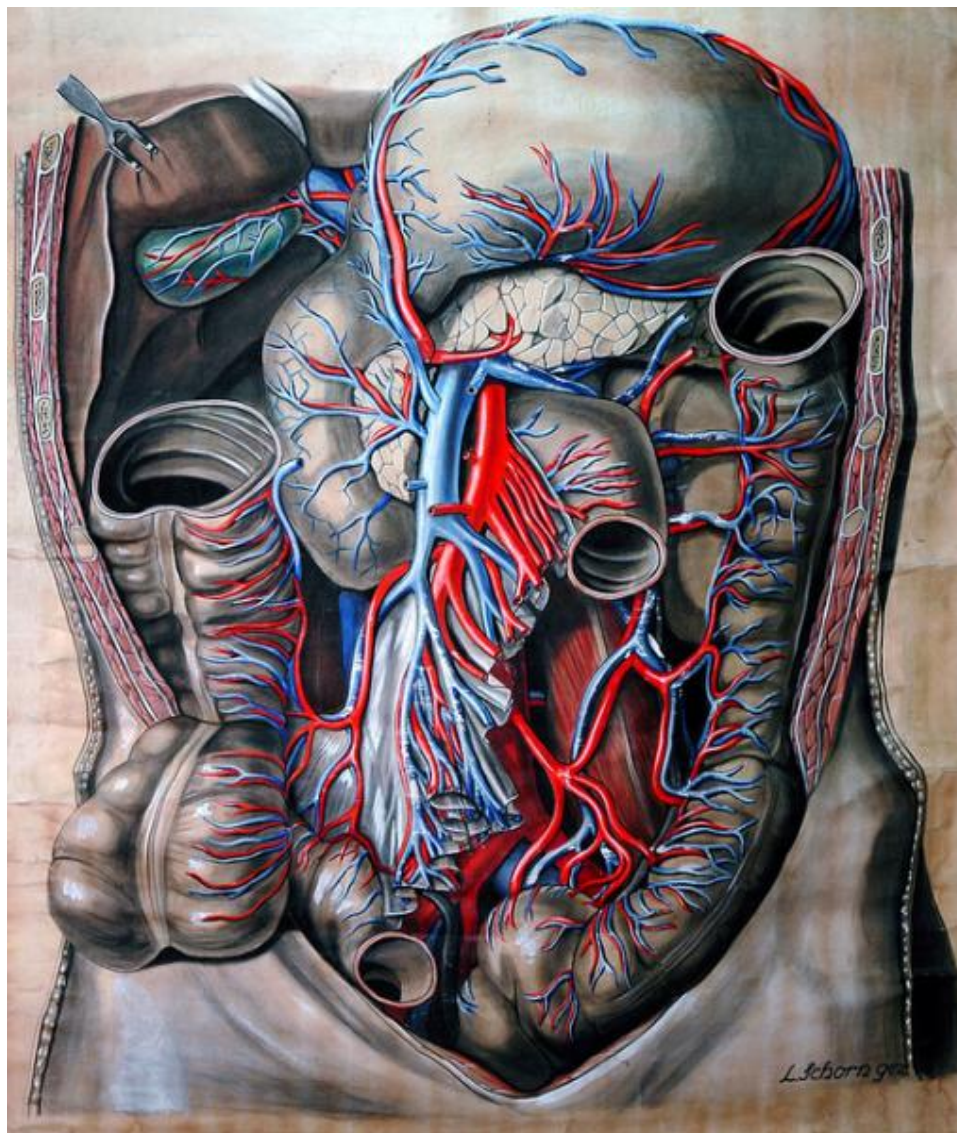


## PERCHÉ L'ACIDO GASTRICO È ESSENZIALE PER LA SALUTE

*Una carenza di acido gastrico può causare indigestione, malassorbimento, gonfiore e, a lungo andare, malattie degenerative, infezioni acute, croniche e persino cancro. È possibile ovviare a questa carenza con una semplice cura a base di acido cloridrico.*

