

Születésnap kiadás

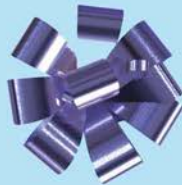
dr. Lenkei

EGÉSZSÉGGKULTÚRA MAGAZIN



20 évesek lettünk!

Már két évtizede
az Ön szolgálatában!



**Születésnapunk alkalmából
mi kedveskedünk Önnek**

- ajándékokkal
- sokféle kedvezménnyel
- új termékekkel
- először itt megjelenő írásokkal



Köszöntő



Szeretettel üdvözlöm!
Dr. Lenkei Gábor vagyok.

**2023. november 25-én ünnepli huszadik születésnapját
a Dr. Lenkei Egészségkultúra**

Sikerekben, nagyon szép eredményekben és egyben kemény küzdelmekben is gazdag két évtized áll mögöttünk.

A kémiai úton előállított *gyógyszerek* minél nagyobb tömegű eladásában és így a *betegségek* fenntartásában érdekelt erők számára egyáltalán nem öröm, hogy még mindig itt vagyunk.

Többször is kísérletet tettek arra, hogy „eltakarítsanak” minket az útból.

Szerencsére minden ilyen alkalommal kiálltuk a próbát!

Amire büszke vagyok az az, hogy a kemény megpróbáltatásokat jelentő időszakokban is mindvégig életben tartottuk az alapvető célunkat.

**Jobbá tenni az Ön életét!
Sokkal jobbá!**

Szeretettel köszöntöm a Születésnap Magazinunk olvasói között.

Mivel nem tudhatom, hogy Ön milyen mélységben ismer minket, azt tartom illendőnek, ha egy rövid személyes bemutatkozással indítok.

Tartalom

Rövid bemutatkozás 1. rész	2
A mi születésnap ajándékunk No 1.	3
Rövid bemutatkozás 2. rész	5
A mi születésnap ajándékunk No 2.	6
Betegségipar?	7
A kitartás meghozta a gyümölcsét	9
Megkeseríti az életét az allergia?	15
Tilos ilyen tulajdonságra utalni?	16
A mi születésnap ajándékunk No 3.	18
Még csak nem is sugallhatja? 1. rész	20
Kevésbé ismert fontosság	21
Még csak nem is sugallhatja? 2. rész	22
A mi születésnap ajándékunk No 4.	24
Még csak nem is sugallhatja? 3. rész	26
A mi születésnap ajándékunk No 5.	28
Még csak nem is sugallhatja? 4. rész	30
A mi születésnap ajándékunk No 6.	32
Gyógyító hatással bíró mennyiség...?	35
Erősségeink	37
A mi születésnap ajándékunk No 7.	40
Friss szemmel a cukorbetegségről	42
A Dr. Lenkei Egészségkultúra céljai	43
Gyermekek által is könnyen fogyasztható készítmények	44
Nem kedvelem...!	46
Dr. Lenkei Channel	47
Főhajtás a vásárlóink előtt	48
Mit érdemes tudni a kollagénról?	49
Főhajtás nagy tudósok előtt	50
Vegán vásárlók által is fogyasztható készítmények	53
Ne felejtse el levegőt venni!	55
GMO-mentes termékeink	56
A mi születésnap ajándékunk No 8.	57
Fogékony orvosok	58
A mi születésnap ajándékunk No 9.	59
„Golyóálló kávé” recept	62
A mi születésnap ajándékunk No 10.	63
Valóra váltandó célok	64
Jog az egészséghez	65

Rövid bemutatkozás – 1. rész

Dr. Lenkei Gábor vagyok. Orvos. 1961-ben születtem Miskolcon. 1986-ban szereztem orvosi diplomát – summa cum laude, azaz kitűnő minősítéssel – a Debreceni Orvostudományi Egyetemen. Mielőtt elhagytam a hivatalos orvoslás kereteit, dolgoztam kutatóorvosként, mikrobiológiai* diagnosztikai* laboratóriumban, majd gyakorló orvosként először belgyógyászati, később szülészeti-nőgyógyászati osztályon is.

Miközben gyakorló orvosként dolgoztam, a klinika falain kívül összetalálkoztam olyan alternatív* gyógyászati lehetőségekkel, amelyek sokszor sokkal jobban működtek, és sokkal jobb eredményeket hoztak létre, mint az általunk alkalmazott „hivatalos” módszerek.

Összegyűjtöttem a hivatalos orvoslás által figyelmen kívül hagyott értékes módszerek hitelességét alátámasztó tudományos bizonyítékokat, és megmutattam azokat feljebbvalóimnak. Falakba ütköztem.

Két dolog vált világossá előttem

Az egyik.

Hiába rendelkezem kitűnő minősítésű diplomával, ha a képzettségem, a hozzáértésem *finoman szólva is hiányos*. Azért hiányos, mert a hivatalos orvosképzés tananyaga saját maga is meglehetősen hiányos. Így a tanulmányaim során nagyon sok olyan lehetőségről még csak nem is hallottam, amelyeknek már réges-régen el kellett volna foglalniuk a méltó helyüket az egészségmegővés és a gyógyítás mindennapi gyakorlatában.

A másik.

Rájöttem arra is, hogy ha beletörődnek a kollégák akkoriban tapasztalt érdektelenségébe, ha én is beállnék a sorba, csak azért, hogy nyugtom legyen, akkor azzal elárulnám saját magam is és a segítségre szoruló embereket is.

Így aztán vettem egy nagy levegőt, és felmondtam.

A cikk folytatódik az 5. oldalon >>

***Mikrobiológia:** kórokozóknak tekintett vírusok, baktériumok, egysejtű gombák és hasonlók tanulmányozásával foglalkozó tudomány. Az elnevezés a görög *mikrosz* = kicsi, a görög *bioó* = él és a szintén görög *logia* = tudomány szavakból keletkezett. A jelentése: a parányi élőlények tudománya.

***Diagnosztika:** a betegségek kiváltó okait megállapító tevékenység. A görög *diagnószisz* = felismerés, megállapítás szóból keletkezett.

***Alternatív:** valami helyett másik megoldásként választható lehetőség. Az eredete a latin *alter* = másik szóra vezethető vissza

A mi születésnapj ajándékunk No 1.

10%-kal alacsonyabb ár!

A KUPON kézhezvételétől kezdve 2024. január 31-ig
Kizárólag az Ünnepi Egészségkultúra Magazin
olvasói számára!

Ha Ön a Webáruházunkban szeretne vásárolni,
akkor lapozzon a következő oldalra!

**Ha Ön üzletben szeretne vásárolni,
akkor az alábbiakat kell tudnia:**

**A kedvezmény kizárólag a Magazin vagy az abból kivágott KUPON
vagy az arról telefonnal készített kép felmutatása esetén vehető igénybe!**

- A 10% kedvezmény a **Dr. Lenkei Életerő Centrumokban** és a **Dr. Lenkei Webáruházban** az ott kapható összes termékre érvényes.
- A 10% kedvezmény a Dr. Lenkei készítményeket is kínáló, de alapvetően más profilú **Szerződött Termékforgalmazók** üzleteiben kizárólag a Dr. Lenkei márkajelzésű készítményekre érvényes.

Az Önhöz legközelebbi **hazai Dr. Lenkei Életerő Centrumot**
vagy **Szerződött Termékforgalmazó Partnert**
itt találja meg: www.uzleteink.hu
**A romániai Dr. Lenkei Életerő Centrumok címeit a 11-12.
oldalon találja**



dr.Lenkei
ÉLETERŐ CENTRUM

-10%
KUPON

10% kedvezményre jogosító kupon
üzletekben történő vásárláshoz
A KUPON kézhezvételétől
kezdve 2024. január 31-ig
Korlátozás nélkül, több alkalommal is
felhasználható.



5 999559 583223

A mi születésnap ajándékunk No 1.

10%-kal alacsonyabb ár!

A KUPON kézhezvételétől kezdve 2024. január 31-ig
Kizárólag az Ünnepi Egészségkultúra Magazin
olvasói számára!

Ha a webáruházainkban szeretne vásárolni

akkor a kedvezmény igénybevételéhez
a vásárlásakor használja az alábbi kódot:

KUPONKÓD:
szulinap2023

A kedvezmény csak a kód használatával vehető igénybe!
A KUPON kézhezvételétől kezdve 2024. január 31-ig

www.drlenkei.hu

www.drlenkei.ro

www.drlenkei.com/sk/



10% kedvezményre jogosító kupon
üzletekben történő vásárláshoz
A KUPON kézhezvételétől
kezdve 2024. január 31-ig
Korlátozás nélkül, több alkalommal is
felhasználható.

dr.Lenkei
ÉLETERŐ CENTRUM

-10%

KUPON



cikk

Rövid bemutatkozás – 2. rész

Odakint, a hivatalos orvoslás kötöttségei nélküli sokkal szabadabb világban elképesztően értékes tudásra leltem. Olyan ismeretekre – a fiókok mélyén porosodó kincsekre –, amelyek felhasználásával meg lehet teremteni *egy betegségtől szinte teljesen mentes civilizációt* az Emberiség számára.

Egy betegségtől szinte teljesen mentes civilizáció!

Csak ekkor tudtam meg, hogy a múlt század első évtizedeiben létrejött *egy új tudomány, az egészségtudomány*, amely a nagyszerű felfedezései révén képes arra, hogy valóra váltsa ezt a nemes célt.

Csak ekkor jöttem rá arra, hogy miért is olyannyira hiányosak a gyógyító, betegségmegelőző és egészségmegővő ismereteim, dacára a kitűnő diplomámnak.

Csak ekkor vált világossá előttem, hogy az orvostudományi egyetemen *erőteljesen cenzúrázott tananyagot* tettek elém.

Olyan *megcsonkított tananyagot*, amely *nem az Ön érdekeit szolgálja*, hanem a kémiai úton előállított gyógyszerek minél nagyobb tömegű eladásában, és így a betegségek fenntartásában érdekelt erők hatalmi pozícióit erősíti.

Olyan cenzúrázott képzésben részesültem, amelyben egyszerűen nem szerepelhettek a gyógyszerek forgalmát fenyegető természetes módszerek.

Amelyből még Hippokratész tanításait is kitiltották!

Beleástam hát magam a témába, és 2003 novemberének végén *Cenzúrázott egészség* címmel megjelentettem a legelső könyvem, amely rövid időn belül a szabadságszerető, jobb sorsra vágyó emberek kedvencévé vált.



Hippokratész * (i.e. 460-377)

***Hippokratész**: ókori görög orvos, az orvosi eskü névadója. A gyógykezelésben a szervezet ellenállóképességének növelését tartotta a legfontosabb teendőnek. Természetes, ártalmatlan módszerekkel. Azt tanította, hogy a gyógyulásban kiemelkedően fontos szerepet játszik a természet gyógyító ereje.

A mi születésnap ajándékunk No 2.

