

Ja, jy kan HERSTEL



van multipele sklerose

—deur Diederick Reid

Ongeveer twee jaar gelede (2015) is ek met multipele sklerose (MS) ge-diagnoseer. Ek het gedink my lewe sal nooit weer dieselfde wees nie, maar soos dit blyk, is dit nou selfs beter as ooit tevore.

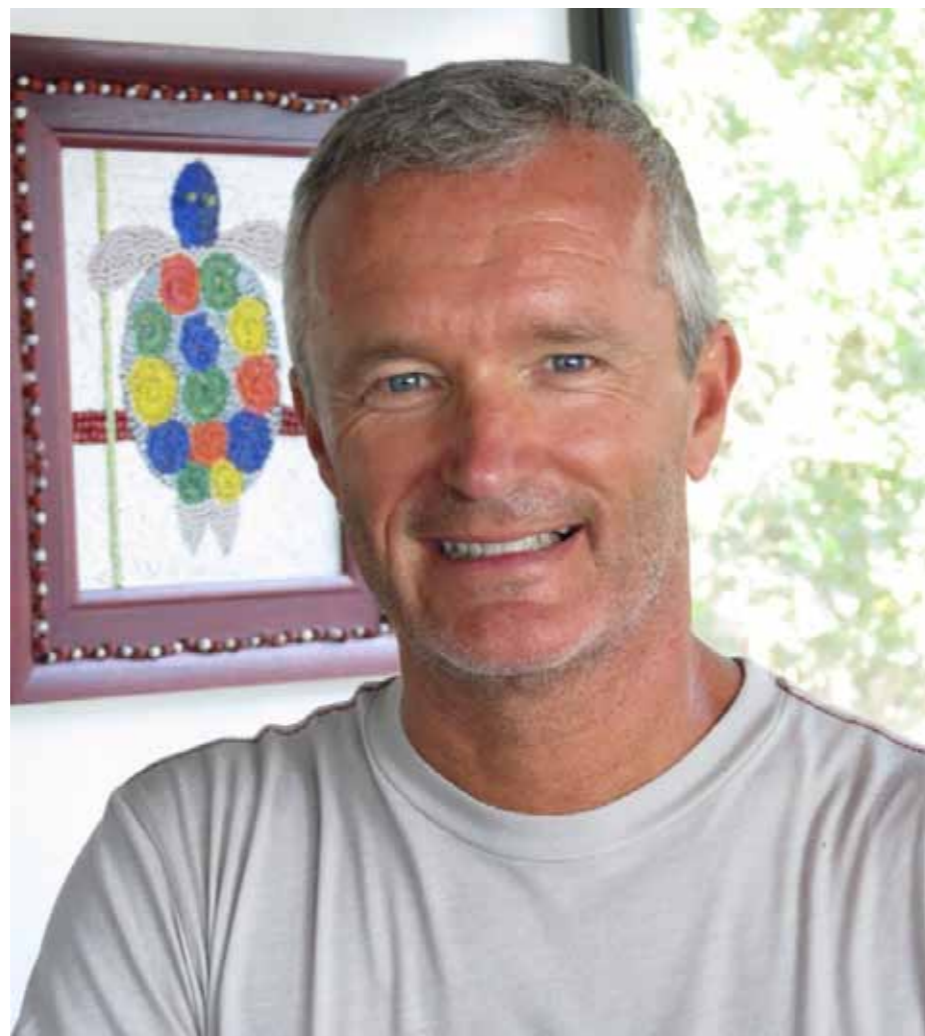
Skok en verlies

Die aanvanklike skok van so 'n diagnose is verwoestend. Behalwe die fisieke agteruitgang is die emosionele agteruitgang waarskynlik selfs erger. Ek het aan die sogenaamde 'brain fog' geleë; my denke was nie helder nie, ek het aan konstante moegheid gely en in my geval het ek die gebruik van my linkerhand verloor asook die verlies van fyn motoriese koördinasie.

Desperate soeke na ander opsies

My vrou was voorheen 'n verpleegster, dus het ons van die begin af opsies begin ondersoek omdat daar geen erkende kuur vir MS is nie. Ons het ondersoek ingestel na wat beskikbaar is en dit lei 'n mens natuurlik na alternatiewe metodes.

“Dit het gevoel asof die lig skielik aangeskakel is. My brein was weer helder..”



