



# Vitalistisk helse

Av: Melissa Thelwall



Melissa  
Master of Cannabis





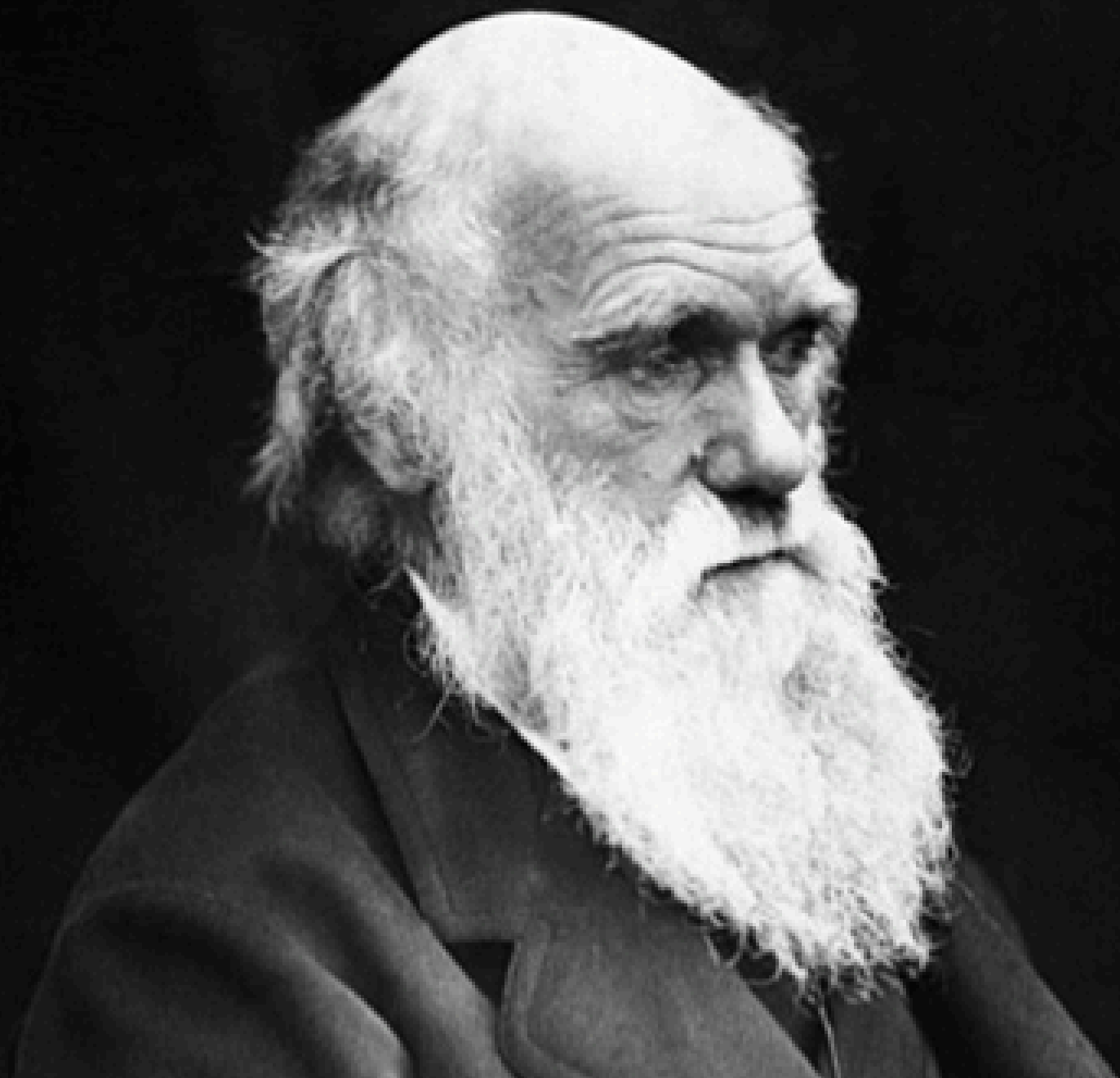
## Mekanistisk medisin

Gjelder ikke akuttmedisin som omfatter et sted mellom 5-10%

Gjelder de 90% av alt det andre som utgjør vårt helsevesen (som egentlig ikke har noe med helse å gjøre).

# BIG PHARM

# MEKANISTISK MEDISIN



«De med gode gener har  
større mulighet til å lykkes.»

Charles Darwin

De med gode genser har større mulighet for å lykkes.

Hvis noe er «feil» med kroppen blir vi solgt en utenfra-og-inn mekanistisk løsning som kan fikse problemet.

Alt skyldes dårlige gener, og hjelpen er å finne på legekontoret.



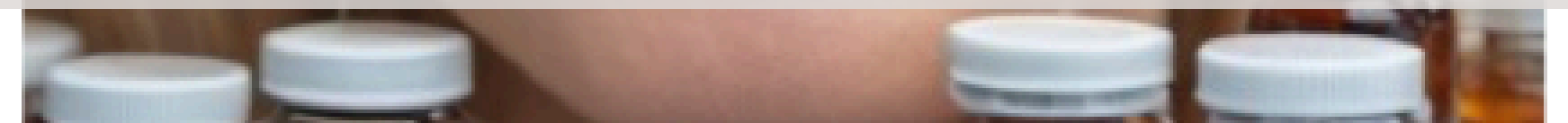
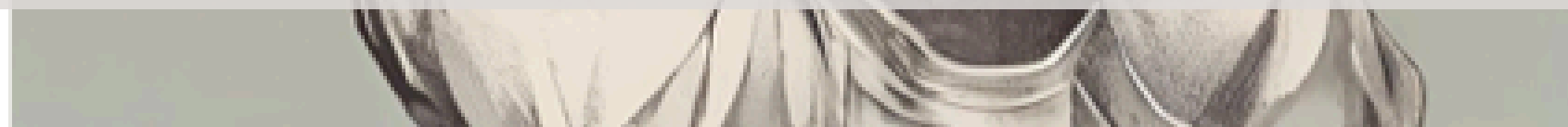
Dårlig tilnærming, aldri hatt dårligere helse - velferdssystemet vil kollapse.

Det er lettere å ta medisiner enn å gjøre de livsstilsendringene som trengs.

Sykdom er BIG business.

En frisk befolkning er ikke lønnsomt for industrien

Før i tiden eksisterte ikke flesteparten av de sykdommene og diagnosene vi har i dag.