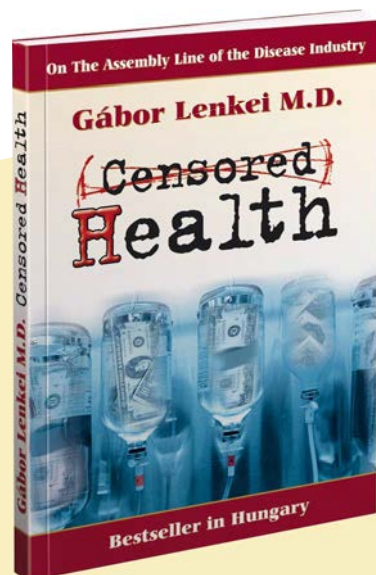
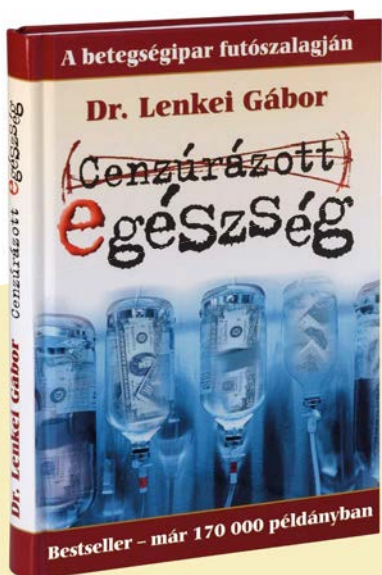
20% kedvezmény

A születésnap ünnepi évünk végéig, 2024. december 31-ig
20% kedvezménnyel vásárolhatja meg a

Cenzúrázott egészség

című könyvet, és az angol nyelvű változatát is!

4.500 Ft
3.600 Ft



cikk

Betegségipar?

A *Cenzúrázott egészség* című legelső könyvem alcímét – *A betegségipar futószalagján* – már 2003-ban is komoly figyelmeztetésnek szántam. Arra kívántam felhívni a figyelmet, hogy sajnos dübörög egy tényleges betegségipar.

És valóban dübörög!

Csak gondoljon bele abba, hogy **milyen sors vár** Önre, a gyermekeire, unokáira és az ő leszármazottjaikra, ha nem fékezzük meg az alábbi tendenciát*.

Pedig megfékezhetnénk!

- 1999 és 2019 között megháromszorozódott a *cukorbeteg*ek száma. 2019-ben ez a szám már meghaladta az egymillió-egyszázezer főt. A cukorbetegség valaha kifejezetten az idősebb emberek betegsége volt, de manapság már a tizen-, huszonévesek körében is egyre gyakoribb. Sőt! Már a gyermekeket sem kíméli! Már 2019-ben is több mint ötezer *gyermek* volt cukorbeteg!
- Húsz év alatt
 - több mint nyolcszorosára nőtt a *pajzsmirigybeteg*ek,
 - négyszeresére az *asztmás*ok,
 - majdnem háromszorosára a *daganatos betegségben szenvedők*,
 - és közel másfélszeresére az *agyi erek betegségei* által sújtott emberek száma.
- 2021-ben már 3,2 millió embert kezeltek *magas vérnyomással*.
- 2023-ban a lakosság 20-25%-át gyötörte valamilyen *allergia*, és az előrejelzések szerint 10-20 év múlva ez az arány már 50% körül lesz.

A növekedés átlagát tekintve húsz év alatt megduplázódott az életet megnyomorító krónikus betegségek száma!

- Lendületes tempóban szaporodik az olyan állapotok gyakorisága is, amelyekből idővel betegségek fejlődnek ki. Csak egy példa: ma már az emberek legkevesebb 50%-a panaszkodik arra, hogy nagyon megviseli őt a mindennapokban rázúduló *stressz*.

Már a múlt század derekán látni lehetett, hogy ez a helyzet be fog következni!

***Forrás:** A Központi Statisztikai Hivatal honlapja és a Népegészségügy című orvosi szakmai folyóiratban 2021-ben megjelent cikk. A közlemény szerzői az Országos Kórházi Főigazgatóság munkatársai.

A Nobel-díjas orvosprofesszor, Szent-Györgyi Albert* a múlt században így összegezte négy szóban a közelgő katasztrófa legfőbb okát:

“

A jelenkor orvostudománya torz!



Szent-Györgyi Albert (1893-1986)

Torz, mivel teljes mértékben figyelmen kívül hagyja az úgynevezett *egészségtudomány* felfedezéseit, amelyek a múlt század első évtizedeiben váltak elérhetővé. Amelyek nem csak megfordítani képesek ezt a rémisztő tendenciát, hanem magukban rejtik egy betegségtől szinte teljesen mentes civilizáció megteremtésének lehetőségét is.

Egy betegségtől szinte teljesen mentes civilizáció!

A *Cenzúrázott egészség* című könyvem megjelentetésével valójában hadat üzentem a betegségek fenntartásában érdekelt erőknél, és arra tettem fel az életem, hogy segítsek Önnek és a szeretteinek leszállni a betegségipar futószalagjáról.

Tisztában voltam azzal, hogy nagy fába vágtam a fejszém. Azzal is tisztában voltam, hogy ezzel a küldetéssel magamra fogom haragítani a kémiai úton előállított gyógyszerek minél nagyobb tömegű eladásában érdekelt erőket. Gyanítottam, hogy sok kitartásra lesz szükségem. Nem véletlenül igyekeztem erőt önteni saját magamba is a könyv utolsó négy szavával:

Soha nem fogom feladni!

***Szent-Györgyi Albert (1893-1986):** Munkásságát 1937-ben ismerték el orvosi Nobel-díjjal. A legtöbben a C-vitamin felfedezőjeként ismerik, és csak kevesen tudják róla, hogy milyen vidám, jó humorú, aktívan sportoló, rendkívül sokoldalú, széles látókörű ember volt. Az egészséggel kapcsolatos megértései már önmagukban is alkalmasak lennének arra, hogy forradalmasítsák a gyógyszeripar markában vergődő betegség- és gyógyszerközpontú, modernnek valójában egyáltalán nem nevezhető hivatalos orvoslást.

A kitartás meghozta a gyümölcsét!

Egyre több helyszínen állunk az Ön rendelkezésére

Dr. Lenkei Életerő Centrumok Magyarországon

Budapesten 6 helyszínen



A Blaha Lujza téren

VIII. József krt. 8.
a McDonalds mellett



A Mammuth I. mellett

II. Retek utca 5.
a Mammuth I. parkoló bejáratánál



A Lurdy Házban

Földszint, a Deichmann és
a Rossmann között



Óbudán

III. Vörösvári út 1.
a Flórián Üzletház parkolójának túloldalán



A Duna Pláza mellett

XIII. Marina Garden,
Meder u. 2-4.



A Pólus mellett

A Pólus parkoló túloldalán,
Szilas park 10.

Más városokban 12 helyszínen



Baja
Attila u. 23.



Eger
Belváros, Jókai Mór út 10.
(a Jókai út Dobó tér felőli végén)



Sopron
Mátyás király u. 7.



Szeged Belváros
Tisza Lajos krt. 55.



Győr
Teleki László u. 40.



Kaposvár
Zárda u. 16.



Székesfehérvár
A Skálához közel,
Távirada u. 25. (Fal köz)



Veszprém
Kossuth u. 6. félemelet



Kecskemét
Kisfaludy u. 5.



Keszthely
Rákóczi tér 9.

Dr. Lenkei Életerő Centrumok Romániában 6 helyszínen

A romániai webáruház elérhetősége
www.dr.lenkei.ro



Miskolc Belváros
Szinva Park Üzletház I. emelet,
Bajcsy-Zsilinszky u. 2-4.



Pécs
Alkotmány u. 75/1.



Csíkszereda
Temesvári sugárút 33.



Kolozsvár
Regele Ferdinand utca 21.



Marosvásárhely
Călărașilor 14.



Nagyvárád
Corneliu Coposu utca 15.



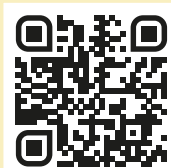
Sepsiszentgyörgy
1918 December 1 utca 15 tömbház



Székelyudvarhely
Kossuth Lajos utca 28.

Dr. Lenkei készítmények Szlovákiában

A szlovák webáruház elérhetősége
www.drilenkei.com/sk/



Dr. Lenkei készítményeket kínáló Termékforgalmazók Magyarországon már több mint 50 helyszínen

- **Barcs:** Magic Elixír Gyógynövény Bolt, Séta tér
- **Bonyhád:** Gyógynövénybolt, Szabadság tér 12.
- **Budaörs:** Calendula FitoPont Auchan, Sport utca 2-4.
- **Budapest:** Gazdagréti Patika, XI. ker., Gazdagréti tér 6.
- **Budapest:** Calendula FitoPont Etele Pláza, XI. ker., Hadak útja 1.
- **Budapest:** Calendula FitoPont Auchan XXIII. ker., Bevásárló utca 2.
- **Budapest:** Calendula FitoPont Westend, Váci út 1-3.
- **Debrecen:** Herbária Szaküzlet, Csapó u. 19.
- **Debrecen:** Herbária Szaküzlet TESCO, Kishegyesi út 1-11., üzletsor
- **Dorog:** Menta Biobolt, Bécsi út 43 D.
- **Dunaharaszti:** Natura Biobolt, Fő út 174.
- **Dunakeszi:** Calendula FitoPont Auchan, Nádas utca 6.
- **Dunakiliti:** Pleasuredome Fitness Club, Kossuth Lajos utca 83.
- **Dunaújváros:** Gyógyír Egészségbolt, Szórád Márton út 28.
- **Esztergom:** Kersi Patika, Kossuth Lajos u. 41.
- **Esztergom:** Menta Biobolt, Rákóczi tér 5.
- **Érd:** Napvirág Biobolt, Diósdai út 48.
- **Fadd:** Vitamin Tanya, Béke utca 1.
- **Gyöngyös:** Titok Gyógynövény Szaküzlet, Kossuth u. 37.
- **Gyula:** Piroska Biola Referencia Üzlet, Jókai u. 14-16.
- **Hajdúböszörmény:** Natur-Porta, Dorogi u. 20.
- **Hajdúnánás:** Gyógynövénybolt, Ady Endre krt. 9.
- **Hatvan:** Egészség Liget Biobolt, Horváth Mihály út 5.
- **Jászberény:** Gyógy- és Egészségbolt, Thököly u. 9.
- **Kalocsa:** Jukka Gyógynövény Szaküzlet, Tomori Pál u. 36/1.
- **Karcag:** Fűben-Fában Biopatika, Kossuth tér 11-13.
- **Kazincbarcika:** Fitotéka, Fő tér 2.
- **Kiskőrös:** Egészségtár, Nap u. 2.
- **Kiskunfélegyháza:** Kamilla Patika, Alpári út 29/A.
- **Lengyeltóti:** Egészség Sziget Vitamin és Biobolt, Zrínyi Miklós u. 13.
- **Maglód:** Calendula FitoPont Auchan, Eszterházy János utca 1.
- **Makó:** Joó Egészség Központ, Eötvös u. 21.
- **Mohács:** Fogászat, Táncsics u. 11.