**Una carenza di acido gastrico può causare indigestione, malassorbimento, gonfiore e, a lungo andare, malattie degenerative, infezioni acute, croniche e persino cancro. È possibile ovviare a questa carenza con una semplice cura a base di acido cloridrico.**



**di Elaine Hollingsworth**  
© 2000-2012

**Dimenticate gli slogan: non vi servono gli antiacidi, ma gli acidi!**

Sei "Sai quello che massi" è un'clamorosa da decenni i solvisti. Già, perché non che abbiano torto! Non se il nostro stomaco è stato compromesso da uno spazzatura, alcool, tabacco, stress e farmaci, i gasmi e

Se date retta alla propaganda delle compagnie farmaceutiche, vi sarete convinti che "l'acidità" vada assolutamente neutralizzata. Questa non è altro che una menzogna, spudorata e interessata! Una menzogna da 7 miliardi di dollari per la precisione: è questa la somma che le compagnie farmaceutiche guadagnano ogni anno vendendo i loro dannosissimi farmaci antiacidi e acido-soppressori. E ogni anno questo profitto aumenta: negli Stati Uniti, i farmaci per i problemi dello stomaco e dell'apparato digerente

superiore sono le medicine più vendute.

La rivista professionale *Orthopedic Surgeon* ha scritto:

“Gli antiacidi, medicinali che tante persone assumono di frequente, sono talmente pericolosi che sarebbero già stati ritirati dal mercato, se non fosse per lo strapotere dei cartelli farmaceutici. È noto da decenni che, con ogni loro assunzione, le ossa vengono private di una quantità di calcio compresa fra 130 e 300 mg. Contengono alluminio e, inoltre, contribuiscono all'incidenza del morbo di Alzheimer”.

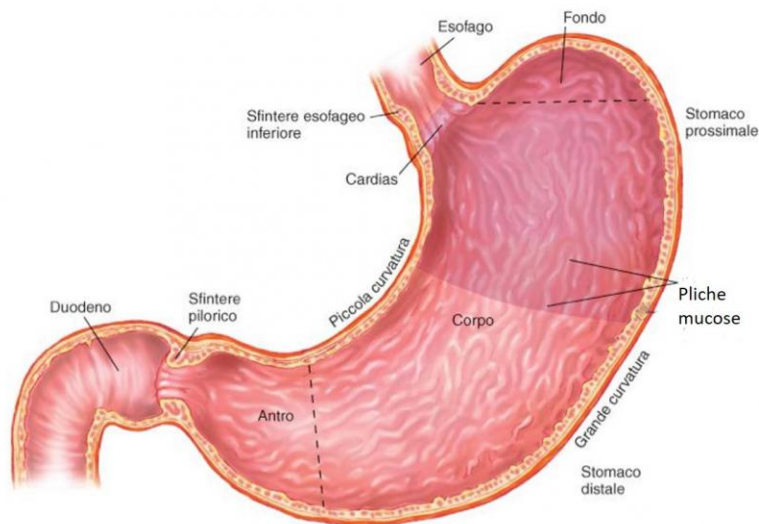
**La Natura non ha messo gli acidi nel nostro stomaco solo per permettere alle compagnie farmaceutiche di guadagnare miliardi sopprimendoli.** Se un ti ha messo aveva un motivo validissimo: adempimento del suo mandato in armonia con il suo progetto. Se manca questo prezioso elemento, gli

## **Ipocloridria: carenza di acidi gastrici**

Il mio primo incontro con gli acidi gastrici mi ha insegnato una lezione che non dimenticherò mai. Negli anni Sessanta vivevo in Europa, e dopo sei mesi di imprudenti abbuffate di pasta in Italia, mi venne un esaurimento. Il medico a cui mi rivolsi non aveva idea di cosa fare, così viaggiai da sola in auto fino a Londra ed ebbi un collasso. I miei amici chiamarono un dottore che mi misurò il polso e mi disse che era pericolosamente basso, da dieci! Poi mi chiese chi fosse il mio familiare più stretto, e pensai di essere in un medico di nome Stampard. Avete testato il vostro acido cloridrico? La prima cosa che disse questo