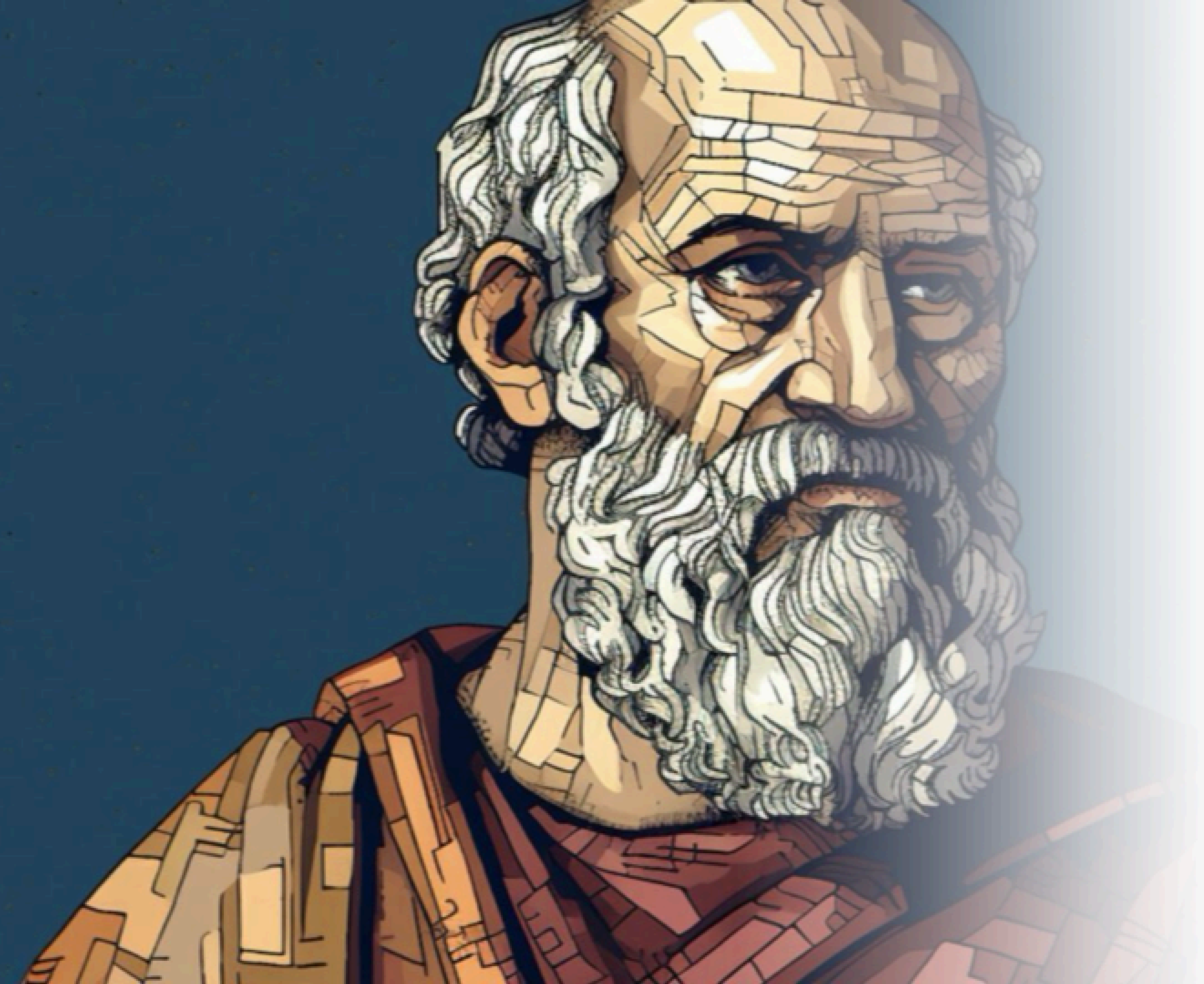




Vitalistisk medisin er bedre, mer bærekraftig.  
Har en holistisk og naturlig tilnærming.



# VITALISTISK MEDISIN



# Hippokrates

«Mennesker er skapt for å være sunne så lenge de er hele i kropp, sinn og ånd»

«Mennesker har medfødte selvhelbredende egenskaper som kommer innenfra og den strever alltid mot best mulig helse»

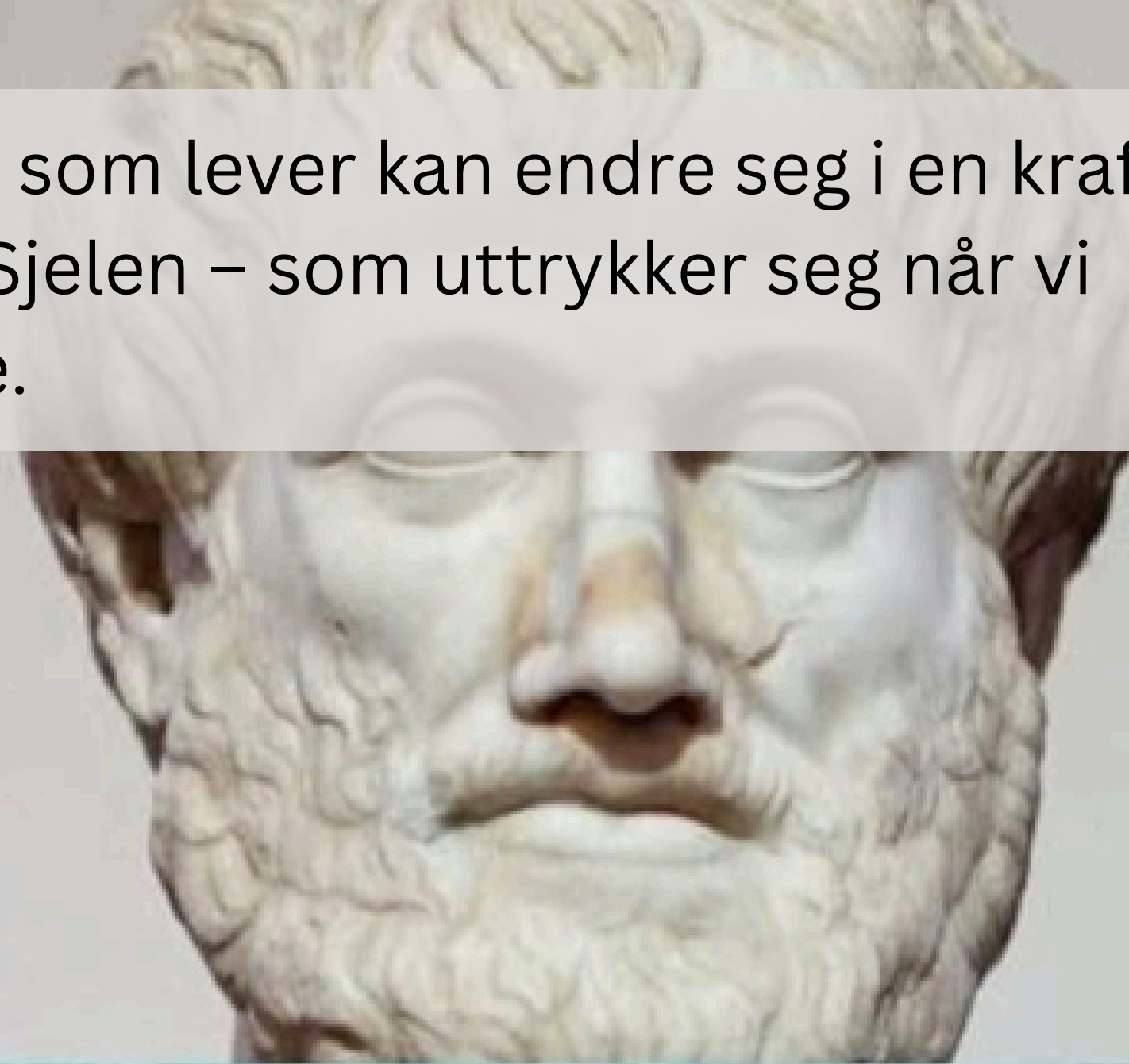


Asistoteles mente at den som lever kan endre seg i en kraft av seg selv fra innsiden. Sjelen – som uttrykker seg når vi realiserer vårt potensiale.

«Når vår intelligente kropp gjør alt den kan for å holde seg frisk og rask – så uttrykker den sjelen sin.»

# ON THE SOUL

ARISTOTELES







Se på eiketreet som et eksempel, hvor et frø (nøtt) blir til noe levende om det putter i jorden, får god jord, lys og vann. Endringene kommer fra frøet.

Neste kontrollidag: .....  
(Skriv med blyant)

Helsestasjonene vil søke å fremme barnets helse slik at barnet kan leve opp med best mulig kroppslig og sjælelig helsetilstand.

For å nå dette mål ønsker stasjonene å ha barnet under regelmessig legekontroll, å beskytte barnet ved de nødvendige vaksinasjoner, og å veilede mødrene om kosthold, barnestell o.l.

Stasjonens arbeid er av forebyggende art — behandling av eventuelle sykdommer må skje hos privatlege.

Barn med smittsom sykdom eller i hvis hjem der er smittsom sykdom må ikke bringes til stasjonen av hensyn til andre barn.

Skifte av bosted eller annen grunn til opphør av kontrollen bes meldt til helsestasjonen. Likeså hvis barnet er sykt.