- **Nagykanizsa:** Varga gyógyszertár és Biopatika Király utca 20.
- **Nagykőrös:** Oroszlán Gyógyszertár, Kecskeméti út 18.
- **Nyergesújfalú:** Édenkert natúr bolt, Kossuth Lajos u. 129.
- **Nyíregyháza:** Herbária Szaküzlet, Zrinyi út 8-10.
- **Nyíregyháza:** Herbária Szaküzlet TESCO, Pazonyi u. 36., üzletsor
- **Nyíregyháza:** Natura Bolt, Vasvári Pál u. 2.
- **Paks:** Favorashop Szaküzlet, Dózsa György út 10.
- **Pápa:** Egészség Pont Biobolt, Korona utca 48.
- **Sárospatak:** Gyógynövénybolt, Hild tér 3.
- **Solymár:** Calendula FitoPont Auchan, Szent-Flórián utca 2-4.
- **Szarvas:** Kamilla Reformház, Vasút u. 69.
- **Százhalmbatta:** Oliva Biobolt, Szent István tér 8.
- **Szekszárd:** Bijó Kuckó, Széchenyi utca 38.
- **Szentes:** Bolt az Egészséghez, Rákóczi Ferenc u. 12.
- **Székesfehérvár:** Calendula FitoPont Auchan, Holland Fásor 2.
- **Szolnok:** AN-CSI Biokuckó, Ostor utca 2.
- **Szombathely:** Cédus Biobolt, Semmelweis Ignác u. 4-6.
- **Tatabánya:** KonzumBio Natur és Biobolt, Dózsa György út 61.
- **Törökszentmiklós:** Amaryllis Gyógyszertár, Széchenyi út 131.
- **Velence:** Levendula Gyógynövény Bolt, Tópart utca 47.
- **Zalaegerszeg:** Natura Bolt, Ady Endre utca 49.

A pontos helyszín megtalálásához
használja az üzletkeresőt:

www.uzleteink.hu



Megkeseríti az életét az allergia?

Ha alkalmazásba vesszük a cenzúrázott orvoscépzésből kitiltott tudást – például Hippokratész, Szent-Györgyi Albert és más lángelmék tanításait –, akkor korábban nem is remélt szép eredményeket érhetünk el.

Ilyesfélét:



Erős allergiám van sokféle dologra, fák, füvek, állatszőrök, atkák, porok. Orrpolipom alakult ki ezek miatt, az egész évet dugult orral kínlódtam végig. Mostanra megszűntek ezek a hatások – viszlát allergia és orrpolip! Tünetmentes vagyok.

Milyen módon fékezhető meg az allergiák túlnyomó többsége?

Erről szól ez a könyv!



Olvassa el, és könnyítsen az életén!

Tilos ilyen tulajdonságra utalni?

A betegségek fenntartásában érdekelt erők *nagyon is tisztában vannak* a vitaminok és hasonló értékes tápanyagok elképesztően jótékony hatásaival.

Sajnos sokkal jobban tisztában vannak ezekkel, mint az „utca embere”.

Nagyon is jól ismerik a Nobel-díjas orvosprofesszor, Szent-Györgyi Albert 1939-ben megfogalmazott jóslatát.

„Ha pontosan megértjük a vitaminok működését, és megfelelően alkalmazzuk őket, akkor az emberi szenvedést olyan mértékben tudjuk majd csökkenteni, amit ma még a legnagyobb elme sem tud elképzelni.”

Ismerik ezt a jóslatot, és tartanak is attól, hogy egyszer valóra válik.

Nem véletlenül kényszerítették rá az Európai Unió tagországaira az alábbi szabályt.

„Az étrend-kiegészítő jelölése, megjelenítése és reklámozása során tilos a terméknek betegséget megelőző vagy gyógyító hatást tulajdonítani, illetve ilyen tulajdonságra utalni.”

Így aztán nem is tesszük. Nem tüntetünk fel ilyen információkat a készítményeink csomagolásán, és nem reklámozuk azokat ilyen módon.

Ebben a magazinban sem teszünk közzé olyan beszámolókat, amelyekben a kedvező hatásokat megtapasztaló emberek *megnevezik* azokat a készítményeket, amelyek hozzásegítették őket a szép eredményekhez.

A vitaminok jótékony hatásaival kapcsolatos igazságot a könyveimben mondom el.

Idézek egy ide illő részletet a 2023. novemberében éppen készülő új könyvemből.

“

Már valamivel több mint tíz évvel ezelőtt, 2012-ben jelent meg egy figyelemre méltó közlemény a magyar Orvosi Hetilapban az alábbi címmel:

Hazai konszenzus* a D-vitamin szerepéről a betegségek megelőzésében és kezelésében

Takács István dr.¹ ■ Benkő Ilona dr.² ■ Toldy Erzsébet dr.³
Wikonkál Norbert dr.⁴ ■ Szekeres László dr.⁵ ■ Bodolay Edit dr.⁶
Kiss Emese dr.⁷ ■ Jambrik Zoltán dr.⁸ ■ Szabó Boglárka dr.⁸
Merkely Béla dr.⁸ ■ Valkusz Zsuzsa dr.⁹ ■ Kovács Tibor dr.¹⁰
Szabó András dr.¹¹ ■ Grigoreff Orsolya dr.¹ ■ Nagy Zsolt dr.¹
Demeter Judit dr.¹ ■ Horváth Henrik Csaba dr.¹
Bittner Nóra dr.¹² ■ Várbíró Szabolcs dr.¹³ ■ Lakatos Péter dr.¹

*Konszenzus: valamivel kapcsolatos egyetértés, véleményegyezés.

A cikk címe alatt 20 magyar orvos neve szerepel. Nem megyek bele a részletekbe, csupán kiemelek néhány kulcsfontosságú információt.

- A közleményből megtudhatjuk, hogy a lakosság – jellemzően – meglehetősen komoly *D-vitamin-hiányban* szenved.
- Ez a hiányállapot *jelentős mértékben rontja* az általános egészségi állapotot.
- Megtudhatjuk azt is, hogy ha sikerülne megoldani a teljes lakosság ellátását *megfelelő mennyiségű* D-vitaminnal, akkor bámulatos változások mennének végbe.
- A megfelelő mennyiség nagyjából 3.000-4.000 NE*/nap, ami *hózzávetőleg tízszerese* a korábban hivatalosan ajánlott 400 NE napi adagnak.

A tudományos közlemény szerzői a rendelkezésükre álló adatok alapján úgy becsülik, hogy a megfelelő mennyiségű D-vitamin-bevitel eredményeként nagyjából

- 26%-kal mérséklődne a *csípőtáji csonttörések* gyakorisága,
- 35%-kal csökkenne a *daganatos megbetegedések* száma,
- 78%-kal lenne kevesebb az inzulinnal szoruló úgynevezett *1-es típusú cukorbeteg*,
- 90%-kal csökkenne az *influenzás megbetegedések* száma,
- 7-10%-kal kevesebb ember halna meg betegségben,
- 2-3 évvel hosszabb lenne az átlagos élettartam.

És ez még csak a D-vitamin! Önmagában!

Vajon mi történne akkor, ha az egész nemzet szintjén használatba vennénk *az összes fontos* vitamint, ásványi anyagot és nyomelemet, valamint az egészségtudomány által felfedezett és felkínált *összes többi eszközt*?

”

*NE: Nemzetközi Egység. Nemzetközi megegyezésen alapuló mértékegység bizonyos vitaminfélések testünkben mérhető hatóerejének kifejezésére.

A mi születésnap ajándékunk No 3.

Az új kedvezményrendszerünk 2024. január 1-től

Hadd kezdjem egy vallomással. Az igazat megvallva a jó szándékom ellenére sem bizonyultam túl ügyesnek ezen a téren.

A korábbi években többféle kedvezményrendszerrel is próbálkoztam, mivel azt reméltem, hogy valamelyikkel majd rá tudom bírni a hozzám fordulóknak túlnyomó többségét az *életformaszerű és ráadásul helyes* vitaminfogyasztásra.

Arra a fajta használatra, amellyel mindig is a *legszebb eredményeket* értük el.

Az eredendő célom egy olyan *nagyon elégedett, boldog győztes csapat* létrehozása volt, amelynek tagjai életformaszerűen használják az úgynevezett *Ideális összeállítást*, de legalább valamelyik *Életerő Multivitamin*, és ennek eredményeként *példaértékűen magas minőségű életet* élnek.



Az Ideális összeállítás három készítmény kombinációja.

1. Valamelyik, a személy adottságaihoz, életviteléhez, leterheltségéhez leginkább illő erősségű Életerő Multivitamin,
2. Plusz Kal-Mag ital,
3. Plusz további C-vitamin-mennyiség.

Már a 2003-ban megjelent legelső könyvemben, a *Cenzúrázott egészség* lapjain is ezt az ideálisnak nevezett összeállítást ajánlottam – mint optimális kombinációt –, mivel ezzel lehet elérni a *legerőteljesebb életminőség-javulást*.

Végül, több sikertelen próbálkozást követően, egyértelművé vált számomra, hogy a készítmények megfelelő használata a legkisebb mértékben sem függ az aktuálisan alkalmazott kedvezményrendszer fajtájától.

Nagyon sokan elérték az áhított eredményt, létrejött egy nagyon elégedett, boldog emberekből álló győztes csapat, de *teljes mértékben függetlenül attól*, hogy adtunk-e bármilyen kedvezményt, vagy sem. Sokat tanultam ebből.

A legutolsó kedvezményrendszert 2021. decemberében szüntettem meg, kiváltva ezzel jó néhány vásárló tiltakozását. Bizonyára voltak olyanok is, akik elpártoltak tőlem emiatt. Reményeim szerint nem végleg.

Ezúton is elnézést kérek mindenkitől, akit felzaklattam az akkori döntéssel. Remélem, hogy idővel azok szíve is megnyhül majd irántam, akik ma még morcosnak érzik magukat.

Az új kedvezményrendszerünk

Nem nevezném „hűségprogramnak”, mivel nem támaszt Önnel szemben semmiféle elvárást. Nem kell hűségesnek lennie! A kedvezmény mértéke nem függ attól, hogy milyen készítményeket vásárol, függetlenül attól, hogy milyen értékben, és nem függ attól sem, hogy Ön milyen gyakran fordul meg nálunk.

Az új rendszer végtelenül egyszerű 2024. január 1-től vehető igénybe

A kedvezmény igénybevételéhez mindössze regisztrálnia kell, azt is csak azért, hogy nyilvántarthatassuk a vásárlásai során összegyűjtött pontokat, amelyeket egy későbbi vásárlása alkalmával tetszése szerint válthat be bármelyik általunk kínált termékre. A regisztrációval megnyitott számláján a nálunk elköltött összeg után **5%-nak megfelelő mennyiségű pontot** írunk jóvá Önnek, függetlenül attól, hogy milyen értékben vásárolt.

1 pont 1 Ft értéken váltható be egy későbbi vásárlás alkalmával bármikor. Például egy 1.000 Ft értékű vásárlás után 50 pontot írunk jóvá, egy 2.300 Ft értékű vásárlás után 115 pontot, 7.500 Ft értékű vásárlás után 375 pontot, 12.000 Ft értékű vásárlás után 600 pontot és így tovább.

Még csak nem is sugallhatja? – 1. rész

Amint már említettem, a betegségek fenntartásában érdekelt erők nagyon is tisztában vannak a vitaminok és egyéb hasznos tápanyagok elképesztően magas szintű jótékony hatásaival. Igyekeznek is minden lehetséges módon elzárni az emberek elől azokat a létfontosságú információkat, amelyek rábírhathák őket a *megfelelő mennyiségű* vitamin fogyasztására.