Non presentavo i sintomi classici dell'ipocloridria, però ricordo che a 16 anni chiedevo al mio medico perché mi si staccassero strati di unghie, perché mi venisse da strizzare tanto gli occhi alla luce del sole e perché soffrissi di cecità notturna. Avrebbe saputo rispondermi se solo si fosse preso la briga di prescrivermi un semplice esame. Ma non lo fece e si limitò a suggerirmi di convivere con quei problemi. Questi e altri problemi di salute che presentavo erano chiari segni della necessità di più acidi, e quest'uomo avrebbe potuto risparmiarmi anni di problemi che sono culminati con un incontro ravvicinato con la morte. Praticamente tutti i medici oggi commettono lo stesso errore. Il medico di Harley Street capì subito tutto. Mi prescrisse una forma potente di gocce di acido cloridrico. Si dovevano diluire e sorseggiare con una cannuccia di vetro per evitare danni allo smalto dentale. Dovevo bere quella pozione prima di ogni pasto e, dopo due settimane, ero in gran forma. Da allora, non ho più smesso di assumere l'acido cloridrico (ma fortunatamente oggi si trova in capsule).

Negli anni Settanta, un mio amico dottore progressista di Los Angeles mi disse che l'acido cloridrico nello stomaco è talmente prezioso che bisognerebbe vietare per legge qualsiasi preparato antiacido. Mi disse anche qualcosa che si è rivelato estremamente prezioso per le persone a cui ho dato consigli nei tanti anni a venire: i medici di quell'epoca di solito non prescrivevano l'acido cloridrico senza prima inserire un tubo che dal naso arrivava allo stomaco per testare i livelli di acidità. Quando espressi orrore, lui rise e mi disse che questa procedura non era necessaria: il modo migliore per determinare se fosse necessario integrare l'acido era prenderne una compressa con un pasto. Se non c'era carenza di acido si sarebbe avvertito un leggero bruciore di stomaco, facilmente curabile bevendo molta acqua.



Oggi esistono altri test.

Un'opzione è un'analisi minerale su un campione di capelli, che misura i macrominerali e i minerali in traccia. Se c'è una carenza di cinque o più minerali, in particolare quelli noti per un cattivo assorbimento quando c'è bassa acidità nello stomaco (come calcio, zinco e ferro), ciò indica una carenza di acidi gastrici. Un altro esame è l'analisi chimica delle feci, per verificare la presenza di proteine non digerite. Anche un bravo iridologo è in grado di diagnosticare una carenza di acidi gastrici. Notate che il pH è una scala per misurare l'acidità o la basicità di un dato ambiente (in questo caso lo stomaco). La scala va da 0 a 14,0: il 7,0 è neutro, i valori sotto il 7,0 sono acidi, quelli superiori a 7,0 sono basici. In genere il livello di acidità dello stomaco ha un pH compreso fra 2,0 e 3,0.

Alcuni medici consigliano la capsula di Heidelberg: si tratta di un minuscolo sensore del pH con una radiotrasmettente compressa nello spazio di una grande capsula vitaminica. Viene inghiottita, legata a un lungo filo, ed espulsa dallo stomaco una volta che il segnale radio ha trasmesso i risultati a una ricevente. È un processo costoso e poco attraente che non tiene conto delle modifiche orarie del pH dello stomaco. Ma alle lobby mediche e farmaceutiche piace molto, perché è "scientifico" e redditizio.