Hvis barnet er utsatt for en ulykke, skal legen eller sykehuset ha beskjed om barnet er vaksinert mot stivkrampe. Barnet vil da få tetanusvaksine, ikke serum. Tetanusvaksine er ufarlig, mens tetanusserum undertiden kan ha meget behagelige bivirkninger.

Leiekort og spiseliste tas med ved hvert besøk.

Vaksinasjoner og undersøkelser m.v.				
Datum				
Kopper				
Kakhoste	03-81	08-81	10-81	10-81
Difteri	14-81	17-81	20-81	15-82
Sivertuss (Tetani)				
Mestinger	17-81			
Polio-vaksine	21-81	10-82	17-82	
BCG				
Tub. prøve				
Hæmoglobin				

Utgitt av Helsedirektoratet (modell: prof. dr. med. A. Sundt).

D. P. A/S. 1-77. 1980.

Neste kontrollidag: .....  
(Skriv med blyant)

Helsestasjonene vil søke å fremme barnets helse slik at barnet kan leve opp med best mulig kroppslig og sjælelig helsetilstand.

For å nå dette mål ønsker stasjonene å ha barnet under regelmessig legekontroll, å beskytte barnet ved de nødvendige vaksinasjoner, og å veilede mødrene om kosthold, barnestell o.l.

Stasjonens arbeid er av forebyggende art — behandling av eventuelle sykdommer må skje hos privatlege.


Barn med smittsom sykdom eller i hvis hjem der er smittsom sykdom må ikke bringes til stasjonen av hensyn til andre barn.

Skifte av bosted eller annen grunn til opphør av kontrollen bes meldt til helsestasjonen. Likeså hvis barnet er sykt.

Hvis barnet er utsatt for en ulykke, skal legen eller sykehuset ha beskjed om barnet er vaksinert mot stivkrampe. Barnet vil da få tetanusvaksine, ikke serum. Tetanusvaksine er ufarlig, mens tetanusserum undertiden kan ha meget behagelige bivirkninger.

Leiekort og spiseliste tas med ved hvert besøk.

Norge begynner sin mekanistiske tilnærming så fort barnet er kommet til verden. Foreldre vet ikke bedre, og stoler på helsestasjonen.



# "Please don't poison me"

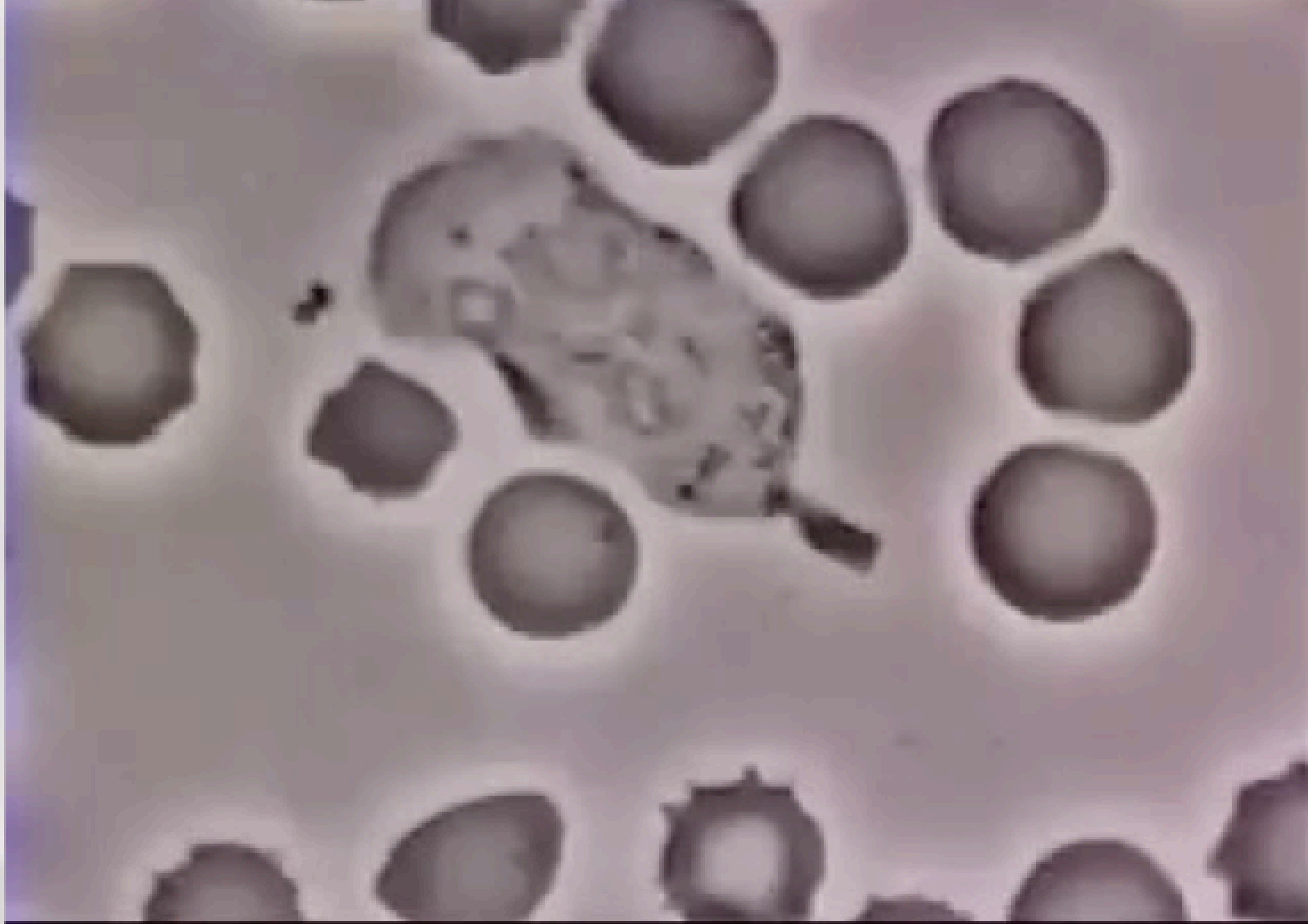
I have an immune system

En baby er et mirakel som består av 30 billioner differensierte celler med øyne, ører, fingre, og organer. Så fort babyen blir født begynner den mekanistiske tilnærmingen. For en stressende start på livet!

TABELL 1: BARNEVAKSINASJONSPROGRAMMET I NORGE

Alder	Vaksinasjon mot
6 uker*	Rotavirussykdom
3 måneder	Rotavirussykdom Difteri, tetanus, kikhoste, poliomyelitt, <i>Haemophilus influenzae</i> -type B- og hepatitt B-infeksjon (DTP-IPV-Hib-Hep B) Pneumokokksykdom (PKV)
5 måneder	DTP-IPV-Hib-Hep B og PKV
12 måneder	DTP-IPV-Hib-Hep B og PKV
15 måneder	Meslinger, kuma, røde hunder (MMR)
2. trinn (ca. 7 år)	DTP-IPV
6. trinn (ca. 11 år)	MMR
7. trinn (ca. 12 år)	Humant papillomavirus (HPV), 2 doser
10. trinn (ca. 15 år)	dTP-IPV
Barn med foreldre fra høyendemiske land	Tuberkulose (BCG)**

Når dette mirakelet er 6 uker, så «trenger» dette mirakelet en <sup>Kilde: FHI</sup> rutinemessig vaksine, en av mange, mange vaksiner i løpet av barneårene. Helsevesenet har sikkert gode intensjoner, men hva som premisset er feil? Hva om kroppen vår med sitt fantastiske immunsystem vet best?



Når vi får infeksjon i kroppen, øker temperaturen som setter fart på immunceller. Immunceller jager bakterier. Dette er en intelligent prosess hvor immunsystemet ordner opp selv uten at vi er klar over det. Er det logisk å forstyrre denne prosessen?