A megfelelő mennyiség lenne a lényeg!

Nem véletlenül kényszerítették rá az Európai Unió tagországaira a korábban már bemutatott korlátozás mellett a következő szabályt is.

„Az étrend-kiegészítő jelölése, megjelenítése, reklámozása nem állíthatja vagy sugallhatja, hogy a változatos, kiegyensúlyozott étrend nem alkalmas a szükséges tápanyagok bevitelére.”

Dacára annak, hogy nem alkalmas!

Ez a tudományos tény már nagyjából száz évvel ezelőtt is ismert volt. Nem véletlenül fogalmazta meg a korábban már idézett Szent-Györgyi Albert professzor az alábbi szellemesen tömör mondatot.

„A vitamin olyan anyag, amely akkor okoz betegséget, ha nem esszük meg!”

Mivel konkrét vitaminkészítményekkel kapcsolatban tilos azt mondani, hogy *„ezt meg ezt a vitamint vagy egyéb tápanyagot azért kellene fogyasztanod, mert az étrendünk távolról sem biztosít belőle elegendő mennyiséget”*, nem is teszem.

Lehet, hogy mások – akik nincsenek olyan mértékben a betegségek fenntartásában érdekelt erők figyelmének középpontjában, mint én – megtehetik. Én nem.

Én a könyveimben teszem közzé az ezzel kapcsolatos igazságot. Így aztán leginkább az olvasni szerető embereket tudom könnyen felvilágosítani. Ismét idézek néhány ide illő gondolatot a készülő új könyvemből.

“

Már közel száz éve tudunk arról, hogy *az élelmiszereink nem biztosítanak* számunkra elegendő mennyiségű vitamint, ásványi anyagot és nyomelemet. Már közel száz éve tudunk arról, hogy ezek elégtelen mennyisége *az egyik legfontosabb egészségromboló tényező.*”

A cikk folytatódik a 22. oldalon >>

Kevéssé ismert fontosság

Kétségtelen tény, hogy kalciumból és magnéziumból is komoly hiányt szenvedünk. Erre a kérlelhetetlen tényre még a gyógyszeripari termékreklámok és az egészségügyi hatóságok is felhívják a figyelmet.

Arról azonban nem beszélnek, hogy a kalcium és a magnézium csak bizonyos feltételek teljesülése esetén fejti ki a tőle elvárható kedvező hatást!

Tudja meg, hogy

- miért *fontos* a szervezetünk számára a kalcium és a magnézium,
- milyen *tüneteket* okoz a hiányuk,
- miként kell *helyesen* fogyasztani őket, és
- milyen *szép eredményeket* lehet elérni a *valóban helyes* alkalmazásukkal.

**Rövid, lényegre törő kiadvány.
Egy teázásnyi idő alatt elolvasható.**



Olvassa el és könnyítsen az életén!

Még csak nem is sugallhatja? – 2. rész

Az idézet folytatása:

1942-ben Dr. Sós József, a közegészségügy jobbra tételén szorgoskodó nagyszerű orvos neve alatt jelent meg egy rendkívül figyelemre méltó könyv *MAGYAR NÉPTÁPLÁLKOZÁSTAN* címmel.

Mutatok Önnek néhány értékes gondolatot a már több mint 80 évvel ezelőtt kiadott könyv előszavából:

- „A táplálkozási hiánybetegségek tanulmányozása terelte rá a figyelmet a táplálkozás minőségi igényeire.”
- „A táplálkozás részletes kutatása az elmúlt három utolsó évtizedben kiderítette, hogy az embernek a tápanyagigénye minőség tekintetében igen nagy.”
- „Az egyes ember a civilizáció fejlődésével mind gyámoltalanabb lett, élete fenntartásához mind nagyobb segítségre szorul.”

A könyvből kiderül, hogy már több mint 80 évvel ezelőtt is egyértelmű volt, az egészségügyi hatóságoknak *sürgősen* tenniük kell valamit.

Haladéktalanul el kell indítaniuk egy átfogó népegészségügyi programot.

Azzal a céllal, hogy megakadályozzák a hiányállapotokból fakadó, az egész népet fenyegető egészségromlást.

Mégsem történt semmi!

Több mint 80 év alatt nem történt semmiféle előrelépés!

Pedig az a helyzet, amely már 1942-ben is sürgős intézkedést tett volna szükségessé, tovább romlott. Mégpedig katasztrófális mértékben.

Hadd mutassak Önnek néhány ezt alátámasztó illusztrációt.

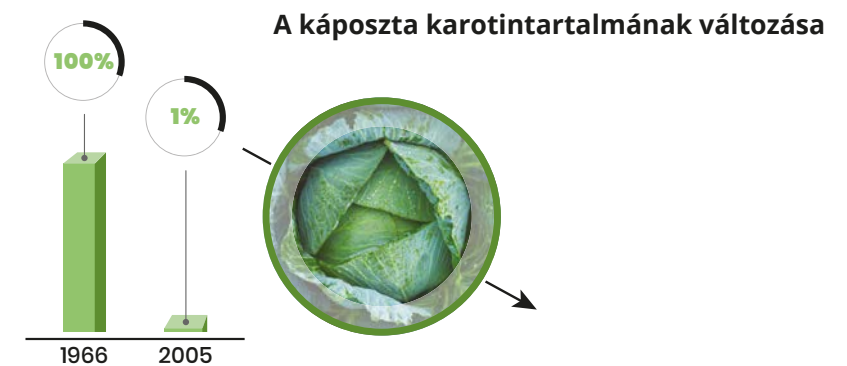
Néhány grafikont, amelyek azt ábrázolják, hogy milyen mértékben hanyatlott tovább az élelmiszereink vitamin- és ásványianyag-tartalma.

Karotin

A testünk karotinból tudja előállítani a számára szükséges A-vitamint.

A karotin neve a latin *carota* = *sárgarépa* szóból származik.

Az első rendelkezésemre álló vizsgálati eredmény 1966-ból származik. Tekintsük az akkor mért értéket 100%-nak.



A hatóságok nem foglalkoznak ezzel a kérdéssel, így a legutolsó közel húsz esztendőben – legjobb tudomásom szerint – nem történtek újabb, friss információkkal szolgáló vizsgálatok. A korábbi tendenciákat látva biztos vagyok abban, hogy a helyzet azóta még sokkal rosszabb lett.

A cikk folytatódik a 26. oldalon >>

A mi születésnap ajándékunk No 4.

Vadonatúj termékeink

Új szupersztár született!
az

Életerő Multivitaminpor

A már jól bevált *Életerő Multivitamin-recept* alapján készülő, vegán vásárlók által is fogyasztható egyedülálló termékkülönlegesség.

Elsősorban „kényes torkúak” számára fejlesztettük ki, akiknek nehézséget jelent kapszulák vagy tabletták lenyelése, de bárki bátran fogyaszthatja.



13.840 Ft

Tudnia kell, hogy egyes vitaminok kellemetlen ízét egyáltalán nem könnyű „elfedni”, különösen nem az általam alkalmazott megfelelően nagy adagok esetén.

Így komoly kihívást jelentett, és éveken át tartó termékfejlesztést igényelt, hogy végül olyan készítménnyel tudjunk előállni, amelyik akár egyszerűen kanalazva is kényelmesen elfogyasztható. Én elégedett vagyok az eredménnyel.

A helyes adagolás:

- Az **Alap** fokozatnak megfelelő mennyiség: **1 doboz/hó**
- A **Közepes** fokozatnak megfelelő mennyiség: **1,5 doboz/hó**
- Az **Erős** fokozatnak megfelelő mennyiség: **2,0 doboz/hó**

A hölgyek új kedvence:



Hialuronsav

Extra magas
300 mg/kapszula hatóanyagtartalommal



EXTRA
kedvező
áron

4.490 Ft/doboz
60 db kapszula

Resveratrol

Vegán vásárlók által is fogyasztható termék



EXTRA
kedvező
áron

3.730 Ft/doboz
60 db kapszula
125 mg/kapszula

Krillolaj



4.745 Ft/doboz
90 db kapszula
500 mg/kapszula

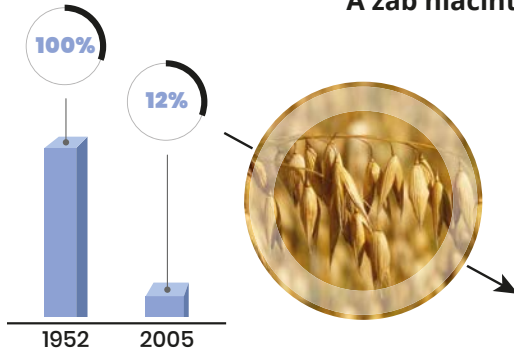
Még csak nem is sugallhatja? – 3. rész

Az idézet folytatása:

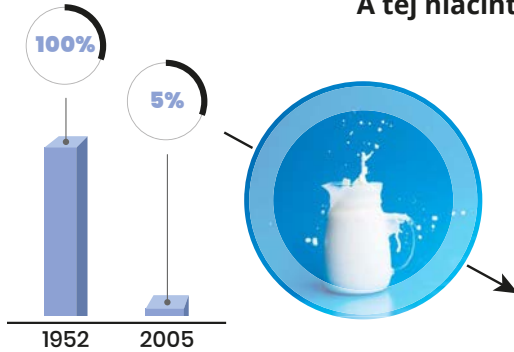
B₃-vitamin, másik nevén Niacin

A test méregtelenítésében kulcsfontosságú szerepet játszó vitamin.

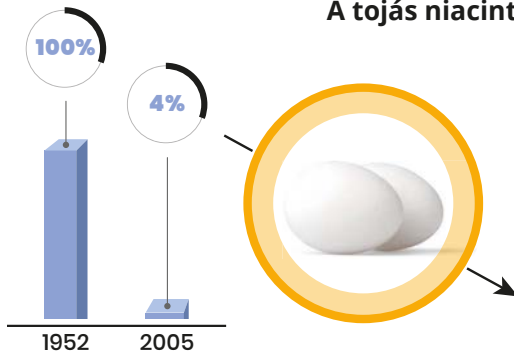
A zab niacintartalmának változása



A tej niacintartalmának változása



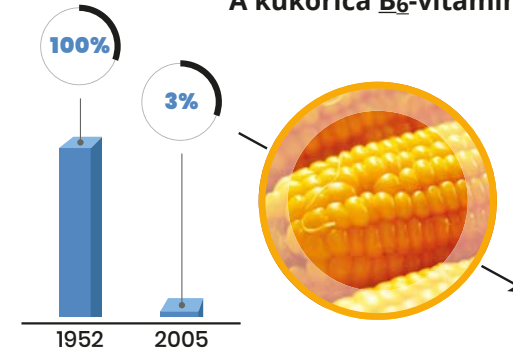
A tojás niacintartalmának változása



Fontos tudnivaló, hogy *ha csak egyetlen* vitaminfésülés mennyisége is hanyatlik, akkor az hatással van *az összes többi* vitaminfésülés hasznosulására is. A vitaminok ugyanis *csapatjátékosok*, és csak akkor képesek kiváltani a tőlük elvárható jótékony hatást, ha a csapat többi tagjától is megkapják az ehhez szükséges támogatást.

