



## PRIČA O INZULINU I ČUDOTVORNOM MINERALU - MAGNEZIJU

### **Magnezij je nužan kako u proizvodnji tako i u djelovanju inzulina**

Magnezij je osnovni gradijent života i prisutan je u kompletnoj životnoj fiziologiji. **Bez inzulina Magnezij se ne može transportirati iz krvi u stanice gdje mu je, u stvari mjesto i gdje je najpotrebniji**

Kad je dr Nadler stavio 16 pacijenata na dijetu osiromašenu Magnezijem, pokazalo se da je njihov inzulin postao nedjelotvoran i nije uspijevao da šećer iz krvi prebacuje u stanice gdje ih je trebao sagorjeti ili sačuvati kao "gorivo". Drugim riječima, postajali su manje osjetljivi na inzulin, odnosno, "Inzulin rezistentni" a, to je prvi korak na putu ka dijabetesu ili srčanim problemima.

**Inzulin je "zajednički nazivnik" dok je glavna uloga u životu povjerena Magneziju.** Zadatak Inzulina je da sprema višak nutritivnih izvora, što je razvijano kroz evoluciju, kako bi se sačuvali energenti za period kad ih ne bude dovoljno. Nije uloga Inzulina samo regulacija šećera u stanicama već takođe i Magnezija, jedne od najvažnijih životnih tvari. Interesantno je ovdje napomenuti da bubrezi čiste iz organizma višak nuticionenata, odnosno, ono što tijelu nije trenutno potrebno, tj. ono što ne može u tom trenutku iskoristiti.

Kontrola šećera u krvi je samo jedna od mnogih funkcija Inzulina.

**Inzulin igra glavnu ulogu u raspoređivanju i prihvatu Magnezija ali, ako stanice postanu rezistentne na Inzulin ili, ako organizam ne proizvodi dovoljno Inzulina, nastaje problem raspoređivanja Magnezija u stanice gdje inače pripada. Kad proizvodnja Inzulina postane problematična, Magnezij se povećano izlučuje kroz mokraću i to je osnova za bolest koja se naziva "Bolest gubitka Magnezija".**

Postoji jaka povezanost između djelovanja Inzulina i Magnezija

Magnezij je izuzetno važan za djelovanje Inzulina. Nedostatak Magnezija u stanicama pojačava

već pomenutu Inzulinsku rezistenciju.

**Niska koncentracija Magnezija u stanicama je direktno povezana sa Inzulinskom rezistencijom i gubitkom tolerancije na glukozu, odnosno, sa smanjenim izlučivanjem Inzulina.** Magnezij neposredno povećava osjetljivost na Inzulin, istovremeno smanjujući Inzulinsku rezistenciju. Magnezij i Inzulin su nužni jedan drugome jer, bez dovoljno Magnezija pankreas neće izlučivati dovoljno Inzulina ili izlučeni Inzulin neće biti dovoljno jak da kontrolira šećer u krvi.

Magnezij u našim stanicama pomaže da se mišići opuste ali, ako ne možemo apsorbirati Magnezij zbog otpornosti stanica, tada ga gubimo, što uzrokuje stezanje krvnih žila i pad energije, odnosno, povećanje krvnog tlaka. **Ovdje možemo razumjeti neposrednu povezanost između dijabetesa i srčanih problema sa nedostatkom Magnezija i umanjenim djelovanjem Inzulina.**

U studiji sa Tajvana, pokazano je da je rizik umiranja od dijabetesa bio obrnuto proporcionalan nivou Magnezija u vodi za piće.

Dr Jery L. Nadler



Inzulin regulira i nivo kolesterola. Postoji neposredna veza između nivoa kolesterola i nivoa Inzulina.

**Diabetes mellitus je direktno povezan sa nedostatkom Magnezija koji, ujedno, doprinosi metaboličkim komplikacijama prouzročenim dijabetom uključujući probleme s mišićima i osteoporozu. Među-stanični nedostatak Magnezija neposredno je povezan sa smanjenom sposobnošću Inzulina da poveća među-stanično prisustvo Magnezija za vrijeme Inzulinske rezistencije ili nedostatka Inzulina**

**Inzulinska rezistencija i nedostatak Magnezija stvaraju "začarani krug" pogoršavanja inzulinske rezistencije i smanjenja inter-stanične prisutnosti (ionske) Magnezija što uzrokuje ograničenje Magnezija u vitalnim staničnim procesima.** Magnezij je vitalni faktor uključen u enzime za metabolizam šećera, tako da sve što ograničava Magnezij, ograničava kompletan metabolizam. Velika epidemiološka ispitivanja sprovedena na odraslima, pokazuju da je dijeta (ishrana) siromašna Magnezijem, direktno povezana sa povećanim rizikom obolijevanja od Dijabeta tipa 2.