Walter B. Cannon (1871–1945)

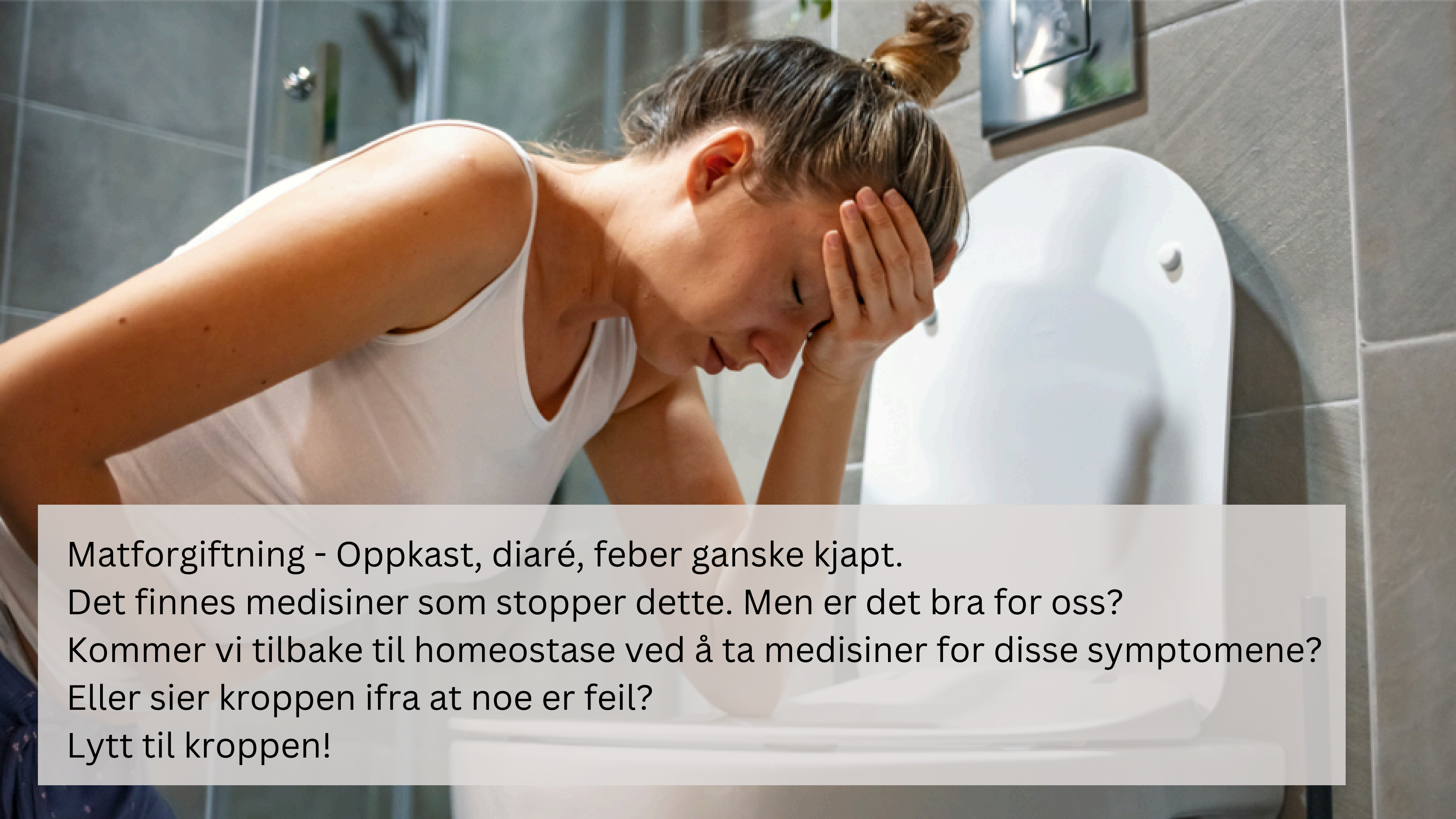
Homeostase er rett og slett kroppens indre balanse.



Walter B. Cannon  
(1871–1945)

Kom med begrepet «homeostase» og skrev i sin bok at menneskekroppen opprettholder sine indre prosesser i en tilstand av likevekt ved å kontinuerlig kompensere for de forstyrrende effektene av ytre krefter.



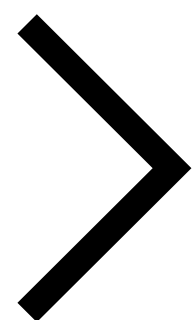


Matforgiftning - Oppkast, diaré, feber ganske kjapt.  
Det finnes medisiner som stopper dette. Men er det bra for oss?  
Kommer vi tilbake til homeostase ved å ta medisiner for disse symptomene?  
Eller sier kroppen ifra at noe er feil?  
Lytt til kroppen!

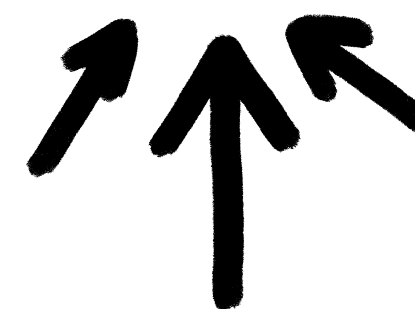
## Noen av virkningene av antidepressiva er følgende:



- Kvalme og opapkast
- Tretthet og sløvhhet
- Svimmelhet
- Vektøkning eller vekttap
- Mageproblemer (magesår, halsbrann, fordøyelsesproblemer)
- Avhengighet
- Redusert immunrespons
- Hormonelle forstyrrelser (humørsvingninger, uregelmessig menstruasjon)
- Høyt blodtrykk
- Leverskade
- Hjerteproblemer (hjerteinfarkt, rytmeforstyrrelser)
- Søvnproblemer (søvnløshet, forstyrret søvn)
- **Psykiske bivirkninger (angst, depresjon, hallusinasjoner)**



Så antidepressive som vi skal ta for blant annet angst, har en virkning som kan utløse angst...  
Bakvendtland!





# Medikamenter: lett å begynne, verre å slutte

9. oktober 2024 | 2024, Aktuelt

**Det er enkelt å starte med et medikament – å slutte kan være mye vanskeligere.**

Mark Horowitz er klinisk forskningsstipendiat i psykiatri i Storbritannias nasjonale helsetjeneste og praktiserende psykiater. Nylig sa han på en forelesningsturné i Australia at leger ikke burde forskrive medikamenter mot depresjon, antidepressiva, uten å advare pasienter om vanskelighetene med å slutte med dem.

*Medikamentene bør komme med instruksjoner om hvordan de kan seponeres på en sikker måte.*

## «Bil uten bremser»

“Du vil ikke selge en bil uten bremser”, sa Horowitz, og fortsatte: “Jeg tror det samme bør gjelde for antidepressiva. Medikamentene bør komme med instruksjoner om hvordan de kan seponeres på en sikker måte.”