Poi c'è il metodo "prova, e se non brucia è perché ti serve". È veloce, economico e dà risultati immediati. Tuttavia non è scientifico, sebbene (come ho detto prima) un medico mi abbia detto che è accurato e sicuro. Attenzione, però: questo test non deve essere fatto da chiunque soffra di ulcera peptica o utilizzi farmaci antinfiammatori di qualunque tipo, come aspirina, ibuprofene, corticosteroidi (come il prednisone), Indocin, Butazolidin o altri FANS (farmaci antinfiammatori non steroidei). Ad ogni modo, le **Mercola** sul suo sito **Mercola.com** larga dai FANS, considerando che, come riferisce il Dott. **Joseph**

"Nel 1993, su 140.000 ricoveri ospedalieri per osteoartrosi, 25.000 decessi erano stati attribuiti direttamente ad alti dosaggi o uso prolungato di FANS".

Se assumete farmaci di qualsiasi tipo, consultate il medico prima di sperimentare con l'acido cloridrico. I farmaci pericolosi fra quelli prescritti e venduti sono moltissimi, e ne vengono introdotti continuamente di nuovi, quindi potrei averne omesso qualcuno che ha cattive interazioni con l'acido cloridrico. Ricordate che qualsiasi farmaco antinfiammatorio potrebbe causare emorragie gastriche ed ulcere, e la combinazione con acido cloridrico aumenta questo rischio. Chi prende cortisone, anche in dosi inferiori a quelle di sostituzione, deve usare cautela con l'acido cloridrico e farsi assistere da un medico, nel caso scopra che è necessario integrare l'acido cloridrico, sarà più sicuro assumerlo separatamente dal cortisone.

In tutti gli anni in cui mi sono occupata di medicina naturale, non ho mai incontrato nessuno che non abbia tratto beneficio dall'integrazione di acido cloridrico. Questa carenza può essere indotta da molti fattori: lo stress incessante a cui molti sono sottoposti, il cibo spazzatura, gli antibiotici, il fumo attivo o passivo, l'alto consumo di farinacei, la dieta vegetariana, l'invecchiamento, le diete eccessivamente basiche, ecc. Eppure, quasi nessuno pensa mai agli acidi gastrici, se non quando le pubblicità televisive finanziate dalle lobby ci bombardano mettendoci in guardia dalla "acidità di stomaco".

Monitorare i dosaggi dell'acido cloridrico può essere complicato, ma ovviamente un buon indice sono

i risultati. Se ci sono problemi di gonfiore e flatulenza, i sintomi dovrebbero ridursi rapidamente. Se si riscontrano righe longitudinali sulle unghie, che sono pallide e fragili, l'integrazione dovrebbe fare scomparire i segni, e le unghie dovrebbero diventare più forti e rosate. Anche i capelli sciupati e i problemi di pelle dovrebbero migliorare con il tempo, nel quadro di un maggiore senso di benessere generale.

Nei casi di sottoproduzione prolungata di acidi gastrici, per riacquistare la salute potrebbe non bastare mandar giù qualche pillola. Occorre un naturopata esperto che indaghi sulle cause: potrà prescrivere un esame dei minerali nei capelli, che è estremamente utile. È possibile che i livelli di ferro siano gravemente insufficienti, fino a portare all'esaurimento. Anche se è sconcertante, è bene controllare se il dentista non vi abbia avvelenato con il mercurio. I vostri livelli di vitamina B e/o di enzimi sono bassissimi? Conoscendo la verità, è possibile agire per correggere gli squilibri.

Per decenni mi sono sentita una voce fuori dal coro, ma recentemente due importanti medici americani, Jonathan V. Wright e Jane Lenard, hanno scritto l'ottimo libro *Why Stomach Acids Good For You*. Secondo me è questa per riacquistare la salute e migliorare ed assumere i nutrienti di importanza vitale.