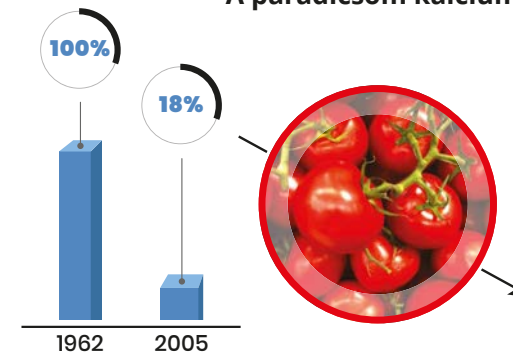
B₆-vitamin

A kukorica B₆-vitamintartalmának változása



Kalcium

A paradicsom kalciumtartalmának változása



A vitaminok, ásványi anyagok és nyomelemek egy olyan *nagy család* tagjainak tekinthetők, amelyben minden egyes családtag segíti, támogatja *az összes többi családtag* munkáját és boldogulását.

Már egyetlen családtag – például egyetlen ásványianyag-fésülés – elégtelen mennyisége is megrendítheti a kölcsönös együttműködés rendszerét.

A cikk folytatódik a 30. oldalon >>

A mi születésnap ajándékunk No 5.

Hamarosan megérkeznek

Várhatóan 2023. december végén, 2024. január elején kerülnek forgalomba

K₂-vitamin



1.660 Ft/doboz
60 db kapszula / 100 mcg

Quercetin



2.895 Ft/doboz
60 db kapszula / 250 mg

NAC



2.440 Ft/doboz
60 db kapszula / 600 mg

Aminosavak



3.720 Ft/doboz
60 kapszula / 344 mg

Gumivitaminok sorozat vegán vásárlók által is fogyasztható termékek

C-125 Gummy



2.660 Ft/doboz
60 db
125 mg C-vitaminnal

Kalcium 160 Gummy



2.820 Ft/doboz
60 db
160 mg Kalciummal

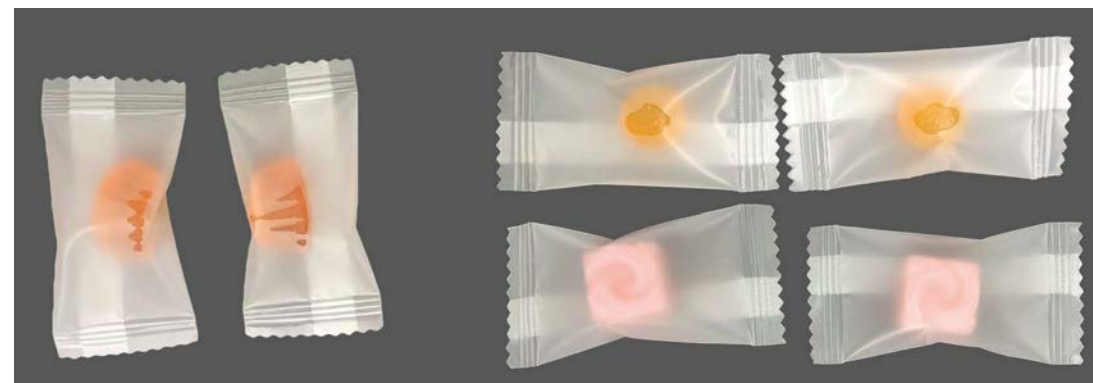
D-250 Gummy



2.580 Ft/doboz
60 db
250 NE D-vitaminnal

Kóstoló

A gumivitaminok sorozat tagjai várhatóan 2023. december végén, 2024. január elején kerülnek forgalomba. Velük együtt érkeznek a kóstolóként szolgáló termékminták is. Vihet majd ezekből a gyermekének, unokájának.



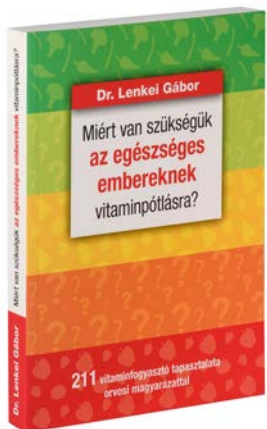
A mi születésnapi ajándékunk No 6.

20% kedvezmény

A születésnapi ünnepi évünk végéig, 2024. december 31-ig
az alábbi naptár szerint

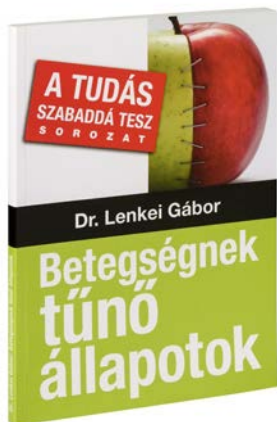
20% kedvezménnyel
vásárolhat Dr. Lenkei könyvet

2024 január



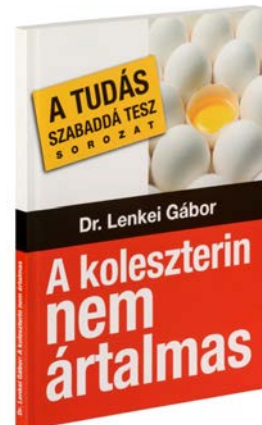
~~2.850-Ft~~
2.280 Ft

2024 február



~~2.850-Ft~~
2.280 Ft

2024 május



~~2.850-Ft~~
2.280 Ft

2024 június



~~1.650-Ft~~
1.320 Ft

2024 július



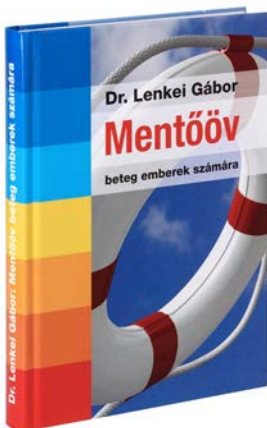
~~3.200-Ft~~
2.650 Ft

2024 augusztus



~~990-Ft~~
790 Ft

2024 március



~~4.650-Ft~~
3.720 Ft

2024 április



~~500-Ft~~
400 Ft

~~760-Ft~~
600 Ft

2024 szeptember



~~990-Ft~~
790 Ft

2024 október



~~500-Ft~~
400 Ft

~~760-Ft~~
600 Ft

2024 november

500 Ft
400 Ft

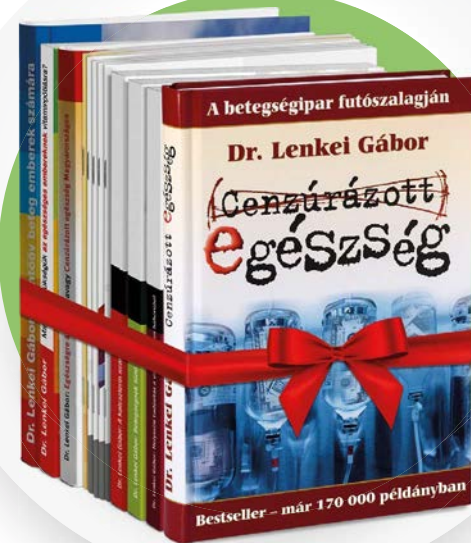
2024 december

500 Ft
400 Ft

Ráadás ajándék!

A teljes Dr. Lenkei könyvcsomag
2024. december 31-ig a korábbi 25% helyett

40%-os kedvezménnyel vásárolható meg

Mivel újabb és újabb könyvek jelennek meg,
a bővülő teljes könyvcsomag ára is változik

Gyógyító hatással bíró mennyiség...?

Ön már ismeri az Európai Unió által alkotott és a tagországokra rákényszerített szabályt: „Az étrend-kiegészítő jelölése, megjelenítése és reklámozása során tilos a terméknek **betegséget megelőző vagy gyógyító** hatást tulajdonítani, illetve ilyen tulajdonságra utalni.”

Ha tilos, akkor tilos. Az viszont nem tilos, hogy *idézzek néhány mondatot* egy olyan hivatalos dokumentumból, amelyet nekem címzett a velem szemben intézkedő egészségügyi hatóság.

Nézzük a sztorit!

A 2003. év legvégén megjelent Cenzúrázott egészség című legelső könyvemben közzéttem egy olyan *multivitamin-összeállítás* receptjét, amelyről úgy gondoltam, hogy alkalmas az egészség alapjainak helyreállítására, és ezzel egyidőben elérhetővé tettem a *recept alapján készülő* Dr. Lenkei Életerő Multivitaminokat is.

Nem sokkal később, 2005-ben kaptam egy érdekes határozatot az ÁNTSZ* nevű egészségügyi hatóságtól, amelyben *megtiltották* gyakorlatilag az összes a nevemmel fémjelzett készítmény további forgalmazását.

A döntést a készítményeim *magas hatóanyagtartalmával* indokolták, ami azt jelenti, hogy a hatóság szerint *túlságosan sok* vitamint és egyéb hatóanyagot tartalmaznak. A határozat szövegét megfogalmazó hivatalnok még a Cenzúrázott egészség című könyvem is elolvasta, sőt, az intézkedés indoklásában hivatkozott is arra. Idézem:

„A dr. Lenkei Gábor által írt könyv magyarázatot ad készítményei magas hatóanyagtartalmára. E könyv vezérmotívuma, hogy nagyon sok betegség oka valamilyen hiányállapot.”

Ez így igaz. Nagyon sok betegség oka valamilyen hiányállapot. Ezt nem én találtam ki, ez az információ már a múlt század eleje óta ismert.

A hiányállapot olyan kedvezőtlen testi állapot, amely azért alakul ki, mert a szervezetünk nem jut elegendő mennyiségű vitaminhoz, ásványi anyaghoz, nyomelemhez vagy egyéb fontos tápanyaghoz. Ez a hiány *megrendíti az egészséget*, majd idővel *egyre súlyosabb betegségek* kialakulásához járul hozzá.

*ÁNTSZ: Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat. Mai nevén NNK, azaz Nemzeti Népegészségügyi Központ.

Amint mondtam, ez az információ már a múlt század eleje óta ismert

Akkor fedezték fel azok a zseniális tudósok – Szent-Györgyi Albert is köztük tartozott –, akik lehetővé tették az *egészségtudomány* megszületését, és ezzel megteremtették az alapjait annak, hogy létrejöhessen egy betegségektől szinte teljesen mentes civilizáció.

Ez a tudás ugyanis lehetővé teszi azt, amire a kémiai úton előállított gyógyszerek sohasem voltak, és soha nem is lesznek képesek. Lehetővé teszi *betegségek megszüntetését*, mégpedig természetes, gyógyszermentes eszközökkel.

Ennek érdekében pusztán annyit kell tenni, hogy *megszüntetjük azt a hiányállapotot*, amely azért jött létre, mert az élelmiszereink nem biztosítanak számunkra elegendő mennyiségű vitamint, ásványi anyagot és nyomelemet.

Mivel ez a tudás veszélyezteti a kémiai úton előállított gyógyszerek minél nagyobb tömegben történő eladását, egyszerűen kicenzúrázták az orvoslás tananyagából.

Térjünk vissza a hatáság által kifogásolt *magas hatóanyagtartalomhoz*.

Vajon miért kifogásolták? Féltették a fogyasztók egészségét?