Nuttige boeke vol hoop

Die eerste twee boeke wat ek gelees het, was *The Wahls Protocol* van dr. Terry Wahls en Johan Jacobs se boek, *Go Natural – Wisdom for Healthy Living*. Johan se boek lig onder meer die gevare van mondpatoëlogie uit. Sy boek het my geleë na dr. Hal Huggins se boek, *Solving the MS Mystery, Help Hope and Recovery*. Hierdie boeke het ook oor die gevare in jou mond gepraat en die veilige tandheekkundige protokol behandel. Dit was lewensredders omdat ek deur die lees van hierdie boeke besef het 'n mens se lig-

gaam kan homself genees indien dit ontvang wat dit nodig het.

Nuwe inspirasie

Ek het Johan later in Somerset-Wes gaan besoek en sien is glo – ek wou sien of alles waarop hy aanspraak gemaak het die waarheid is. Hy was alles wat hy gesê het hy is; hy voeg die daad by die woord. Ek was reeds op 'n baie streng dieet soos in sy boek voorgeskryf, en het dus reeds met my reis begin, maar hy het my opnuut geïnspireer en daarbenewens het ek elke dag geoefen

om my liggaam aktief te hou.

'n Lewensveranderende besoek aan die tandarts

Ek sal nooit my besoek vergeet aan die tandarts wat deur Johan aanbeveel is nie. Hy het my stopsels volgens die korrekte metode verwyder en alle wortelkanaalbehandelings verwyder – die ware genesing kon begin. Nadat die prosedure uitgevoer is, het ek twee aande later wakker geskrik en dit het gevoel asof die lig skielik aangeskakel is. My brein was weer helder; ek kon weer helder dink.

Dit is nou twee jaar later en ek voel fantasties! My energievlakke is hoog.

Ek gebruik Johan se boek dikwels as verwysing, maar dit is regtig eenvoudig. Maak seker dat die kos van 'n goeie bron afkomstig is (verkieslik organies, vars en onverwerk), en absoluut géén kitskosse en bymiddels of preserveermiddels nie.

Op die regte spoor

Ek het dikwels van my stappie op die strand teruggekeer waar ek letterlik kon voel hoe my liggaam besig is om te genees; asof dit my bedank vir die verandering. Dit mag dalk vreemd klink, maar ek verseker jou dit is die waarheid. Toe dit gebeur, het ek geweet ek is op die regte spoor. Die liggaam is ontwerp om homself te genees as jy dit met voldoende en korrekte nutriënte voed (laat jou kos jou medisyne wees), en uiters belangrik, as al die struikelblokke (kernoorsake) verwyder word.

Simptome verdwyn

Ek het 'n paar maande gelede nog 'n MRI-skandering gehad; die grootste letsels het meer as die helfte gekrimp en die meeste van die kleiner letsels het heeltemal verdwyn. Die beste nuus was egter dat die

“Die liggaam is ontwerp om homself te genees as jy dit met voldoende en korrekte nutriënte voed en absoluut géén kitskosse en bymiddels of preserveermiddels inneem nie.”

grootste letsels nie meer aktief is nie. Interessant genoeg het ek voordat ek siek geword het, ook aan ander simptome gely soos 'n droë vel, skilfers, hoë cholesterol en algemene moegheid – dit was maar altyd teenwoordig; ek het jare lank so geleef. Al hierdie probleme het ook heeltemal verdwyn.

Gebruik van linkerhand herstel

Dit is nou twee jaar later en ek voel fantasties! Ek is feitlik genees, maar het nog 'n entjie om te gaan. My energievlakke is hoog, ek kan my linkerhand weer soos voorheen gebruik



en wat die kroon span – my brein is helder.

Die pad na goeie gesondheid

Ek is baie dankbaar vir al die inligting wat beskikbaar is, maar vir my was die sleutel tot genesing die tandheekkundige hersiening en die eet van werklik gesonde kos (wees

genees is en die bopunt van die leer bereik het. Ek dink nie dit is meer ver nie, maar ek herinner myself daaraan dit is 'n marathon, nie 'n naelloop nie.

As jy nog nie Johan se lewensreddende boek gelees het nie, is dit tyd dat jy ernstig oorweeg om dit te doen en die wysede daarin toe te pas. Dit is prakties en maklik om die instruksies te volg. ■

JOHAN JACOBS is die stigter en outeur van *GO Natural*. Besoek www.gonatural.co.za om sy boek te bestel, asook ander boeke soos *Solving the MS Mystery* van Dr. H.A. Huggins.

ingelig oor waar die kos vandaan kom). Dit gekombineer met oefening sal jou op die pad na goeie gesondheid plaas.

Vriende wat ek 'n geruime tyd nie gesien het nie, merk dikwels op hoe gesond ek lyk en hulle is verbaas wanneer hulle hoor hoe ek dit regkry.

Dit is 'n marathon nie 'n naelloop nie

Ek sien daarna uit om nog 'n getuienis te skryf wanneer ek 100%