## Il rimedio all'aceto di mele

Molte persone nascono con una carenza di acidi gastrici, o la sviluppano durante l'infanzia. Ovviamente, in un mondo perfetto, i bambini dovrebbero avere abbondanti scorte di acido cloridrico... ma non se osserviamo un normale carrello del supermercato riempito di quantità impressionanti di cibi spazzatura, derivati pericolosi della soia e oli della peggior specie. Non c'è da sorprendersi se i nostri figli soffrono di malassorbimento per carenza di acidi gastrici, oltre a tutte le altre malattie causate dall'incredibile quantità di cibi insalubri che i loro piccoli corpi devono metabolizzare! Non c'è da sorprendersi se si ammalano di diabete, asma, infezioni recidivanti di ogni tipo, anemia, parassitosi, celiachia e problemi dermatologici. I dottori Wright e Lenard, nel loro libro, spiegano in che modo i bambini in cura alla loro Tahoma Clinic di Kent, Washington, hanno superato questi terribili disturbi migliorando l'alimentazione e integrando l'acido cloridrico.

Una madre sconvolta mi ha raccontato che suo figlio di quattro anni soffriva di diarrea fin dalla nascita e non aveva mai avuto una mobilità intestinale normale. I tanti medici che lo avevano visitato e gli avevano prescritto farmaci non avevano ottenuto risultati; alla fine le era stato consigliato di andare da uno specialista che avrebbe inserito una sonda nell'ano del bambino. A questo esame, senza alcun dubbio, sarebbe seguita un'operazione dolorosa, dannosa e superflua.

Quando le ho chiesto se ci fossero altri sintomi, la madre mi ha detto che era anemico e aveva la giardiasi. Ho capito immediatamente quale fosse il problema: carenza di acido cloridrico. Fatico a comprendere come i medici abbiano potuto ignorare quello che dovrebbe sapere qualsiasi studente al primo anno di medicina! Il primo sospetto, quando c'è una diagnosi di anemia, dovrebbe essere il livello degli acidi gastrici e, la prima cosa da testare quando si teme una parassitosi – indovinate – l'acido cloridrico. Dato che non sono un medico e non posso prendermi la responsabilità di prescrivere nulla, ho suggerito un rimedio antico e sicuro: un cucchiaino di aceto di mele in un bicchiere d'acqua, da prendere mezz'ora prima dei pasti. Ha funzionato, e oggi il bambino sta bene per la prima volta nella sua vita. Ma per un po' di aceto di mele, questo bambino indifeso ha rischiato di finire danneggiato irreparabilmente da interventi medici superflui. Quando la madre ha detto al dottore che il bimbo ora stava bene grazie a questo rimedio, lui ha risposto: "Oh, ma è ridicolo!".

**Attenzione: non somministrate pillole di acido cloridrico a un bambino che non è in grado di deglutirle o è troppo piccolo per dire se sente calore alla pancia.**

Un altro caso: un migratore dell'Australia occidentale mi ha telefonato con ringraziamenti per questo rimedio. Una prima volta dopo 20 anni non accusava più sintomi.

Queste sono storie comuni e se sono stata d'aiuto a qualcuno non è perché io sia un genio, ma perché nell'establishment medico si insegna a prescrivere farmaci anziché affidarsi alla natura e al buon senso.

Come ho detto, quando l'opzione degli integratori di acido cloridrico non è praticabile, si possono alleviare alcuni, o tutti, i sintomi con un cucchiaino di aceto di mele in un bicchiere d'acqua 30 minuti prima dei pasti. Come spiegano nel loro libro Wright e Lenard:

"Lo dimostra anche la pratica comune di alcune culture di trattare i problemi gastrici con succo di limone o aceto. Tuttavia non è l'ideale. Purtroppo, anche se può esserci un miglioramento dei sintomi, la vera e propria digestione e assimilazione dei nutrienti non ne trae il beneficio che avrebbe con la sostituzione dell'acido cloridrico".

Provare prima con l'aceto è un ottimo modo per decidere se occorre o meno assumere l'acido cloridrico. Fate attenzione con il succo di limone, perché può erodere lo smalto dentale. Oltretutto, sia il succo di limone che l'aceto possono esacerbare la *Candida albicans*.