Naturlige tilskudd finnes

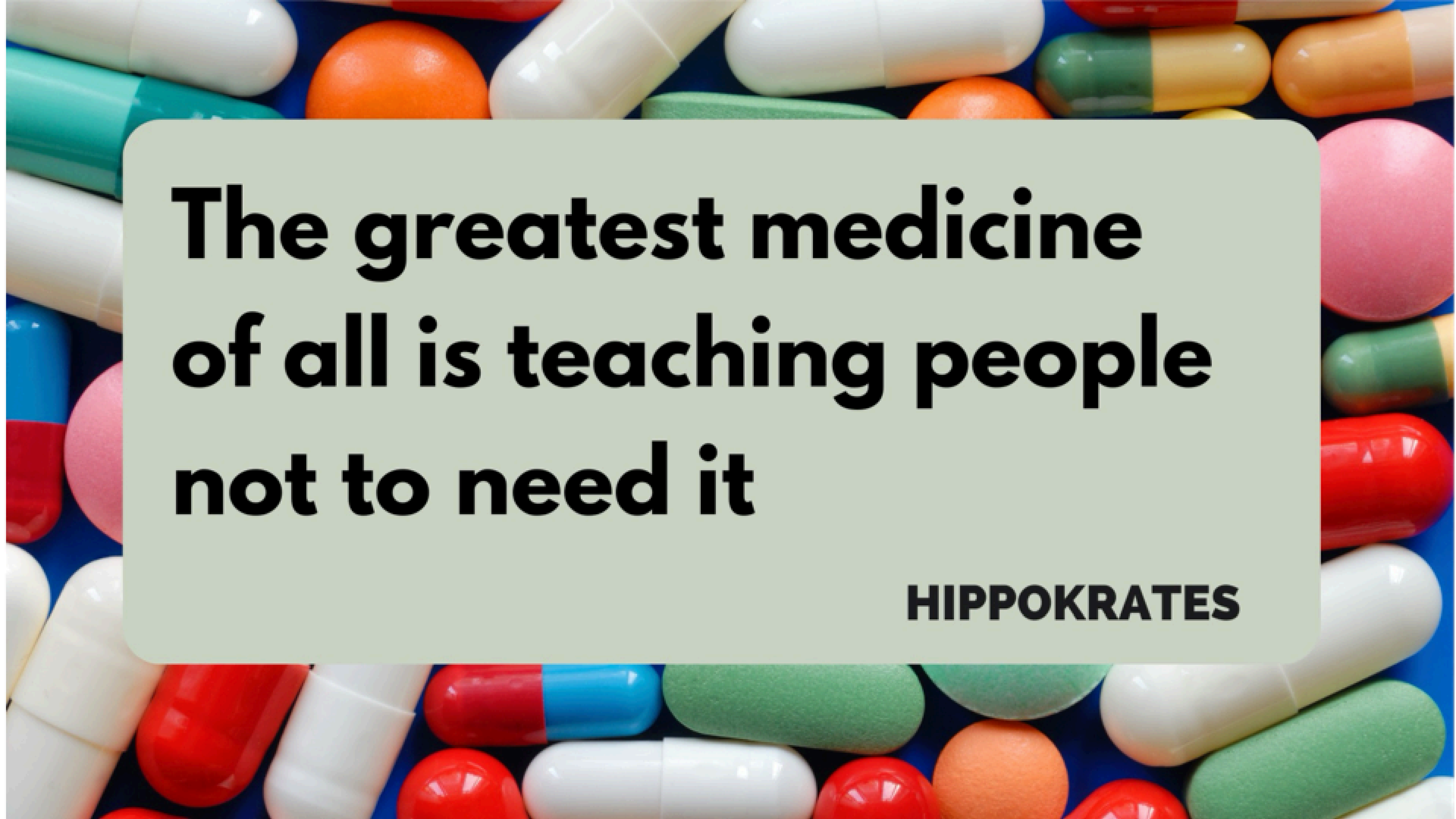
Cannabidiol, Tryptofan, 5-HTP, Johannesurt, Omega-3 fettsyrer eller probiotika.

Vitalistisk – fordi tankeprosessen og intensjon er innenfra og ut.  
Vi ønsker å jobbe på lag med kroppen, tilføre noe den kjenner igjen.

Slik at vi fungerer, har energi, sexlyst, klart hodet osv osv.

Reseptbelagte medikamenter – er det fordi vi har UNDERSKUDD på medisiner som sobril, ritalin, kodein, antibiotika, vaksiner, viagraosv?





**The greatest medicine  
of all is teaching people  
not to need it**

**HIPPOKRATES**



**mels.**

Pust inn i 4 sekunder, hold i 4 sekunder, pust ut i 6 sekunder



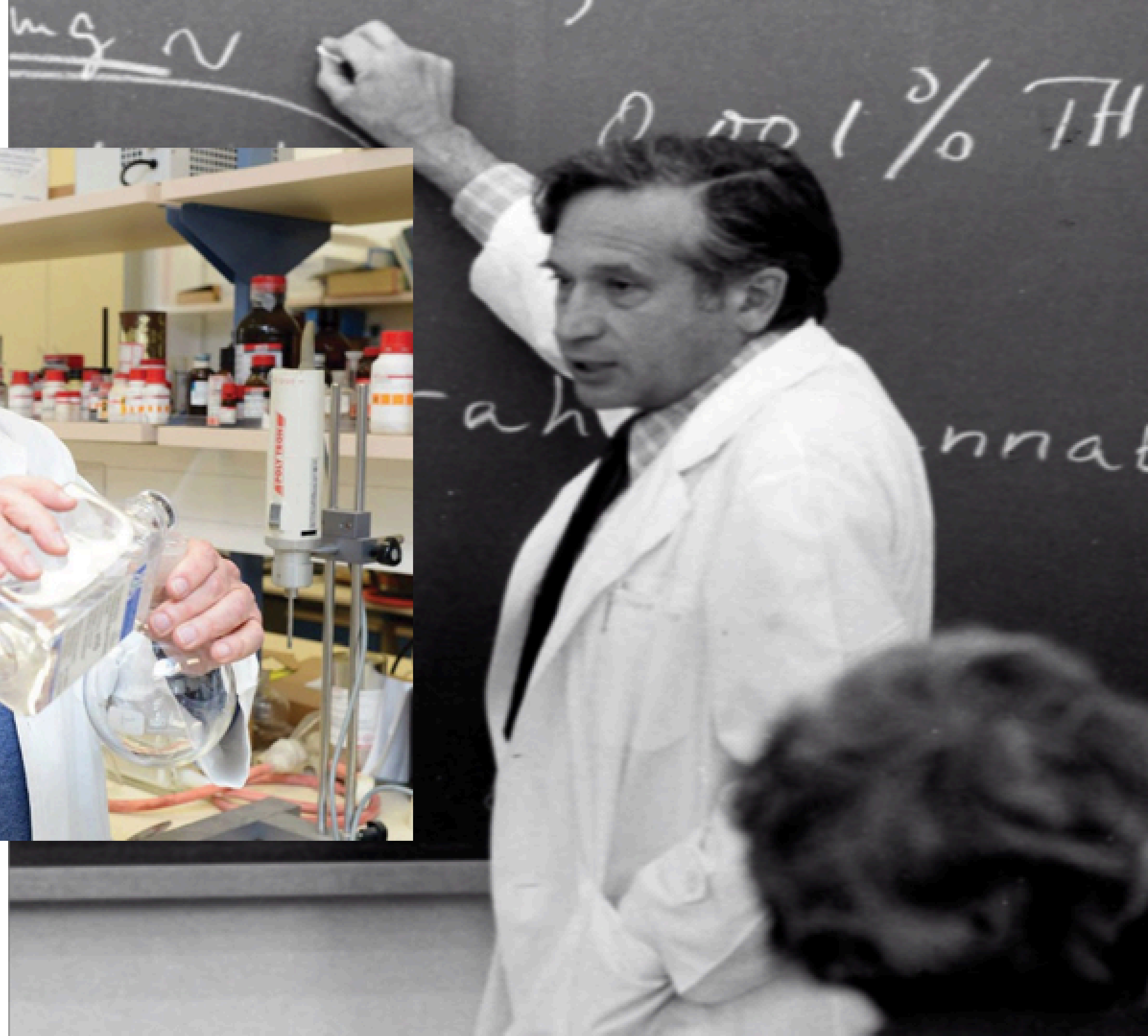


The illustration features a green background with a repeating leaf pattern. On the left, a large, dark blue, curved shape represents a brain or organ, with several small green circles and a larger concentric circle pattern on its surface. To the right, a white silhouette of a human figure is shown, with numerous small green and dark blue dots scattered across its body, representing the distribution of the endocannabinoid system. A horizontal beige band is positioned across the middle of the image, containing the text 'Endocannabinoidsystemet'.

