

#1 *NEW YORK TIMES* BESTSELLER

MEDICÍNSKE MÉDIUM

# ŠTÍTNÁ ŽL'AZA

SKUTOČNÉ PRÍČINY A ÚČINNÁ LIEČBA HASHIMOTOVEJ TYREOIDITÍDY,  
GRAVESOVEJ CHOROBY, NESPAVOSTI, HYPOTYREÓZY, UZLOV  
NA ŠTÍTNEJ ŽL'AZE A EPSTEINOVHO-BARROVEJ VÍRUSU



ANTHONY WILLIAM

AUTOR BESTSELLEROV *NEW YORK TIMES*  
*MEDICÍNSKE MÉDIUM A LIEČIVÁ SILA POTRAVÍN*





— MEDICÍNSKE MÉDIUM —

# ŠTÍTNÁ ŽLÁZA



— MEDICÍNSKE MÉDIUM —

# ŠTÍTNÁ ŽLÁZA

SKUTOČNÉ PRÍČINY A ÚČINNÁ LIEČBA HASHIMOTOVEJ TYREOIDITÍDY,  
GRAVESOVEJ CHOROBY, NESPAVOSTI, HYPOTYREÓZY, UZLOV  
NA ŠTÍTNEJ ŽLÁZE A EPSTEINOVHO-BARROVEJ VÍRUSU

— ANTHONY WILLIAM —

TATRAN

Z anglického originálu Anthony William: MEDICAL MEDIUM THYROID HEALING,  
ktorý vyšiel vo vydavateľstve Hay House, Inc., Londýn 2017,  
preložila Jana Balážková.

Vyšlo vo Vydavateľstve TATRAN, Bratislava 2019 ako 5160. publikácia.  
Vydanie I.

Prebal a väzbu podľa pôvodného návrhu spracoval AldoDesign, Bratislava.

Zodpovedná redaktorka Ina Martinová

Odborná jazyková konzultácia prekladu MUDr. Zoltán Goldenberg, PhD.

Jazykové redaktorky Eva Melichárková, Katarína Vilhanová

Technická redaktorka Eva Zdražilová

Sadzba AldoDesign, Bratislava

Vytlačil Tisk Centrum, s.r.o., Moravany u Brna.

[www.slovtatran.sk](http://www.slovtatran.sk)

:: knihy pre **hodnotnejší** život

All rights reserved.

Copyright © 2017 by Anthony William  
Originally published in 2017 by Hay House, Inc.  
Translation © Jana Balážková 2018  
Slovak edition © Vydavateľstvo TATRAN 2019

ISBN 978-80-222-0929-8

---

*Všetkým, ktorí zažili trápenie, utrpenie a sklamanie,  
zabudnutie, nevšímavosť, ľahostajnosť alebo zradu.  
Tým, ktorí bojovali, zápasili, vytrvali, vyliečili sa alebo ešte  
len na uzdravenie čakajú. Stojím pri vás. Povznesme sa  
spoločne nad to všetko vedomosťami, múdrosťou,  
pravdou, láskou a najmä súcitom.*

---



# OBSAH

<i>Predslov</i> .....	11
<i>Zopár slov na úvod</i> .....	13

## **PRVÁ ČASŤ:** Odhalenie pravdy o štítnej žľaze

<b>1. kapitola:</b> Pravda o štítnej žľaze .....	21
<b>2. kapitola:</b> Spúšťače vírusu štítnej žľazy .....	29
<b>3. kapitola:</b> Ako funguje vírus štítnej žľazy .....	37
<b>4. kapitola:</b> Skutočný význam štítnej žľazy .....	51
<b>5. kapitola:</b> Vysvetlenie príznakov a zdravotných problémov .....	55
<b>6. kapitola:</b> Rakovina štítnej žľazy .....	89
<b>7. kapitola:</b> Testy predpokladov zdravia odhadujúce stav štítnej žľazy .....	95
<b>8. kapitola:</b> Liečba štítnej žľazy .....	99