Wright e Lenard consigliano di partire da una capsula di betaina cloridrato dopo i primi bocconi di cibo. Se non si notano problemi, si può aumentare la dose a due capsule nelle fasi iniziali del pasto. Quindi, purché non si riscontri bruciore di stomaco, la dose si può aumentare ulteriormente dopo qualche giorno, distribuendo durante il pasto le capsule in più.

La quantità di acido cloridrico contenuta nelle pastiglie varia da un paese all'altro: è bene sperimentare con accortezza, se necessario, per trovare la giusta dose. Se, per esempio, il calore si avverte dopo cinque capsule, si ritornerà a quattro capsule per ogni pasto con pari quantità di cibo. Alla fine, una volta che lo stomaco "si è rimesso a posto", ne basteranno dosi minori. Abbiamo scoperto che gran parte dei soggetti alla fine si assesta su una o due capsule a ogni pasto abbondante. Per chi è soggetto a infezioni del tratto urinario, è bene notare che il sovradosaggio di acido cloridrico può irritare la vescica.

## I pericoli dei farmaci acido-soppressori

Il vostro cardiologo vi ha mai avvisati che, come dicono i dottori Wright e Lenard:

"La bassa produzione di acido cloridrico e pepsina nello stomaco è associata a indurimento delle arterie, colesterolo alto, trigliceridi alti, pressione alta e anche obesità: tutti fattori dannosi per il cuore?"

Probabilmente no: lui e i suoi colleghi sono troppo impegnati a prescrivere statine ed eseguire interventi di bypass per pensare a un rimedio così semplice, economico e non invasivo. E il vostro internista? Vi ha menzionato che la quasi-epidemia di parassiti nel mondo occidentale è dovuta, in gran parte, ai farmaci acido-soppressori? Se non lo ha fatto, date retta a quanto dicono Wright e Lenard nel loro ottimo libro, che la carenza di acidi gastrici ci lascia in preda a:

"Salmonella, colera, dissenteria, tifo e tubercolosi, per non parlare di rigurgiti, diarrea, stipsi, gonfiore, flatulenza e parassitosi".

Ho vissuto per tre anni ad Haiti, dove i parassiti sono una piaga e l'inefficacia delle "cure" è uno degli argomenti di conversazione principali alle cene fra amici. All'epoca non sapevo che l'acido cloridrico che avevo portato con me e assumevo religiosamente era l'unico motivo per cui mi ero sottratta a questo spiacevole destino. In seguito, durante la mia permanenza in Africa, India e Sri Lanka, ho avuto l'opportunità di passare la parola e aiutare molte persone sofferenti.

Un altro estratto da *Why Stomach Acid Is Good For You*:

"Non c'è dubbio che la soppressione degli acidi promuova la proliferazione batterica e che questa a sua volta promuova la produzione di composti cancerogeni di nitrosammina. Inoltre non c'è dubbio che i farmaci acido-soppressori favoriscano l'aggravarsi della gastrite atrofica nei soggetti con infezione di *Helicobacter Pylori*, e che la gastrite atrofica sia uno dei principali fattori di rischio per il carcinoma gastrico".

In altre parole, cancro.

Perza. Fronda di achi afferma: "Si può soffrire di reflusso acido e di reflusso gastrico senza doverne aver nulla a che fare con la malattia di Helicobacter pylori". E non è un'opinione infondata. La malattia di Helicobacter pylori è una malattia infettiva.



mangiate, se l'acido cloridrico è insufficiente, lo stomaco tratterrà il cibo più a lungo e il poco acido presente si mescolerà al cibo. Lo stomaco si agiterà ma, dato che non c'è abbastanza acido, anziché svuotare i suoi contenuti nell'intestino tenue, causerà un rigurgito di parte del cibo nell'esofago. Allora, dato che la gola non è protetta dagli acidi dalla stessa barriera mucosa presente nello stomaco, la gola brucerà. Se questo bruciore viene curato con antiacidi, la sensazione cesserà ma il problema continuerà a perpetuarsi finché sarà necessaria un'operazione. Per evitare questo destino, fornite al vostro stomaco ciò di cui ha un disperato bisogno: acido cloridrico con pepsina oltre ad acidofili ed enzimi digestivi. In ogni caso, non fatelo finché non avrete accertato tutte le possibili controindicazioni (ad esempio, non fatelo se avete un'ulcera o assumete FANS). Considerate anche di eliminare zuccheri e farinacei, che potrebbero essere la causa originale del problema.