Nem! A tiltó határozatban közölt indoklás egyértelművé teszi, hogy mi töltötte el őket aggodalommal. Így hangzik:

„A készítményekben levő vitaminok mennyisége meghaladja az étrend-kiegészítést szolgáló mennyiséget. Több esetben már eléri, sőt, meghaladja a gyógyító hatással bíró mennyiséget.”

Gyógyító hatással bíró mennyiség!

A hatáság arra próbált rákényszeríteni, hogy vonjam ki a forgalomból a túlságosan is jó készítményeim, mert azok *konkurenciát jelentenek* a kémiai úton előállított gyógyszerek számára.

Ez volt a legelső támadás. Később követték további, mindenféle egyéb ürüggyel indított támadások is, de ezekről nincs túl sok értelme beszélni.

A lényeg ugyanis az, hogy minden ilyen alkalommal kiálltuk a próbát, sikerült megvédenünk magunkat és a készítményeim.

A sztori poénja

Az uniós szabályozás értelmében *én nem mondhatom* a készítményeimről, hogy gyógyító hatással bírnak. Nem is teszem.

Megelégszem azzal, hogy egy egészségügyi hatáság állítja ezt róluk.

Erősségeink

„A dr. Lenkei Gábor által írt könyv magyarázatot ad készítményei magas hatóanyagtartalmára.”

Igen! Ez az egyik legfőbb erősségünk. A magas hatóanyagtartalom!

Nem alkudtunk meg! Megvédtük a készítményeim, hogy Ön megtapasztalhassa a *legerőteljesebb jótékony hatást!*

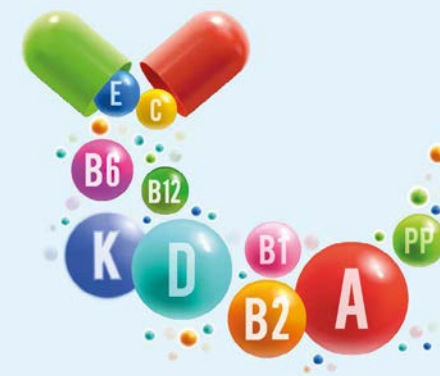
Ha az Életerő Multivitamin készítményeim hatóanyagtartalmát összehasonlítja a mások által kínált termékek vitamin- és ásványianyag-tartalmával, látni fogja, hogy mennyire *szembeszökő a különbség.*

A másik erősségünk a hatóanyagok sokfélesége

Az Életerő Multivitamin készítményeim tartalmazzák az *összes fontos hatóanyagot*

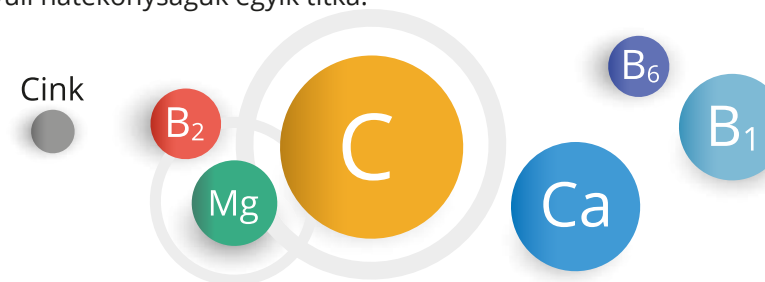
- 15-féle vitamint,
- 10-féle ásványi anyagot,
- és sokféle nyomelemet

Nem nagyon talál a piacon ilyen *teljes, hiánytalan* tekinthető összeállítást.



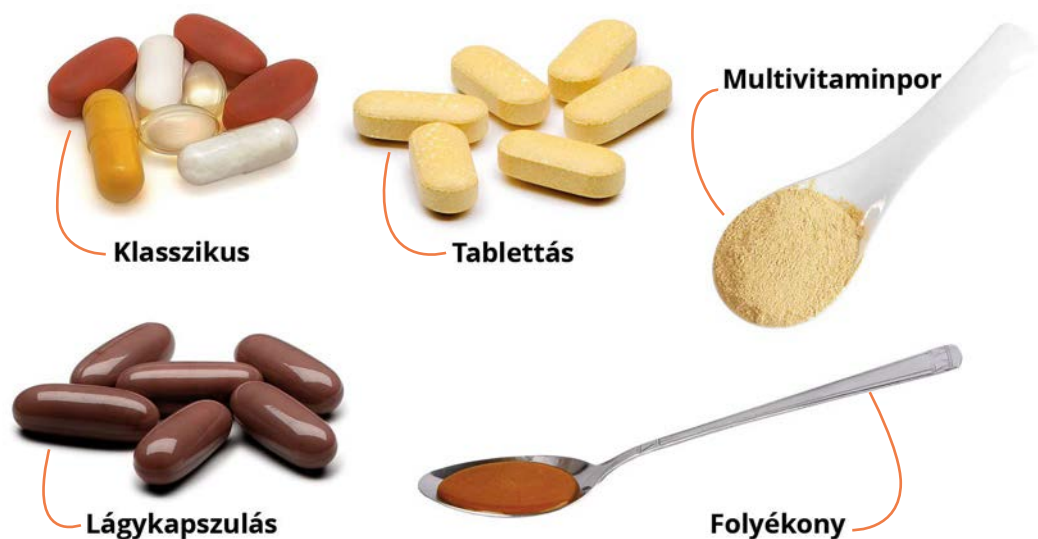
A harmadik erősségünk az alkotóelemek precízen megtervezett aránya

Bámulatosan *kiegyensúlyozott, harmonikus* összeállítások. Ez a rendkívüli hatékonyságuk egyik titka.



A negyedik erősségünk a sokszínűség

Nem hiszem, hogy bárhol másutt találna ilyen jellegű, és egyben ennyire bőséges multivitamin-választékot.



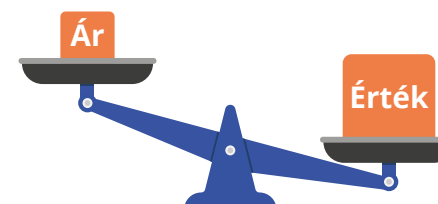
Az ötödik erősségünk a többféle erősségi fokozat

Az Életerő Multivitamin készítmények többféle erősségi fokozatban készülnek, hogy bárki megtalálhassa a testsúlyához, az életviteléhez, a leterheltségéhez legjobban illeszkedő fokozatot. Többek között ebben rejlik a sikereink titka.



A hatodik erősségünk a kiváló ár érték arány

Bátran kijelenthetem, hogy ebben is verhetetlenek vagyunk.



A hetedik erősségünk
Túlzás nélkül mondhatom,
hogy az alábbi kijelentés megállja a helyét:

dr.Lenkei
A MULTIVITAMIN-SPECIALISTA



A mi születésnap ajándékunk No 7.

Az út ki lett taposva

Hogyan váltjuk valóra a mindennapi életben Szent-Györgyi Albert professzor 1939-ben megfogalmazott zseniális jóslatát?

„Ha pontosan megértjük a vitaminok működését, és megfelelően alkalmazzuk őket, akkor az emberi szenvedést olyan mértékben tudjuk majd csökkenteni, amit ma még a legnagyobb elme sem tud elképzelni.”

Vigyázat!

A szenvedés fogalmát nem szabad leszűkíteni a súlyos betegségekre!

- Ha egy vitaminhiányos édesanya idegrendszere könnyen felborzolódik, és *türelmetlen, ingerült lesz* a gyermekeivel, akkor ő nem fog jókat gondolni saját magáról. Hibáztatni fogja saját magát. *Szenved!*
- Ha egy fiatal ember arról számol be, hogy délutánra már *elfogy az energiája*, és már arra sem marad ereje, hogy este találkozzon a haverokkal, akkor ő *szenved*.
- Ha valakit a vitaminhiány következtében *lidércecs álmok* gyötörnek, és reggelente úgy ébred, mint akin végigment az úthenger, akkor ő is *szenved*.
- Ha egy tanuló *csak bámul maflán maga elé*, és úgy érzi, hogy a leckéből semmi sem megy be a fejébe, akkor ő is *szenved*.
- Mit gondol, mit érez egy férfi, akinél a vitaminhiány miatt *impotencia* alakul ki? Lehet, hogy a szégyenérzet megakadályozza abban, hogy beszéljen erről, de az, hogy hallgat, még nem jelenti azt, hogy nem *szenved*.

Tágítsuk hát ki a *szenvedés* fogalmát a *hétköznapi* megjelenő számtalan formájára is. Meggyőződésem, hogy Szent-Györgyi Albert is ebben a tág értelemben használta a *szenvedés* szót.

Húsz éve tapasztalom meg nap mint nap, hogy a vitaminok megfelelő használatával az emberi szenvedés legtöbb formáját olyan mértékben lehet csökkenteni, *amit ma még a legtöbb ember el sem tud képzelni*.

Ahhoz, hogy nagyon szép eredményeket érjünk el, meglehetősen *pontosan kell értenünk* a vitaminok működését, és képesnek kell lennünk arra, hogy *megfelelően alkalmazzuk* azokat.

„Ha pontosan megértjük a vitaminok működését”

A kiváló eredmények tanúsága szerint ezen a téren sikerült elég jó munkát végezni.

- Megértettem, hogy a vitaminok, ásványi anyagok és nyomelemek akkor fejtik ki a legerőteljesebb jótékony hatást, *ha nem egyesével, nem külön-külön alkalmazzuk őket*.
- Megértettem, hogy a legjobb hatást akkor érjük el, *ha egyszerre fogyasztunk 15-féle vitamint, 10-féle ásványi anyagot és sokféle nyomelemet*.

Ezt a megértést tükrözik vissza a Dr. Lenkei Életerő Multivitaminok.

„és megfelelően alkalmazzuk őket”

Ez már az Ön feladata!

De én nem hagyom magára, nem dobom be Önt a mély vízbe. Igyekszem megadni minden támogatást ahhoz, hogy ki tudja hozni a készítményeimből a maximumot. Ezzel a céllal készítettem az Ön számára egy olyan térítésmentes kiadványt, amelyből könnyűszerrel megtanulhatja, miként kell *megfelelően alkalmazni* a vitaminokat.



Szerezze meg a saját példányát!

Elérhető Magyarország több mint 70 pontján és Romániában is 6 helyszínen (Lásd 9-14. oldal)

Friss szemmel a cukorbetegségről

Hippokratész már közel két és fél ezer évvel ezelőtt azt tanította, hogy a gyógyulni kívánó ember és a gyógyítani kívánó orvos talán legfőbb szövetségese a



Vis medicatrix naturea
magyarul
A természet gyógyító ereje



Miként lehet életre kelteni a testünkben szunnyadó öngyógyító erőt?
Miként lehet felhasználni arra, hogy jobbá tegyük a cukorbeteg életét?

Erről szól ez a könyv!



Olvassa el, és könnyítsen az életén!

A Dr. Lenkei Egészségkultúra céljai

20 évvel ezelőtt, 2003. november 25-én a **Cenzúrázott egészség** című könyv megjelenésével született meg a Dr. Lenkei Egészségkultúra.

A könyvet azzal a céllal írtam, hogy felrázzam az embereket, és megmutassam nekik, hogy a személyes egészségük trükkös, rejtett módon ugyan, de kíméletlen támadásoknak van kitéve.