## **DRUHÁ ČASŤ:** Veľké omyly, ktoré nám stoja v ceste

<b>9. kapitola:</b> Most na breh zdravia .....	109
<b>10. kapitola:</b> Prvý veľký omyl: Autoimunitný zmätok .....	117
<b>11. kapitola:</b> Druhý veľký omyl: Koncept záhadných chorôb .....	121
<b>12. kapitola:</b> Tretí veľký omyl: Nálepky namiesto odpovedí .....	123
<b>13. kapitola:</b> Štvrtý veľký omyl: Zápal ako príčina .....	125
<b>14. kapitola:</b> Piaty veľký omyl: Mýtus o metabolizme .....	129
<b>15. kapitola:</b> Šiesty veľký omyl: Vinníkmi sú gény .....	133
<b>16. kapitola:</b> Siedmy veľký omyl: Podceňovanie Nemilosrdnej štvorky .....	137
<b>17. kapitola:</b> Ôsmy veľký omyl: Všetko je v hlave .....	141
<b>18. kapitola:</b> Deviaty veľký omyl: Za chorobu si môžete sami .....	143

### TRETIA ČASŤ: Vzkriesenie štítnej žľazy

<b>19. kapitola:</b>	Čas na obnovu tela .....	149
<b>20. kapitola:</b>	Život bez štítnej žľazy .....	151
<b>21. kapitola:</b>	Bežné chyby a ako sa im vyhnúť .....	153
<b>22. kapitola:</b>	Jedlá, bylinky a výživové doplnky s liečivou silou .....	161
<b>23. kapitola:</b>	90-dňová rehabilitácia štítnej žľazy .....	177
<b>24. kapitola:</b>	Recepty na liečbu štítnej žľazy .....	189
<b>25. kapitola:</b>	Techniky liečby štítnej žľazy .....	253
<b>26. kapitola:</b>	Konečne uzdravená: Príbeh jednej ženy .....	257

### ŠTVRTÁ ČASŤ: Tajomstvá spánku

<b>27. kapitola:</b>	Štítka žľaza a nespavosť .....	263
<b>28. kapitola:</b>	Prameň spánku .....	267
<b>29. kapitola:</b>	Rozpoznanie problémov so spánkom .....	271
<b>30. kapitola:</b>	Liečba problémov so spánkom .....	279
<b>31. kapitola:</b>	Prečo sú zlé sny dobré .....	285

*Doslov: Zlato duše* ..... 287

*Záverčná poznámka* ..... 289

Register ..... 291

*Pod'akovanie* ..... 301



# PREDSLOV

---

Čo nájdete v tejto vzácnej knihe? Nečakajte nič iné ako fascinujúci a inovatívny prístup k ochoreniam štítnej žľazy. Vďaka Anthonymu Williamovi a Hlasu, ktorý k nemu hovorí, sa k vám dostane záplava nových informácií o ochoreniach štítnej žľazy, ako aj návod na ich bezpečnú a efektívnu liečbu.

Ako vyštudovaná gynekologička na Univerzite v Južnej Kalifornii a priekopníčka v oblasti bioidentických ženských hormónov vždy hľadám podstatu „hlavných príčin“ chorôb a úpadku zdravia. Stretla som sa už s tisíckami pacientok s problémami štítnej žľazy a som presvedčená, že len polovici ľudí v USA trpiacich týmito problémami stanovili správnu diagnózu. Podľa môjho odborného názoru trpí u nás 7 z 10 ľudí chorobami štítnej žľazy. Po prečítaní tejto dôležitej knihy lepšie porozumiete svojej diagnóze a dozviete sa, ako so svojimi problémami skončiť. Odkedy som prečítala Anthonyho *Medicínske médium: Štítna žľaza*, lepšie som porozumela ťažkým prípadom, s ktorými sa stretávam, a mám pre ne nové riešenia. Anthony neklame, keď tvrdí, že nie všetci pacienti reagujú na hormóny štítnej žľazy tak, ako čakáme alebo dúfame.

Keby som pri výkone svojej lekárskej profesie počula hlas, ktorý by mi hovoril o ochoreniach mojich pacientok, tak ako sa to deje u Anthonyho, považovala by som to za čistý zázrak. Mnohí moji kolegovia by boli vďační za takúto vnútornú pomoc, hoci lekárska komunita by to vo všeobecnosti až tak neoceňovala. Nechápem prečo. Jednou z hlavných príčin úmrtí v Spojených štátoch sú predpísané lieky a súčasné liečebné postupy. Pcháme do pacientov antibiotiká a výsledkom sú tisícky úmrtí spôsobených rezistenciou voči antibiotikám. Imunitu onkologických pacientov zaťažujeme liekmi, ktoré spôsobujú neskôr ďalšiu rakovinu. Dennodenne sledujem škodlivé účinky hormonálnej antikoncepcie na hormonálnu sústavu mladých žien. *Bíff*. Verte mi, som frustrovaná rovnako ako vy.