Se il vostro medico vi ha prescritto inibitori della pompa protonica o antagonisti dei recettori H2 come Prilosec, Prevacid, Zantac, Pepcid e Tagamet, magari questi farmaci non vi uccideranno direttamente, ma ricordate che il Propulsid fece delle vittime prima di essere ritirato dal mercato. Se il vostro medico ha scelto di darvi gli acido-soppressori anziché dirvi come curare naturalmente il vostro stomaco, dovete trovare un altro medico che non sia stato indottrinato senza possibilità di scampo dalle lobby farmaceutiche. Un medico che vi avvisi che questi farmaci sono fra i più letali che potreste mai prendere. Il Prilosec, per esempio, elimina praticamente tutti gli acidi nello stomaco in modo continuo: ciò significa che l'assimilazione necessaria non avviene, e sarete lentamente consumati dall'inedia.

Se vi è stato consigliato un intervento chirurgico per questo disturbo facile da risolvere, riflettete su quanto ha scritto il Dott. Joseph Mercola su *Men's Journal*, nel dicembre 2002:

“Una soluzione chirurgica non dovrebbe essere neppure considerata nella gestione di questo problema puramente fisiologico, e le generazioni future capiranno quanto è folle il nostro attuale modello medico che cerca di curare un problema sostanzialmente biochimico con la chirurgia”.

Abbiamo osservato guarigioni sorprendenti da questo disturbo all'Hippocrates Health Centre, senza nulla di più che la nostra dieta disintossicante. È fuori di dubbio che sia la cattiva alimentazione a creare il vostro stomaco e il vostro sistema digerente, iniziate ad assumere l'acido cloridrico come indicato in precedenza.

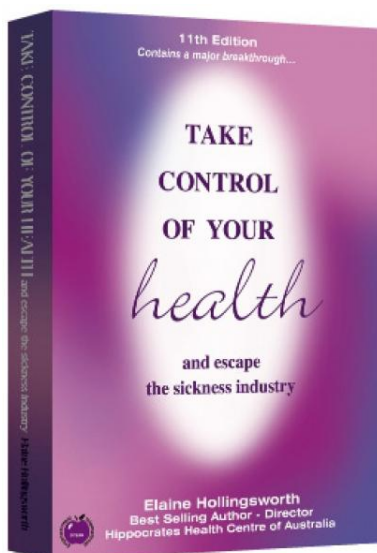
Tuttavia, sappiate che l'autodiagnosi non è consigliabile. Se siete in dubbio, consultate il libro *Why Stomach Acid is Good For You* di Wagner Leonard e usatelo come guida per acquistare la salute!

Per chi si chiede come sia possibile che questo rimedio così semplice appaia sconosciuto ai medici, ecco alcuni aspetti da considerare. Le lobby farmaceutiche:

- guadagnano più di 7 miliardi di dollari all'anno vendendo farmaci antiacidi e acido-bloccanti;
- finanziano e controllano le facoltà universitarie di medicina;
- hanno un controllo totale sulle agenzie di regolamentazione dei farmaci come la Food and Drug Administration (FDA) negli Stati Uniti e la Therapeutic Goods Administration (TGA) in Australia;
- donano forti somme di denaro ai politici;
- spendono miliardi per “indottrinare” i medici.

