqajn kif ukoll uġigħ kbir u jista' jaffetwa meta persuna jrid iqum bil-wieqfa jew ipoġġi bilqiegħda Ġieli anke taffetwa f'ċertu pożizzjonijiet fis-sodda waqt li dak li jkun ikun qed jipprova jorqod.

Tip ta' artrite ieħor komuni huwa dak fis-swaba' tal-idejn, fejn persuna, speċjalment fix-xitwa, tħoss uġigħ kbir jew ġieli anke ħruq fil-*cartilage* ta' bejn is-swaba'. Ikun hawn min tant taffettwah ħażin li ma jkunx jista' jagħlaq idejh sew f'forma ta' ponn u saħansitra ma jkollux saħħa biżżejjed f'idejh u b'hekk timpedih mill-faċendi u l-ħajja regolari ta' kuljum.

X'jista' jagħmel wieħed li jbati minn forma jew oħra ta' artrite?

L-iktar ħaġa kruċjali hija li b'xi mod jew ieħor nerġgħu nkabbru b'mod artifiċjali s-saff ta' *cartilage* li jkun ittiekel jew diġà degradat.

Meta nerġgħu nkabbru dan is-saff ta' *cartilage* nkunu qed innaqsu mir-riskju li n-nervitura tiġi maqrusa, u b'hekk inkunu qed innaqsu mill-ħsara li ssir minħabba f'hekk.

L-età minn mindu persuna jista' jaqbadha xi forma jew oħra ta' artrite tvarja ħafna u tiddependi kemm mit-tip ta' ħajja ta' dak li jkun, mill-ambjent ta' madwaru, kif ukoll – wisq probabbli – minn fattur ġenetiku.

Prodott naturali li jista' jintuża huwa magħmul minn żjut ta' ħxejjex u jissejjaħ Solgar Celadrin. Dan jibni ftit ftit saff żgħir ta' ilma fuq il-*cartilage* biex b'hekk iżid id-distanza mill-ġdid ta' bejn l-għadam u jitnaqqas iċ-ċans li jiġi maqrus jew issir ħsara lin-nerviturі.

Meta nipprevienu li n-nerviturі jiġu maqrusa, awtomatikament ikun ifisser li persuna jkollha inqas probabbiltà li tħoss l-uġigħ.

Is-Solgar Celadrin għandu fih kimiċi li jissejħu *Cox-2 inhib-itors* li jgħinu kontra l-infjamazzjonijiet, speċjalment infjamazzjonijiet fin-nerviturі.

F'każ li persuna tbati bl-artrite, meta n-nerv jiġi maqrus jew jintmiss, l-ewwel reazzjoni tkun li jiġi infjammat, u infjamazzjoni fin-nerv tfisser uġigħ kbir u skumdità. B'hekk is-Celadrin għandu funzjoni importanti f'dawn il-kundizzjonijiet.

Is-Solgar Celadrin, bħala prodott naturali, biex jiffunzjona, persuna ġieli ddum tliet xhur biex tara l-effett tiegħu

Prodott ieħor naturali li jista' jintuża, u din id-darba taħt forma ta' krema, jismu MSN Cream (Methyl Sulfonyl Methane).

L-MSN, li l-bażi kimika tiegħu huwa s-sulfat u ġej mill-ħaxixa tar-rosmarin, jgħin biex inaqqas l-uġigħ fuq il-ġogi, speċjalment dak ikkawżat mill-artrite.

L-effett tal-krema MSN jinħass kważi wara nofs siegħa li jiġi applikat, imma l-effett tiegħu jdum madwar erbgħa jew ħames sigħat biss. Pazjenti jista' jdellek din il-krema kull meta jħoss il-ħtieġa

Nirringrazjakom tan-numru kbir ta' ittri u *emails* li rċevejt u inwegħidkom li ser inwieġeb kull waħda minnhom. Grazzi wkoll tat-tifħir u inkoraġġiment li rċevejt rigward din il-paġna.

Kull min għandu xi domanda jew xi suġġeriment li jixtieq jistaqsi jew jiddiskuti ma' Dr Blundell, jista' jibgħat *email* lil renald@naturalremedies.com.mt, jew ittra fl-indirizz: Natural Remedies, 69, Triq K. Galea, Birkirkara.