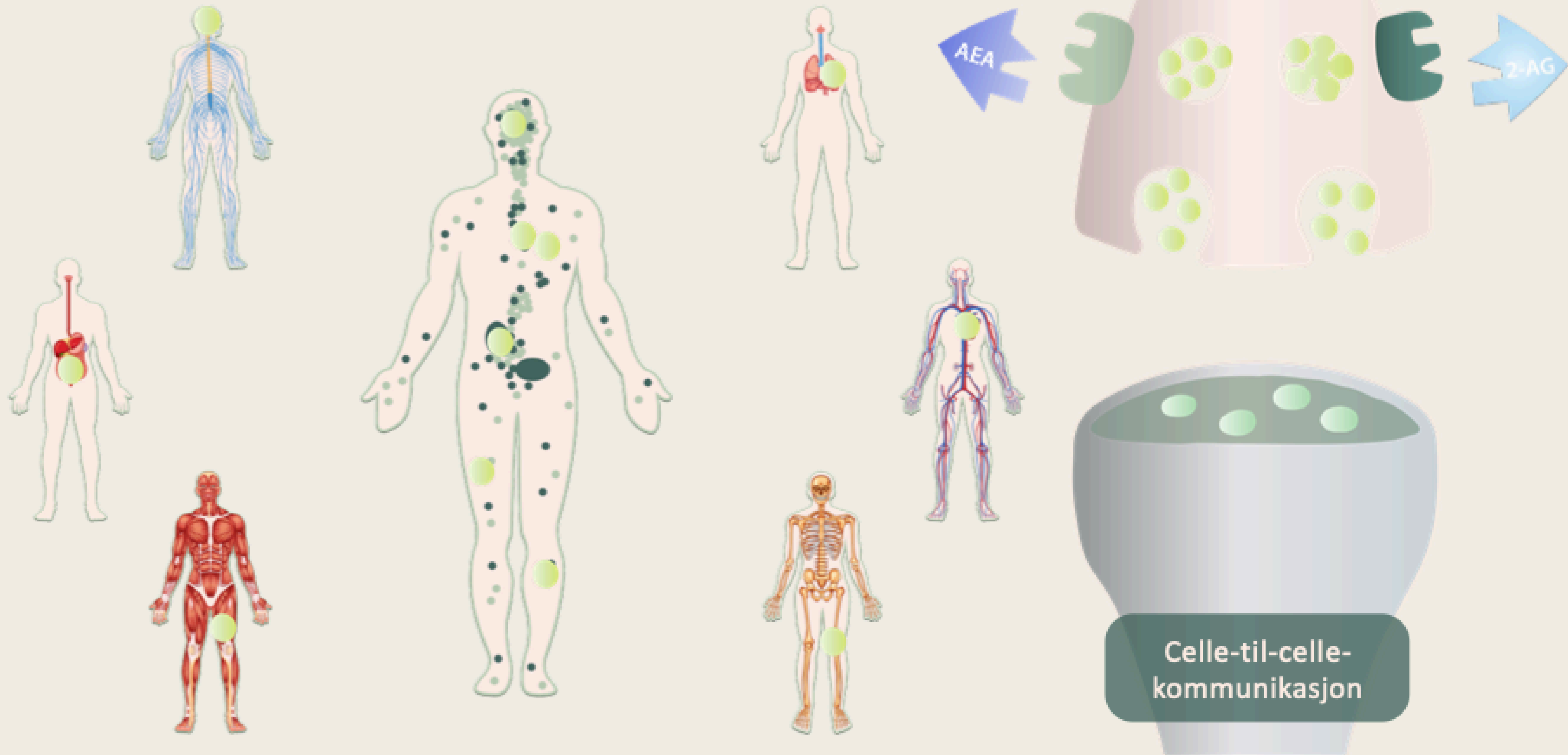
# Endocannabinoidsystemet



Dr. Raphael Mechoulam



# ENDOCANNABINOIDSYSTEMET (ECS)

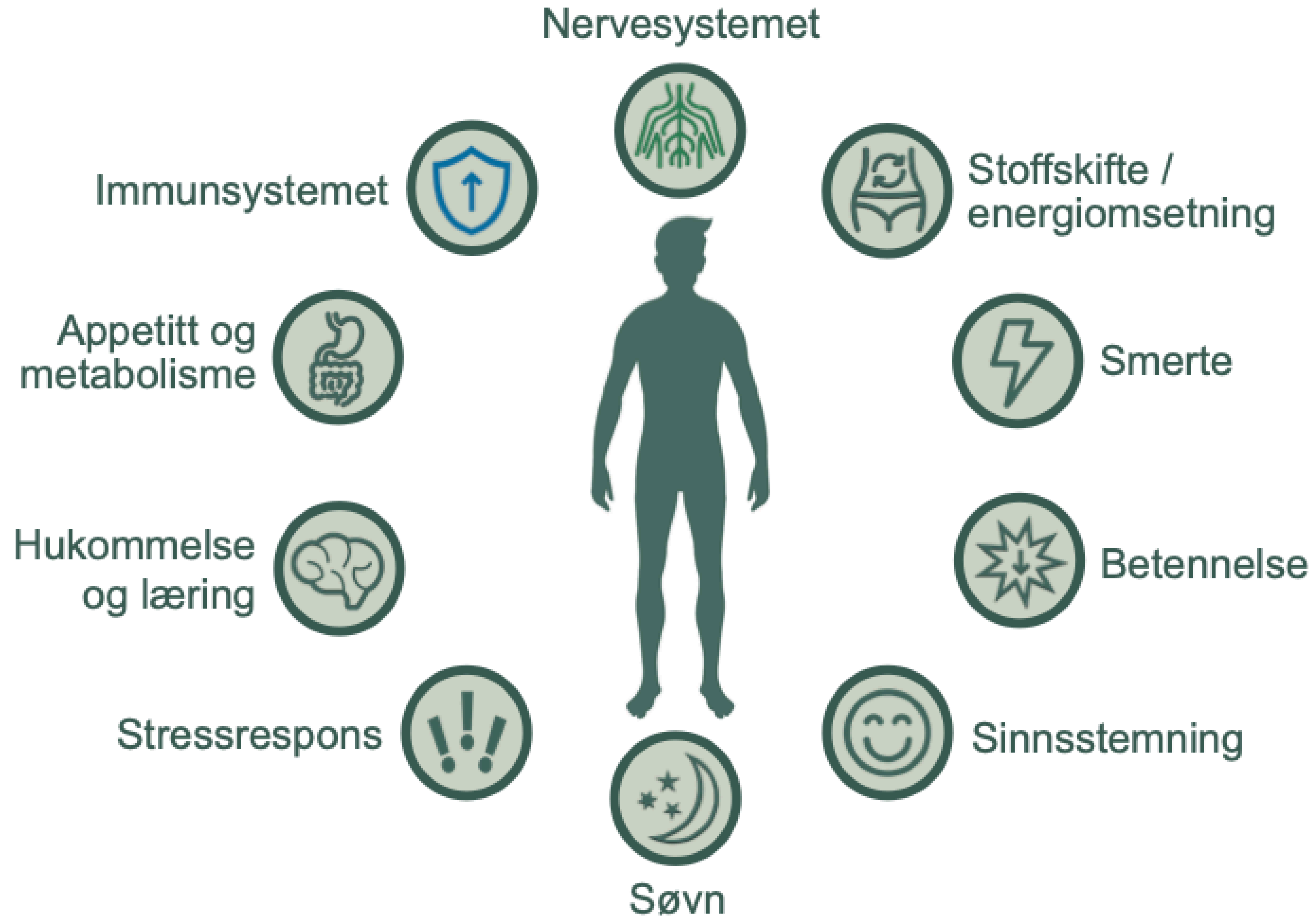




Som en dirigent som dirigerer et symfoniorkester, så koordinerer Endocannabinoidsystemet kommunikasjonen mellom celler og systemer for å sikre kroppens optimale funksjon.

Dette undervises ikke på legestudiet.

Endocannabinoidsystemet regulerer de fleste prosesser i kroppen.





Review

## Anti-Cancer and Anti-Proliferative Potential of Cannabidiol: A Cellular and Molecular Perspective

Manamele Dannies Mashabela et al. Int J Mol Sci. 2024.