Akoby to nestačilo, vedeli ste, že liečebné postupy zaostávajú 25 rokov za súčasnými lekárskeymi vedeckými poznatkami? V oblasti počítačových technológií by to znamenalo, že by sme si ešte aj dnes kupovali obrovské, štvrtstoročie staré počítače Apple II, hoci máme k dispozícii oveľa sofistikovanejšie zariadenia. Kto by pokladal taký stroj za rozumný nákup? Mala

som priateľa, uznávaného riaditeľa špičkovej high-tech spoločnosti, ktorý riadil tisíce ľudí a tovární po celom svete. Na vrchole kariéry mu diagnostikovali agresívny mozgový nádor. Napriek tomu, že ho liečili v prvotriednych nemocniciach v Spojených štátoch, bol šokovaný nedostatkom inovátnych riešení. Zatiaľ čo informačné technológie vyriešili neskutočne zložité a na pohľad nemožné problémy, v oblasti liečby jeho typu rakoviny sme sa neposunuli už dlhšie ako desaťročie. Tento úžasný láskavý človek musel s ľútosťou skonštatovať, že keby riadil svoju firmu tak, ako lekári praktizujú medicínu, do mesiaca by zbankrotovala. Sama cítim rovnakú nedôveru, keď sledujem, koľkým pacientom určia nesprávnu diagnózu vinou prístupu takzvanej tradičnej klasickkej medicíny.

Preto som fascinovaná a s otvorenou myslou prečítala Anthonyho *Medicínske médium* aj túto novú knihu, *Medicínske Médium: Štítna žľaza*. Pacienti potrebujú odpovede teraz, nemajú čas čakať dve desaťročia. Okrem toho s istotou viem, že odpovede neprichádzajú len z laboratórií a klinických testov. Nech to nazveme *vedomie, Boh, hlas, pole* alebo hocijako inak, Anthony je napojený na zdroj vedomostí, múdrosti a liečby obrovskej hodnoty.

Výskumníci, lekári a iní vedci sa intenzívne zaujímajú o súvislosť medzi vírusmi a chorobnými procesmi. Roky som čítala o tom, že vírusy majú na svedomí nečakané choroby a zárodky rakoviny. Napríklad začiatkom šesťdesiatych rokov 20. storočia označovali EBV (Epsteinov-Barrovej vírus) za pravdepodobnú príčinu ojedinelého lymfómu, a teraz dokázali, že vírus treba spájať s Hodgkinovou chorobou, autoimunitnými ochoreniami, sklerózou multiplex a státisícmi prípadov rakoviny ročne. Stále však

vieme primálo o tom, ako tieto problémy súvisia s vírusmi a ako efektívne liečiť vírusové ochorenia.

V tejto knihe prináša Anthony inovatívne koncepty o chorobách štítnej žľazy, pričom za hlavnú príčinu označuje Epsteinov-Barrovej vírus. Vyvracia mnohé mýty o štítnej žľaze, ktoré ste počuli, a ponúka geniálne a osvietené odpovede. Doplnky, stravovanie, bylinky a techniky liečby sú jedinečné a majú úžasnú hodnotu. Hovorí nám, že nemusíme trpieť na ochorenia štítnej žľazy, a ja ho z celého srdca podporujem. Po tom, ako som si prečítala knihu *Medicínske médium: Štítna žľaza*, som rozšírila svoj prístup k liečbe pacientov s ochorením štítnej žľazy a sledujem úžasné, uspokojujúce a potešiteľné výsledky.

Ďakujem ti, drahý Anthony, že využívaš svoj jedinečný dar na pomoc trpiacim. Som ti vďačná za odvahu, odhodlanie a štedrú službu ľudstvu. Nech tvoj hlas počujú všetci vrátane lekárskej komunity a dajú sa ním viesť.