Pokazalo se da Inzulin može uzrokovati smanjenu distribuciju Magnezija u stanicama.

Veza između Dijabetesa melitusa i nedostatka Magnezija je vrlo dobro poznata. Sve veći broj svjedočenja ukazuje da Magnezij igra vodeću ulogu u smanjenju kardiovaskularnih problema i da je direktno uključen u patogenezu samog dijabetesa.

Dr. Jerry L. Nadler

Magnezij poboljšava i popravlja osjetljivost na Inzulin, što je osnovni problem u pre-dijabetičkom metaboličkom sindromu i glavni pokretač dijabetesa i srčanih problema. **Među-stanični enzim pod nazivom Tyrosine Kinase bez Magnezija ne može omogućiti Inzulinu da regulira šećer u krvi**

. U različitim studijama, pokazalo se da dnevna oralna upotreba Magnezija podiže inzulinsku osjetljivost za 10 % i da smanjuje šećer u krvi za 37 %. Magnezij, takođe, pomaže u korekciji nenormalnih lipoproteina.

**Potpuno su razumljiva očekivanja da kombinirano unošenje Magnezij klorida preko kože (Trans-dermal, Magnezijevo ulje) i oralno, doprinose mnogo boljim rezultatima nego konvencionalno unošenje Magnezij oksida preko tableta**

**Povećana Inzulinska osjetljivost postignuta unošenjem Magnezij klorida može značajno reducirati nivo Triglicerida.** Što nadalje vodi ka reduciranju Lipoproteina niske gustine (VLDL i LDL) koji su vrlo značajni faktor kod srčanih problema. Unošenje **M**

## **agnezij klorida**

takođe podiže nivo kvalitetnih Lipoproteina velike gustine (HDL).

Inzulin regulira i međustanični (na membrani) odnos iona Natrija i Magnezija. Upravo taj niski odnos Na/Mg razmijene može objasniti nisku staničnu apsorpciju Magnezija kad je u pitanju povišeno stanje Inzulina (hyperinsulinemic).

**Magnezij je neophodan životni element bilo da su u pitanju životinje ili biljke. Klorofil je okupljen oko atoma Magnezija dok je kod životinja to ključna komponenta svake stanice, kostiju, tkiva i bilo kojeg fiziološkog procesa kojeg možete da se sjetite. Sam Život ljubomorno pakuje Magnezij u stanice, tretirajući "svaku kap" kao dragocjenost.**

Magnezij povećava inzulinsku osjetljivost istovremeno smanjujući inzulinsku otpornost. **MAGNEZIJ I INZULIN SU JEDAN DRUGOM NUŽNI**

. Bez Magnezija naš pankreas neće lučiti dovoljno Inzulina ili taj Inzulin neće biti dovoljno efikasan da kontrolira šećer u krvi. Inzulin je hormon i kao većina hormona – on je protein. On se luči od grupe stanica pankreasa koje se nazivaju "stajališne stanice". Inzulin je daleko važniji i ima mnogo više funkcija u organizmu nego je to bilo ko od nas svjestan.

**Pored šećera, regulira još mnogo toga u našem organizmu: lipide / mišićnu masu / proteine / kalcij i magnezij / nivo natrija / staničnu diobu / rast hormona / funkciju jetre / polne hormone: estrogen, progesteron, testosteron / holesterol / masno tkivo.**

Nedostatak Magnezija je direktno povezan s među-staničnim nivoom Kalcija, koji može dovesti do otpornosti na inzulin. **Nizak sadržaj Magnezija u eritrocitima povećava membransku mikro-prolaznost što može dovesti do spriječavanja povezivanja Inzulina sa njegovim receptorima**

. Kod pokusa na štakorima, pokazalo se da je aktivnost Tyrosin kinaze uveliko smanjena u mišićnim receptorima u slučajevima kod manjka Magnezija. Ova istraživanja ukazuju na direktnu povezanost nedostatka Magnezija i djelovanja Inzulina.

Kad razina Magnezija opadne, pojača se lučenje Adrenalina i Inzulina. Njihovo pojačano lučenje pomaže održavanje konstantne razine Magnezija u među-staničnom prostoru mekih tkiva. Kako Plazma, tako i među-stanične koncentracije magnezija su tijesno regulirane Inzulinom. Pokusi u

Živo i "u epruveti" su pokazali da Inzulin direktno modulira prelazak Magnezija iz izvan-staničnog prostora u samu stanicu.

**Dr Ron Rosedale je rekao da svaki "iskorak" inzulina sa standardnog puta uzrokuje kardiovaskularne probleme – što je opet, direktno, povezano sa prisustvom Magnezija u organizmu.**