Show details



Full text links



Cite



### Abstract

Cannabinoids, the bioactive compounds found in *Cannabis sativa*, have been used for medicinal purposes for centuries, with early discoveries dating back to the BC era (BCE). However, the increased recreational use of cannabis has led to a negative perception of its medicinal and food applications, resulting in

En studie som viser CBDs krefthemmende effekt gjennom blant annet å påvirke reseptorene CB1, CB2 som utgjør en del av endocannabinoidsystemet. Når CBD aktiverer disse reseptorene, kan det hindre kreftceller i å vokse og spre seg.

CBDs krefthemmende effekt gjennom å påvirke reseptorene CB1 (cannabinoidreseptor 1) og CB2 (cannabinoidreseptor 2).



Open Access



Cite



Share



Jump to

ARTICLE | August 14, 2024

# **Bidirectional Effect of Long-Term $\Delta^9$ -Tetrahydrocannabinol Treatment on mTOR Activity and Metabolome** Click to copy article link

Andras Bilkei-Gorzo\*, Britta Schurmann, Marion Schneider, Michael Kraemer, Prakash Nidadavolu, Eva C. Beins, Christa E. Müller, Mona Dvir-Ginzberg, and Andreas Zimmer

Neste studie handler mer om THC og her konkluderes det med at THC kan gjenopplive kognitive funksjoner gjennom å påvirke nevroner i hjernen.

THC kan gjenopplive kognitive funksjoner gjennom å påvirke nervebaner i hjernen

mTOR  
(mammalian Target of Rapamycin)

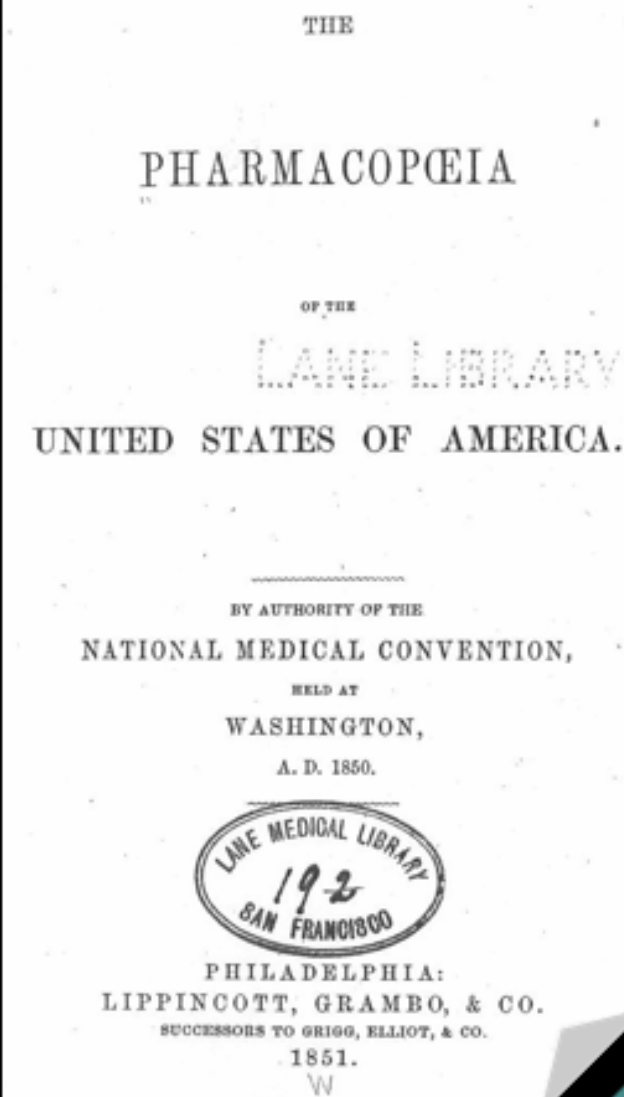








Dr. William O'Shaughnessy



Cannabis ble introdusert til vestlig medisin i 1841 - William Shaughnessy brakte den fra India til Europa og videre til USA, og i 1850 ble det oppført som medisin i United States sin Pharmacopeia.

Her i Norge stod cannabis oppført i felleskatalogen, og ble solgt på de fleste apotek rundt om i landet. Det ble funnet cannabisfrø i en lærpose i Osebergskipet - våre forfedre brukte cannabis til en rekke formål.





På 1800 og starten på 1900-tallet rekvirerte leger cannabistinkturer som medisin for bla.a smerte, søvnløshet, migrene og depresjon....

Cannabis var på et tidspunkt den mest brukte medisinen for alle typer sykdommer og symptomer og det var helt vanlig å ha cannabis i medisinskapet hjemme - det var trygt, effektivt og uten bivirkninger.



Ulovliggjort i 1937 – Rockefeller fikk cannabis fjernet og erstattet med oljebaserte medisiner.

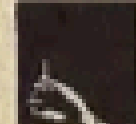







Cannabis har aldri noen gang i historien tatt et menneskeliv, det er ikke fysisk mulig.



*Beware!* Young and Old — People in All Walks of Life!

This  may be handed you   
by the friendly stranger. It contains the Killer Drug  
"Marihuana"—a powerful narcotic in which lurks  
**Murder! Insanity! Death!**



**WARNING!**  
Dope peddlers are shrewd! They may  
put some of this drug in the  or  
in the  or in the tobacco cigarette.

WRITE FOR DETAILED INFORMATION, ENCL. 12 CENTS IN POSTAGE — MAILING COST

**Address: THE INTER-STATE NARCOTIC ASSOCIATION**  
(Incorporated not for profit)  
**53 W. Jackson Blvd. Chicago, Illinois, U. S. A.**



A detailed collage of various cannabis products and raw materials. At the top, several green cannabis leaves are scattered. Below them, there are dried cannabis buds in small bowls and containers. In the center, there are several glass dropper bottles of different sizes and colors (white, black, blue) containing oils or tinctures. To the left, there are stacks of round, golden-brown edibles. In the foreground, there are various colorful edibles, including pink star-shaped candies, orange and green gummies, and a dark chocolate cookie with small candies on top. To the right, there are more dried buds and a rolled cigarette. The entire scene is set against a warm, wooden background.


I dag er Cannabis på vei tilbake som en av de mest banebrytende plantemedisinene vi har tilgjengelig.

Grunnen er fytocannabinoidene – CBD er den mest kjente. Disse fungerer så bra på oss fordi de ligner på kroppens egenproduserte endocannabinoider. Regarer med de samme reseptorene.

*“Clinical Endocannabinoid  
Deficiency”*

“Endocannabinoidunderskudd”

Dr. Ethan Russo



Livsstilen vår - vi beveger oss lengre og lengre bort fra en naturlig livsstil. Mens det for 60 år siden kunne være seks-syv forskjellige giftstoffer i menneskekroppen, finner man i dag hundrevis slik fluor, sprøytemidler, parabener, toksiner, plantevernmidler, kvikksølv, teflon og tungmetaller



Kunstig blått lys – for å holde oss våkne og oppmerksomme.  
Så pilotene kan lande flyene sine.





## Blått lys overalt

Lysstoffrør finnes på offentlige bygg som sykehus, eldrehjem og skoler.

Det blå lyset forstyrrer dopamin-belønning-senteret i hjernen.

Vi blir rett og slett mindre motiverte, til det fordummende.