**C'è bisogno di aggiungere altro?**

## Individuare i blocchi nervosi



Ormai da diversi anni il mio libro ha avuto una vasta diffusione e ho ricevuto centinaia di commenti di persone che hanno riscontrato miglioramenti significativi per i loro disturbi digestivi e altri problemi di salute grazie all'uso dell'acido cloridrico. Tuttavia, alcune persone mi hanno detto di non aver percepito il segnale diagnostico del "bruciore" nello stomaco pur avendo preso diverse capsule di acido cloridrico. In questo caso, è bene smettere di prendere l'acido cloridrico finché il problema non viene individuato e corretto, e in genere la causa è un blocco nervoso nella spina dorsale.

Si può effettuare un semplice test per scoprire se esiste un blocco del genere. Procuratevi una confezione di acido nicotinico (non niacina né niacinamide) in un'erboristeria. Assumete la dose sicura di mezza compressa prima di colazione: questo provocherà un "rossore da niacina" se la dose è appropriata. Altrimenti, dovrete prenderne un po' di più la mattina dopo. Quando compare il rossore, osservate se si estende fino alle dita delle mani e dei piedi. Se non avviene, significa che avete un blocco nervoso spinale e dovrete consultare un chiropratico o un osteopata qualificato. Il Dott. John Whitman Ray, famoso per aver creato Body Electronics, mi ha consigliato di fare correggere innanzi tutto la prima vertebra cervicale. Una volta corretta la colonna spinale, l'acido cloridrico sarà efficace e sicuro e, inoltre, gli altri nutrienti che ingerirete verranno trasportati a livello cellulare.

Il potere dell'acido nicotinico consiste nell'amplificare gli effetti dei farmaci e degli integratori assunti: è necessario prestare attenzione alle dosi. Per esempio, tante persone assumono grandi quantità di magnesio per curare la stipsi. Ben presto scoprono, a volte non senza qualche problema, che bastava una dose minore di magnesio, in quanto l'acido nicotinico crea vasodilatazione, provvedendo all'innervazione dell'intero corpo, intestino compreso. Un intestino che per anni, a volte addirittura dall'infanzia, è stato pigro, si riprende all'improvviso e riacquista una mobilità normale senza l'aiuto di lassativi, ovvero l'unico aiuto offerto dalla medicina convenzionale. Questa combinazione è la miglior cura per la stipsi cronica che io conosca.

Ovviamente esistono delle controindicazioni: non assumete acido nicotinico se dovete sottoporvi a un intervento chirurgico o se soffrite di ulcera gastrica o diverticolite. Per il dosaggio, se possibile, è consigliabile richiedere il parere di un esperto. Altrimenti, dovrete ascoltare il vostro corpo. Alcune persone riscontrano che per assimilare i nutrienti devono procurarsi il rossore ogni mattina, per altri è sufficiente farlo due o tre volte alla settimana. L'unico tipo di acido cloridrico che mi sento di consigliare è l'Hippocrates Digestive Compound (betaina cloridrato e papaina). Non si chiama "acido cloridrico" per via di normative statali. Il centro Hippocrates lo ha formulato secondo le mie indicazioni, dato che non ero riuscita a trovare altrove una formula efficace che non contenesse eccipienti. Sono disponibili ulteriori dettagli sul sito del centro Hippocrates, <http://www.hippocrates.com.au>.

\* \* \*

Questo articolo è tratto dal terzo capitolo del libro **Take Control of Your Health and Escape the Sickness Industry** (100 pagine, settembre 2019) (la ripubblicazione online è gratuita) e rimanda al link corrente dell'articolo, e alla presente struttura.



[SCOPRI GLI ALTRI CONTENUTI DELLA RIVISTA](#)

[< INFORMAZIONI O ACQUISTO >](#)





Elaine Hollingsworth è la direttrice del Centro Medico Hippocrates, sulla Gold Coast del Queensland, in  
anni Cinquanta si batte per cause legate alla salute. Il suo articolo **"Iodio: la panacea perfetta"**,  
pubblicato su **NEXUS** nr. 98 è stato estratto dal libro: **Take Control of Your Health and Escape the  
Sickness Industry** (aino, o visitate <http://www.doc24sa.org.au/nexus.com>)