**Prudence Hallová, M. D.**

zakladateľka a vedúca lekárka  
zdravotnej inštitúcie *The Hall Center*

# ZOPÁR SLOV NA ÚVOD

---

Chronické ochorenia dosahujú historické maximum. Len v samotných Spojených štátoch amerických žije 250 miliónov ľudí, ktorí trpia chorobami alebo ich nevysvetliteľnými príznakmi. Sú nútení viesť neúplný život bez vysvetlenia alebo s vysvetlením, ktoré nedáva zmysel, prípadne sa po ňom cítia ešte horšie. Možno patríte medzi týchto ľudí aj vy. V tom prípade mi dosvedčíte, že lekárska veda si ešte stále láme hlavu nad tým, čo stojí za epidémiou záhadných symptómov a ľudského utrpenia.

Rád by som ujasnil, že si lekársku vedu nesmierne vážim. Množstvo úžasne talentovaných lekárov, chirurgov, ošetrovateľov, technikov, výskumníkov, chemikov a ďalších odborníkov vykonáva dôležitú prácu na poli tradičnej aj alternatívnej medicíny. Mal som česť s niektorými z nich pracovať. Ďakujem Bohu za týchto súcitných lekárov. Jedným z najvyšších poslaní človeka je naučiť sa chápať svet cez dôkladnú a systematickú prácu.

Ako každé ľudské úsilie, aj lekárska veda sa stále rozvíja. Neustále prichádza s novými poznatkami a kedysi všeobecne uznávané teórie sa zo dňa na deň stávajú

minulosťou. To znamená, že ani veda nepozná všetky odpovede.

Už sto rokov čakáme na to, aby vniesla trochu svetla do problematiky štítnej žľazy, ale zatiaľ márne. Nemali by ste čakať ďalších desať, dvadsať, tridsať alebo viac rokov, kým veda prinesie skutočné odpovede. Ak ste pripútaní na lôžko, prežívate zo dňa na deň alebo sa nevyznáte vo svojom zdraví, nemali by ste takto pokračovať už ani deň, nieto desaťročia. Nemali by ste sledovať, ako chorobou trpia vaše deti. Žiaľ, v miliónoch prípadov je to realitou.

To je dôvod, prečo mi do života v štyroch rokoch vstúpil Duch Najvyššieho, Božie vyjadrenie súcitu. Chcel ma naučiť vidieť skutočné príčiny ľudského utrpenia a posúvať tieto informácie ďalej. Ak sa chcete dozvedieť viac o mojich začiatkoch, celý príbeh nájdete v knihe *Medicínske médium: Tajomstvá, ktoré sa ukrývajú za chronickými a záhadnými chorobami, a spôsoby, ako ich nakoniec vyliečiť*. V skratke spočíva v tom, že ku mne stále hovorí Duch. Jasne a presne, akoby po mojom boku stál priateľ, mi rozpráva o príznakoch ľudí v mojom okolí. Duch ma navyše už dávno naučil vidieť ľudský organizmus ako cez vysokovýkonný

prístroj magnetickej rezonancie, ktorý odkrýva všetky nepriechodné miesta, choroby, infekcie, problematické oblasti a prekonalné ťažkosti.

Vidíme vás. Vieme, čomu čelíte. A chceme, aby ste to nezažívali už ani o minútu dlhšie. Mojim životným poslaním je sprostredkovať vám poznatky, ktoré vás pozdvihnú nad more zmätku, nad hlas a rétoriku dnešných módných výstrelkov a trendov, aby ste získali späť svoje zdravie a plavili sa životom podľa svojich predstáv.

Materiál v tejto knihe je autentický, pravý a určený na to, aby vám priniesol prospech. Nie je to obyčajná kniha o zdraví. Je v nej toľko, že sa k nej budete vracaať a znova si ju čítať, aby ste zachytili všetky informácie. Niekedy budú iné ako to, čo ste už počuli, a inokedy sa budú podobaať na poznatky z iných zdrojov, len s drobnými, ale podstatnými zmenami. Ich podstata je však založená na pravde. Nejde o teórie prebalené či recyklované tak, aby zneli ako nové chápanie zdravia štítnej žľazy. Tieto informácie nepochádzajú od záujmových skupín, nie sú odkázané na ich financie, sľužovaný výskum, na lobistov, interné úplatky, presvedčivé systémy viery, skupiny vplyvných jednotlivcov, odmeny v zdravotníckom systéme alebo moderné pasce.