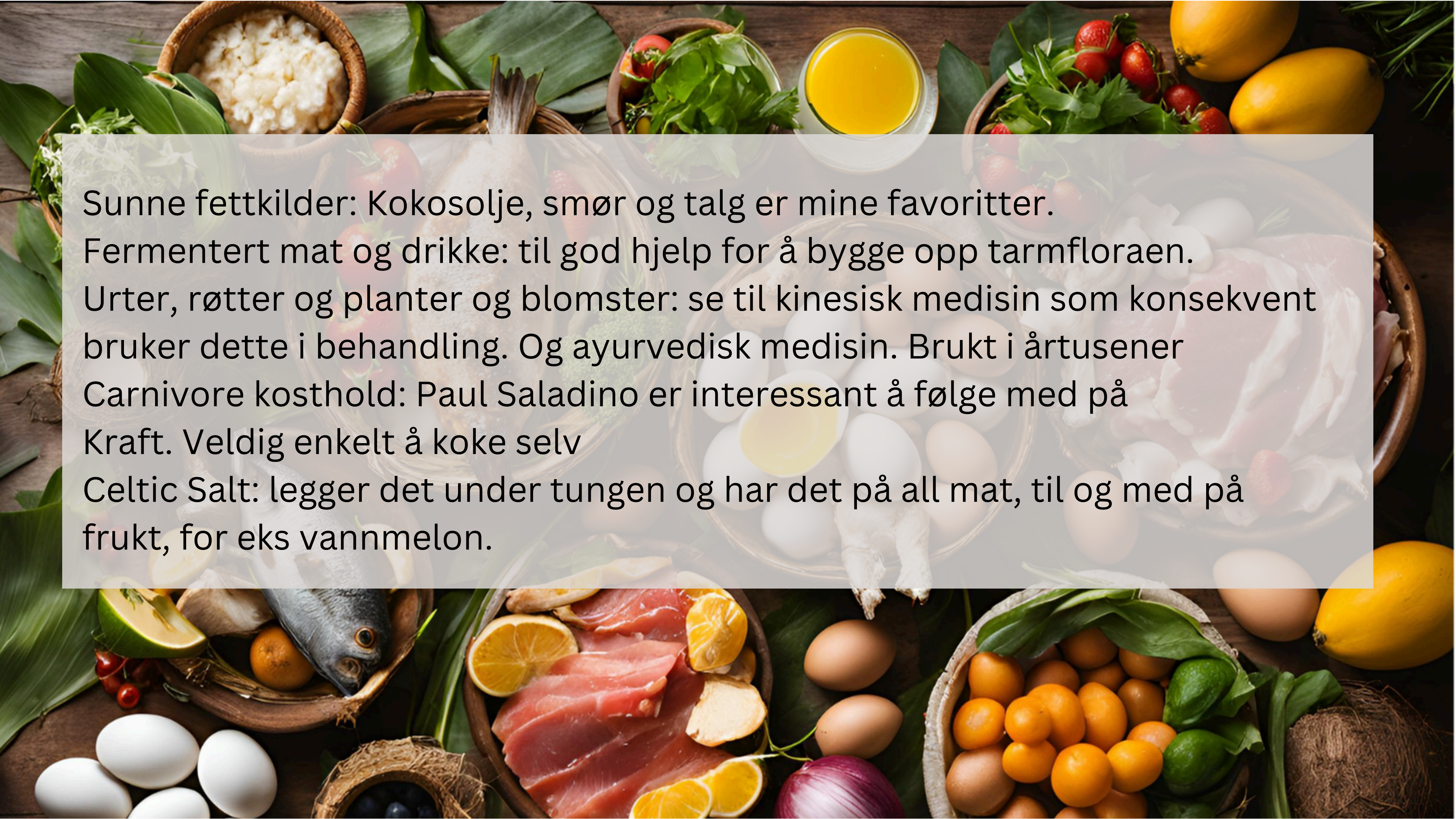
Og hva gjør det med barna våre?

# How Light 💡 Affects Attention Span



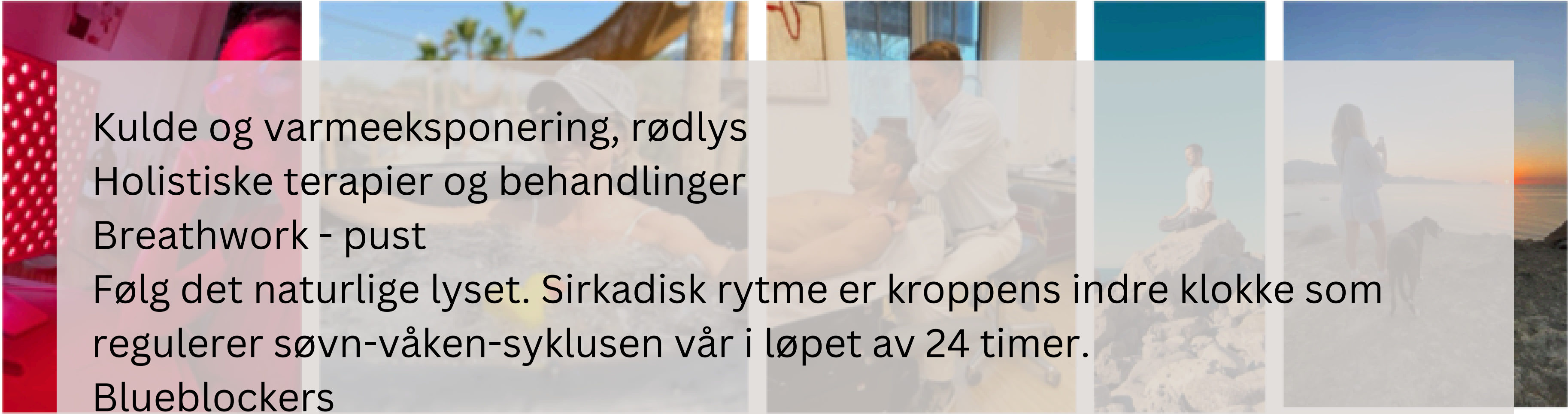
**timelapse  
cameras  
were used in a**





Sunne fettkilder: Kokosolje, smør og talg er mine favoritter.  
Fermentert mat og drikke: til god hjelp for å bygge opp tarmfloraen.  
Urter, røtter og planter og blomster: se til kinesisk medisin som konsekvent bruker dette i behandling. Og ayurvedisk medisin. Brukt i årtusener  
Carnivore kosthold: Paul Saladino er interessant å følge med på  
Kraft. Veldig enkelt å koke selv  
Celtic Salt: legger det under tungen og har det på all mat, til og med på frukt, for eks vannmelon.






Kulde og varmeeeksponering, rødlys  
Holistiske terapier og behandlinger

Breathwork - pust

Følg det naturlige lyset. Sirkadisk rytme er kroppens indre klokke som regulerer søvn-våken-syklusen vår i løpet av 24 timer.

Blueblockers



Jording - ligg på “ladematte” /jordingslaken

Samvær med dyr - bra for immunsystemet og veldig koselig

Kutte alkohol gjør underverker for søvn.



Til inspirasjon:

Barbara O'Neill - fronter alternativ medisin

Dr. Mark Hyman - lege som bruker mat som medisin m.m.

Dr. Zach Bush Visste dere at om en kvinne bruker en 5-dagers antibiotikakur, har hun 24% sjanse for å utvikle depresjon det påfølgende året?

Dag Poleszynski og Jens Veiersted - To kloke hoder med mye kunnskap

Joe Dispenza - Manifestering. Det handler om hvordan bevisst fokusering på det vi ønsker, kan forme vår virkelighet.

Dr. Joseph Mercola, den første som gikk ut i media og sa at covid ikke var farlig. Han ble filleristet for utsagnene sine, men så viste det seg at han hadde rett. Nå kommer snart ut med sin nye bok, Cellular Health

Fellestrekket er at alle tenker innside-ut og ikke utside-inn

Det er hva vitalistisk helse dreier seg om.



Kosttilskudd –Akkurat nå er disse mine favoritter.

- CBD - MELS CBD
- Soppekstrakter
- Shilajit: En svart, kvaelignende substans som finnes i Himalayafjellene. Shilajit har blitt brukt i ayurvedisk medisin i tusenvis av år.
- Kollagenpeptider: For å støtte hud, hår, negler og knirkende ledd.
- Også har vi jo selvfølgelig mye annet gunstig for oss, som magnesium chlorella, aktivert kull, probiotika, omega 3 osv osv.





# Takk for oppmerksomheten!

**Scan QR koden for  
å laste ned mine  
gratis e-bøker**



**mels.**

Melissa Thelwall