A könyv alcíme nem véletlenül lett ez: **A betegségipar futószalagján.**

A Dr. Lenkei Egészségkultúra „születési anyakönyvi kivonatába” az alábbi célok lettek bejegyezve:

- Egy betegségtől szinte teljesen mentes civilizáció, amelyben az emberek ismerik és teljes mértékben ki is bontakoztatják a természetadta eredendő képességeiket.
- Egy civilizáció, amelyben az emberek elegendő tudással rendelkeznek ahhoz, hogy ki tudják vonni magukat a betegségek fenntartásában érdekelt erők manipulációinak hatása alól, így a saját kezükbe tudják venni az egészségük és ezzel a sorsuk irányítását.
- Egy civilizáció, amelyben az emberek a teljes mértékben kibontakoztatott eredendő képességeik révén Emberhez valóban méltó, rendkívül magas minőségű, örömben gazdag életet élnek.
Viruló egészségben.
- Egy civilizáció, amelyben a szabadságvágyó emberek összefognak, hogy legyőzzék az egészség területén tapasztalható elnyomást, és érvényt szereznek az egészséggel kapcsolatos alapvető emberi jogaiknak.
- Egy civilizáció, amely olyan biztonságos jövőt teremt mindannyiunk számára, amelyben a gyermekeink, az unokáink és az ő leszármazottjaik is rendelkezhetnek majd ezekkel az alapvető emberi jogokkal.

dr.Lenkei
EGÉSZSÉGGKULTÚRA

Gyermekek által is könnyen fogyasztható készítmények

A szülőket sajnos nem tanítják meg arra, hogy miképpen kellene karbantartani a csemetéjük egészségét.

A hosszú évek során rengeteg levelet kaptam édesanyáktól. Ilyesfélét:

„Kisfiam két éves korában bölcsődés lett, mivel visszamentem dolgozni.

Betegség betegség után következett. Többet volt itthon, mint a bölcsiben.

Antibiotikumok sorát írták fel, és adtuk be a kisfiunknak. Senki egy szóval sem említette, hogy talán egy kis vitaminnal erősíthetnénk az immunrendszerét.”

Igen! A vitaminok valóban segítenek, de *csak abban az esetben, ha kellő mennyiséget biztosítunk belőlük* a gyermekeink számára!

A levelet író hölgy megemlíti, hogy akkor értette meg, *mennyire fontos a megfelelő adagok fogyasztása*, amikor elolvasta a *Cenzúrázott egészség* című könyvem.

Elmeséli, hogy ezt követően gondoskodott is arról, hogy a gyermeke megkapja *a valóban szükséges* vitaminmennyiséget. Majd így folytatja a levelét:

„A hatás nem maradt el, betegség miatt eddig egyetlenegy napot sem hiányzott az óvodából.”

A gyermekeknek sok vitaminra van szükségük!

Sokkal többre annál, mint amennyit a televíziókban hirdetett gyógyszergyári gyermekvitaminok biztosítanak számukra.

Ha ránézünk az újra meg újra taknyos, a bölcsiből, oviból és suliból betegségek miatt rendszeresen hiányzó gyermekek hatalmas számára, akkor láthatjuk, hogy *a szokványosan alkalmazott vitaminadagok* nem óvják meg a gyermekek egészségét.

Például *a mindennapi minimális C-vitamin igényünk* 40 milligramm minden egyes testsúlykilogramorra számítva. Ez azt jelenti, hogy egy 10 kg-os csemetének naponta legkevesebb 400 milligrammra, azaz közel fél grammra van szüksége.

De a gyermekeknek nem csak C-vitaminra van szükségük. Szükségük van mind a 15-féle vitaminra, 10-féle ásványi anyagra és sokféle nyomelemre.

Még a felnőtteknél is nagyobb szükségük van ezekre, hiszen meg kell növeszteniük a testcsekjüket, és ehhez sokkal több támogatást kell kapniuk.

A testsúlyarányos vitaminigényük nem kisebb, sőt, inkább nagyobb, mint a felnőtteké!

Ebben a Magazinban sajnos nem tehetek közzé adagolási útmutatást, de ha befárad bármelyik Dr. Lenkei Életerő Centrumba, vagy Szerződött Termékforgalmazóhoz, akkor elkérheti az általam készített ajánlást.

Mutatok néhány terméket, amelyek gyermekek számára is könnyen fogyaszthatók.



A *gumivitamin-sorozat* jelenleg elérhető tagjait inkább olyan nyalánkságnak szántam, amelyek alkalmasak arra, hogy megkedveltessék az apróságokkal a vitaminok fogyasztását.

Sok-sok korábbi elutasítást követően nemrégiben szerencsére találtunk olyan hozzáértő és rugalmas gyártót, akivel együtt tudunk dolgozni normális mennyiségű vitamint tartalmazó cukormentes **gumi multivitaminok** kifejlesztésén.

Nem kedvelem...!

Nem kedvelem a hivatalosan kötelezővé tett „**étrend-kiegészítő**” kifejezést!
Az én szememben ez egy trükkös, csapdába csaló megnevezés.
Meggyőződésem, hogy a kémiai úton előállított gyógyszerek minél nagyobb tömegű eladásában és így a betegségek fennmaradásában érdekelt erők által megbízott speciális „szakértők”, a manipuláció* mesterei álltak elő ezzel az ötlettel.

„Kiegészítő”

Azt jelenti, hogy valami, ami nem nélkülözhetetlen, ami nem alapvetően fontos. Mellékes. Olyan valami, amit használhatunk, ha úgy tartja a kedvünk, de nem ér minket különösebb kár, ha nem tesszük.
A vitaminok, ásványi anyagok, nyomelemek és egyéb vitaminként viselkedő nélkülözhetetlen tápanyagok nem „kiegészítik” az étrendet, hanem *az étrend nélkülözhetetlen lényegi részét képezik*. Mint ahogyan az étkezések mellett elfogyasztott víz sem csupán „étrend-kiegészítő”.

Ők a testben zajló bonyolult folyamatok szervezői és irányítói!

Ők a munkafelügyelők, a rendteremtők. Nélkülük *zűrzavar, fejetlenség* keletkezik a sejtekben és következményesen az egész emberi testben.
Az elégtelen mennyiségük nagymértékben hozzájárult ahhoz, hogy húsz év alatt megduplázódott az életet megnyomorító krónikus betegségek száma!

A 22. oldalon már említett *MAGYAR NÉPTÁPLÁLKOZÁSTAN* című könyvben ez áll:

„Kétségtelennek látszik, hogy a történelem előtti, sőt a régi történelmi idők emberének tápláléka sok tekintetben más volt, mint a mai idők civilizált emberének étrendje.
A természet, bölcs berendezésében, az ősvilágban az embernek a legelőnyösebb alakban nyújtotta mindazt, amire teste fejlődéséhez, élete fenntartásához szüksége volt.”

„Az egyes ember a civilizáció fejlődésével mind gyámoltalanabb lett, élete fenntartásához mind nagyobb segítségre szorul.”

A „Még csak nem is sugallhatja?” fejezet részeiben láthatta, hogy ez milyen mértékben igaz. Én úgy vélem, hogy mai világunkban étrend-kiegészítőnek – pusztán „kiegészítőnek” – nevezetni az élelmiszereinkből a bemutatott mértékben hiányzó vitaminokat és ásványi anyagokat nem más, mint arcátlan cinizmus.

***Manipuláció:** konkrét emberek, csoportok vagy akár a teljes közvélemény tisztességtelen befolyásolása ravasz, rejtett, trükkös eszközökkel, visszaélve az emberek jóhiszeműségével és megtéveszthetőségével.

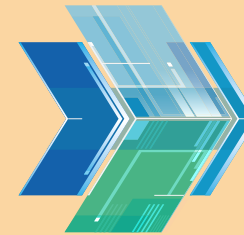
Dr. Lenkei Channel*

2020. április 11-én vált elérhetővé a saját független videócsatornám.

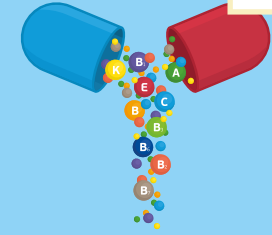
www.drlenkeichannel.com

Különbféle témákban kínálok Önnek kisfilmeket.

Például:



Magamról



Vitaminok



Könnyítsen az életén



Betegségügy, gyógyszermaffia



Táplálkozás



Testedzés

Látogasson el Ön is az oldalra!

***Channel:** angol szó, a jelentése: csatorna.

Főhajtás a vásárlóink előtt

Minden eredmény, amit az elmúlt húsz év alatt elértem, elsősorban azoknak a nagyszerű embereknek köszönhető, akik egy jobb, magasabb minőségű élet iránti vágyuk által hajtva *tudást és megfelelő eszközöket kerestek*, hogy nemes törekvésüket valóra is váltsák.

Nélkülük semmire sem mentem volna!

Ők olvasták el a könyveimet, ők nézték meg a kisfilmjeimet, ők vettek részt az előadásaimon, ők tanulták meg, miképpen kell megfelelően alkalmazni a készítményeimet, ők értek el olyan nagyszerű, sokszor szinte csodaszámba menő eredményeket, amelyek megfelelnek Szent-Györgyi Albert professzor 1939-ben megfogalmazott jóslatának.

„Ha pontosan megértjük a vitaminok működését, és megfelelően alkalmazzuk őket, akkor az emberi szenvedést olyan mértékben tudjuk majd csökkenteni, amit ma még a legnagyobb elme sem tud elképzelni.”

Ők tartották bennem a lelket azokban az időkben, amikor a legvadabb támadásokat kaptuk. Ők léptek be az Életerő Centrumokba a szolidaritásukat jelző felfelé mutató hüvelykujjal, ők mondták ki hangosan, hogy *„ne aggódjon, mi tudjuk, hogy mi az igazság, mi kitartunk ön mellett!”*.

A készítményeim megfelelő használatával elért kedvező tapasztalataikról szóló, írásba foglalt és hozzám eljuttatott beszámolóik tízezreit olvasva bizonyosodtam meg nap mint nap arról, hogy jó döntést hoztam akkor, amikor a Cenzúrázott egészség című könyvem ezzel a négy szóval fejeztem be: *„Soha nem fogom feladni!”*.

A vásárlóink iránt érzett tiszteletünk és megbecsülésünk jeleként minden napunkat azzal indítjuk, hogy a Dr. Lenkei Egészségkultúra munkatársai elolvassák egy vásárlónk kedvező tapasztalatairól szóló szép beszámolóját. Minden áldott nap egy újabbat.

Ezek a beszámolók azt üzenik számunkra, hogy aznap is volt értelme elfordítani a kulcsot a zárban, volt értelme kitérni az ajtókat, hiszen ezzel újabb esélyt kaptunk arra, hogy még több embert segíthessünk hozzá a magasabb életminőség megtapasztalása által jelentett élményhez.

Tisztelt Vásárlóink!

Önök adnak értelmet a létezésünknek!

Köszönöm, hogy megtisztelnek minket a bizalmukkal és jelenlétükkel.

Mit érdemes tudni a kollagénről?

A kollagén – megérdemelten – nagyon divatos, keresett terméké vált.