Tieto prekážky totiž stoja v ceste medicínskemu výskumu a vede, ktorá by sa na poli chronických ochorení mohla rozvíjať mil'ovými krokmi. Ak majú vonkajšie zdroje zvláštny záujem na zastieraní istých právd, potom sa vzácny výskumný čas a peniaze mňajú v neproduktívnych oblastiach. Isté objavy, ktoré by urýchlili liečbu chronických ochorení, sa ignorujú a nefinancujú. Vedecké údaje, ktoré považujeme za neomylné, môžu byť, naopak, prekrútené,

kontaminované a zmanipulované. Niektorí odborníci na štítnu žľazu ich považujú za zákon, hoci sú v skutočnosti mylné.

Keď budete na nasledujúcich stranách čítať fakty a čísla o ochoreniach štítnej žľazy, nenájdete pri nich citácie ani odkazy na vedecké štúdie z neproduktívnych zdrojov. Nemusíte sa obávať, že by sa dokázala nepravosť mojich informácií alebo by ich vytlačili iné, ako je to v iných knihách o zdraví, pretože všetko, o čo sa s vami delím, pochádza z rýdzeho, nezmanipulovaného, pokrokového a čistého zdroja: z vyššieho zdroja, od Ducha súcitu. Nič nelieči lepšie než súcit.

Ak patríte k ľuďom, ktorí veria len vo vedu, vedzte, že ja si vedu tiež cením. Upozorňujem vás však, že veda a štítna žľaza sú si v súčasnosti veľmi vzdialené. Štítna žľaza je pre medicínu stále záhadou. Vedecké štúdie o tejto žľaze sú nejednoznačné, nenachádzajú presvedčivé odpovede o príčinách jej porúch. Na rozdiel od mnohých iných výskumných oblastí, ktoré sú vo veľkom podporované, zostáva vedecké myslenie o štítnej žľaze stále v teoretickej rovine a v súčasných teóriách nie je veľa pravdy, čo je dôvodom, prečo stále toľko ľudí trpí na ochorenia štítnej žľazy. Vedecké chápanie a štítna žľaza toho zatiaľ nemajú veľa spoločného, sú výrazne odlišné.

Kedysi sme sa spoliehali na vládu autorít. Keď nám povedali, že Zem je plochá a Slnko sa točí okolo Zeme, verili sme. Tieto teórie neboli faktami, a predsa ich ľudia za fakty považovali. Ľudia, ktorí vtedy žili, sa necítili ako spiatocníci. Taký bol život. Každého, kto spochybnil dané pravdy, považovali za blázna. Neskôr veda túto paradigmu zmenila. Tí, čo pochybovali, zanietení vedci a myslitelia, ktorí po celý čas odmietali uznať takzvané fakty za pravdu,

konečne dokázali, že analýza otvára dvere k oveľa hlbšiemu a pravdivejšiemu pochopeniu sveta.

Dnes je veda znovu autoritou. V niektorých prípadoch to zachraňuje životy. V chirurgii sa napríklad používajú sterilné nástroje, lebo dnes poznáme hrozbu kontaminácie, ktorú si vtedajší chirurgovia nevedomovali. Vedecké pokroky však neznamenajú, že by sme sa mali prestať pýtať. Je najvyšší čas na nástup novej paradigmy. „Lebo to tvrdí veda“ nie je dostatočná odpoveď, pokiaľ ide o chronické ochorenia. Je táto veda *dobrá*? Kto ju financuje? Použilo sa dostatočné množstvo vzoriek? Dostatočne rôznorodých vzoriek? Prebiehal výskum eticky? Zohľadnilo sa v ňom dostatočne veľa faktorov? Boli nástroje merania dostatočne moderné? Podávajú výsledky analýzy rovnaké informácie ako samotné čísla? Išlo o niečí záujem? Neprítlačil niekto rukou na váhy?

Budme úprimní. Aj v oblastiach, ktoré by mali byť neomylné, sa vo vede ešte stále objavujú trhliny. Ak ste počuli o prípadoch, keď museli prestať používať náhrady bedrových kĺbov alebo sieťky na liečbu pruhu, viete, o čom hovorím. Sú to konkrétne predmety navrhnuté podľa presných vedeckých štandardov, skôr než sa začali používať, prešli prísny testovaním, no ani takýto vedecký postup nezaručil úspech. Isté produkty spôsobili nepredvídané problémy, a tak sa ukázalo, že aj nespochybniteľná oblasť výskumu môže byť omylná. Pomyslite si, koľko neistoty musí byť vo vedeckom chápaní štítnej žľazy a jej skutočných funkcií. Nie je to vec, ktorú môžete chytiť, odmerať a analyzovať. Je to činná časť ľudského organizmu a všetci vieme, že ten patrí medzi najväčšie zázraky a záhady na svete. Opakujem, že veda je ľudské

úsilie, na ktorom treba ešte veľa pracovať, najmä pokiaľ ide o skúmanie ľudského tela. Potrebujeme byť neustále ostražití, vnímaví a prispôsobiví, aby sme držali krok s pracou, ktorá naozaj napreduje.

Ak nepatríte medzi tých, ktorých trápia choroby, ktorí roky trpia bez odpovedí alebo sa cítia zabetónovaní v rámci určitého lekárskeho, vedeckého alebo výživového systému názorov na štítnu žľazu, dúfam, že si knihu prečítate so zvedavosťou a otvorenou myslou. Za dnes rozšírenými ochoreniami štítnej žľazy sa skrýva oveľa viac, ako sa doposiaľ zistilo. To, čo si prečítate, sa ani trochu nepodobá na informácie, s ktorými ste sa už stretli. Za posledné roky to však pomohlo desiatitisícom ľudí.

Odkedy som začal šíriť informácie od Duča, mal som to šťastie vidieť, aká zmena sa deje s týmito ľuďmi. Nesmierne ma dojalo, že vďaka vydaniu kníh zo série *Medicínske médium* sa tieto informácie dostávajú do sveta a pomôžu ďalším tisícom chorých.

Všimol som si tiež, že niektorí ctižiadostiví jedinci manipulovali s mojimi odkazmi, aby získali uznanie a chválu. Ich prístup zatína ľuďom do živého a zneužíva ich.

Dar, ktorý som dostal, sa takto nemá používať. Tešíme sa, keď sa ľudia vyznajú v informáciách o zdraví, ktoré šírim, a keď tento súcitný odkaz odovzdávajú ďalej v snahe skutočne pomôcť ostatným. Za to som nesmierne vďačný. Nebezpečenstvo vzniká vtedy, keď niekto informácie upraví – prekrúti ich a pomieša s módnymi dezinformáciami, keď si ich zmení len natoľko, aby zneli originálne, prípadne ich bezočivo ukradne a pripíše na prvý pohľad hodnoverným, no na pravdu chudobným zdrojom. Spomínam to, lebo chcem, aby ste sa vy a vaši blízki vedeli ochrániť pred nesprávnymi radami, ktoré sa šíria svetom.



Táto kniha nechce opakovať to, čo ste už počuli. Nechce naznačiť, že za všetkými vašimi problémami je štítna žľaza, ani nechce podporovať populárne vysokoproteínové diéty, ktoré údajne udržia symptómy ochorenia na uzde. Ide o nové informácie, o úplne nový pohľad na problémy, ktoré trápia mnohých, a o úplne nový pohľad na ich liečbu.

Chápem, že ste opatrní. Je normálne, ak človek reaguje a súdi. Je to inštinkt, ktorý nás za istých okolností chráni a niekedy nám zachráni život. V tomto prípade však

dúfam, že mi dáte šancu. Sami môžete posúdiť pravdy, o ktorých sa dočítate. V opačnom prípade stratíte príležitosť pomôcť sebe alebo niekomu inému.

Tak sa teda pripútajte a vyrazíme. Musíme sa spoločne snažiť, aby ľudia okolo nás vyzdraveli, a bol by som skutočne rád, keby sa z vás stali noví odborníci na zdravie štítnej žľazy. Ďakujem, že sa so mnou vydávate na cestu za zdravím a venujete svoj čas tejto knihe. Pravda zmení život vám aj vašim blízkym.





PRVÁ ČASŤ

# ODHALENIE PRAVDY O ŠTÍTNEJ ŽĽAZE