Azt sajnos kevesen tudják, hogy a kollagén **csak bizonyos feltételek teljesülése esetén fejti ki a tőle elvárható kedvező hatást!**

Ha már fogyasztja, akkor hozza is ki belőle a maximumot!

A maximumot!

Ne elégedjen meg kevesebbel!



**Rövid, lényegre törő kiadvány.
Egy teázásnyi idő alatt elolvasható.**

Szerezze meg a saját példányát!

Főhajtás nagy tudósok előtt

Mindaz, amit képviselek, évezredes hagyományokkal bír

Olyan évezredes hagyományokkal, amelyek érvényességét a múlt század elején kialakuló *egészségtudomány* is hitelesítette, mégpedig a legmodernebb kutatási módszerek alkalmazásával.

Így váltak ezek az évezredes bölcsességek a modern tudomány szigorú vizsgálati módszerei által is *örökérvényűnek minősített* természeti törvényszerűségeké.

Az egyik tanítómesteremnek az orvostudomány atyjának is nevezett **Hippokratészt** tekintem, aki sokak számára az orvosi eskü névadójaként ismert. A közel két és félezer évvel ezelőtt megfogalmazott egyik legbölcsebb tanácsa ez volt:



Hippokratész (i.e. 460-377)

A táplálkozásban keressétek gyógyulásotokat

Amikor arra törekszem, hogy ellássam az embereket megfelelő mennyiségű vitaminnal, ásványi anyaggal és nyomelemmel, akkor ezt a bölcs útmutatást követem.

Ezek az anyagok ugyanis *élelmiszerek*. A fogyasztásuk *táplálkozás*.

Ahhoz, hogy az étkezésünket olyan valaminek tekinthessük, *ami valóban táplál*, ami valóban segít *megőrizni, megerősíteni, vagy helyreállítani* az egészséget, ami segít *talpra állni* a betegségekből, gondoskodnunk kell arról, hogy a testünk ebből a szempontból se éhezzen.

Amikor könyveket írok, kisfilmeket forgatok, előadásokat tartok, akkor arra törekszem, hogy teljesítsem azt az elvárást, amit a nevem elé írt rövidítés rótt rám.

A latin eredetű *doctor* szó jelentése ugyanis ez: *tanító*

Már Hippokratész is arra tanította az embereket, hogy *az orvosi segítség igénybevétele mellett saját maguknak is cselekedniük kell* az egészségük megóvása vagy helyreállítása érdekében.

Olyannyira fontosnak tartotta ezt, hogy meglehetősen markánsan fogalmazta meg az ezzel kapcsolatos gondolatát.

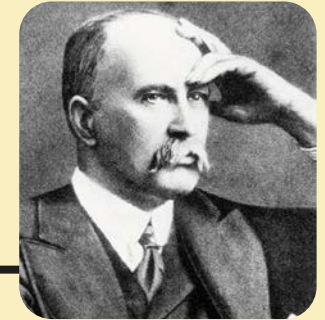
„Ha nem vagy saját magad orvosa, akkor bolond vagy!”

Amikor Hippokratész a *„saját magad orvosa”* megfogalmazást használta, akkor nem csak a már kialakult betegségek gyógyítására gondolt, hanem az egészség megóvására, és a betegségek megelőzésére is. Arra intett minket, hogy ebben az értelemben is *saját magunk orvosának* kell lennünk.

Az ő idejében az orvoslás még sokkal józanabb volt, és leginkább a betegségek megelőzésére összpontosított.

Ha gyógyítani kellett, akkor elsősorban a természet gyógyító erejére támaszkodtak.

Hippokratész hűséges követőjének tekinthetjük **Sir William Osler** kanadai orvost is, akinek a személyes jelentőségét mindennél jobban tükrözi az a tény, hogy hajdan őt nevezték a modern orvostudomány atyjának. Így fogalmazott:



Sir William Osler
(1849-1919)

Az orvos egyik fő feladata megtanítani az embereknek, hogy ne szedjenek gyógyszert.

A gyógyításban még száz évvel ezelőtt is sokkal nagyobb hangsúlyt fektettek az alábbi ósrégi bölcsesség gyakorlati alkalmazására:

Ésszel gyógyíts, ne orvossággal!

Szent-Györgyi Albert is ugyanezt szorgalmazta. Világos útmutatást adott azzal, hogy megfogalmazta a testi bajok, betegségek legfontosabb kiváltó okát, ami nem más, mint:



Szent-Györgyi Albert
(1893-1986)

A testünkkel való visszaélés és nem megfelelő bánásmód

Nevezhetnénk egyszerűen így is: A testünk bántalmazása

A betegségek fennmaradásában érdekelt erők megfosztották az embereket attól a lehetőségtől, hogy megismerhessék az *egészségtudomány* felfedezéseit.

Így az emberek manapság sajnos nincsenek tisztában azzal, hogy akkor is bántalmazhatják a testüket, ha nem is tudnak arról, hogy éppen ezt teszik.

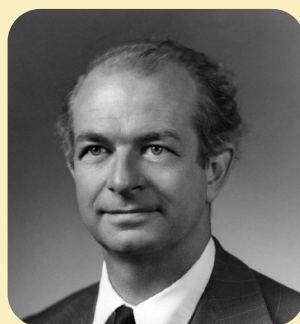
Éppen ezért lett az egyik legfőbb törekvésem az, hogy a tiszteletre méltó nagy elődöktől ellesett tudás széleskörű ismertté tételével töltsöm ki ezt a tátongó űrt.

Linus Carl Pauling

Kétszer kapott Nobel-díjat,
és komoly esélye volt a harmadikra is*.

Szent-Györgyi Albert jó barátja volt.
Sokat leveleztek a vitaminok rendkívüli fontosságáról,
valamint a betegségek megelőzésében és
gyógyításában betöltött kulcsfontosságú szerepéről.

Én is nagyon sokat köszönhetek neki.



Linus Carl Pauling
(1901-1994)

Az ő zseniális gondolatai segítettek megérteni, hogy *milyen mennyiségű* vitamint, ásványi anyagot és nyomelemet kell tartalmaznia egy *valóban hatékony* készítménynek.

A készülőfélben lévő új könyvemben (A vitaminok könyve – I. kötet) bővebben is olvashat majd erről.

Linus Carl Pauling olyan lángelme volt, aki nem savanyodott be a laboratórium falai közé. Az 1950-es években bebizonyította, hogy a kísérleti atomrobbantások ártalmas hatásai már a kisgyermek tejfogjaiban is kimutatható károsodásokat okoznak.

1958-ban megírta a *No More War!*, azaz *Soha többé háborút!* című könyvét.

Megszerezte 11 ezer tudóstársa aláírását ahhoz a kampányához, amely végül, 1963-ban azt eredményezte, hogy az Egyesült Államok és a Szovjetunió megállapodást írt alá a kísérleti atomrobbantások tilalmáról.

A jövőnk érdekében végzett munkáját Nobel-békedíjjal ismerték el.

***Linus Carl Pauling:** kétszeres Nobel-díjas vegyész, kutató, tudós, író, közéleti személyiség, békeharcos és emberi jogi harcos. Talán kaphatott volna harmadik Nobel-díjat is, de 1952-ben az atomfegyverellenes megnyilvánulásai miatt megtagadták tőle a vízumot, így nem utazhatott el arra a tudományos konferenciára, ahol bemutathatta volna a felfedezéseit.

Vegán vásárlók által is fogyasztható készítmények

A termékeink természetesen *mindenki számára készülnek*, de minden olyan esetben, amikor erre van józan lehetőség, törekszünk arra, hogy megfeleljünk a vegán vásárlók igényeinek is.

Ezzel a céllal távolítottunk el minden állati eredetű összetevőt a híressé vált Életerő Multivitamin család egyik legfontosabb képviselőjéből.

Tablettás Életerő Multivitaminok



További, vegán vásárlók által is fogyasztható termékeink:

1. **Életerő Multivitaminpor** – 30 alapfokozatú napi adag
2. **C-1000 Kal-Mag italok** – hatféle ízben, 30 adagos kiszereelésben
3. **C-vitaminok**
 - a. **C-1000 tablettá**, 60-120-250-500 db/doboz
 - b. **Szuper C-vitamin 1.000 mg tablettá**, 60 és 120 db/doboz
 - c. **Enyhe C – Gyomorkímélő C-vitamin-por**, 250 gramm/doboz
4. **Narancsízű C-vitamin rágótabletták**, 250-500-1.000 mg/tabletta, 60 és 120 db/doboz

5. **Alga-Mix tableta:** 500 mg spirulina- és chlorellakeverék, 120 db/doboz
6. **Ásványi Anyag és Nyomelem Komplex tableta:** 90db/doboz
7. **Cinktableta:** 25 mg, 120 db/doboz
8. **A Gumivitamin sorozat tagjai:**
 - a. **C-125 Gummy** – 125 mg C-vitaminnal, 60 db/doboz
 - b. **D-250 Gummy** – 250 NE D-vitaminnal, 60 db/doboz
 - c. **Kalcium Gummy** – 160 mg kalciummal/adag, 60 db/doboz
9. **Jódtableta:** 250 mikrogramm, 120 db/doboz
10. **Krómtableta:** 250 mikrogramm, 120 db/doboz
11. **Magnézium-B6 kapszula:** 150 mg Magnézium, 20 mg B6-vitamin, 60 és 120 db/doboz
12. **Niacintableta:** 100 mg, 100 db/doboz
13. **Resveratrol kapszula:** 125 mg, 60 db/doboz
14. **Spirulina-tableta:** 500 mg Kék alga, 120 db/doboz
15. **Szeléntableta:** 300 mikrogramm, 120 db/doboz
16. **Tengerisó-tableta:** 500 mg, 100 db/doboz

A vegán termékek elérhetők és megtekinthetők ország több mint 70 pontján.

A helyszínek listáját megtalálja az üzletkeresővel ellátott oldalunkon:
www.uzleteink.hu



Vegán vásárlóink számára is elérhető a teljes Ideális összeállítás!



Ne felejtse el levegőt venni!

Húsz éve vagyok a pályán. Látom, ahogy *vitamindivatok jönnek és mennek*. Felkapnak valamit, az *aktuális divattermék* rendszerint üstököszerű pályát fut be. Megjelenik ragyogva, úgy tűnik, mindent bevilágít, *csodaszerként tündököl*, majd idővel kialszik a fénye és porba hull. Majd megjelenik a következő aktuális „sztár”. Most éppen a kurkuma, a K₂-vitamin, a quercetin, a resveratrol, a NAC stb. játssza – képletesen szólva – az összes hollywoodi sikerfilm főszerepét. Korábban mások voltak a sztárok. Ma már senki sem emlékszik rájuk!

Három komoly veszélyt látok ebben a jelenségben

Az első. Az ilyen *divattermékek* az esetek nagy részében valóban hasznosak, de *elterelik a figyelmet a lényegről*. Arról, hogy minden áldott nap szükségünk lenne mind a 15-féle vitaminra, 10-féle ásványi anyagra és sokféle nyomelemre. Mégpedig megfelelő mennyiségben. Ha elmulasztjuk odaadni ezeket a testünknek, az ahhoz hasonlatos, *mint ha elfelejtenénk levegőt venni*.

A második. *Túl sokat ígérnek!* Van jótékony hatásuk, de távolról sem tudnak annyit, mint amennyit megpróbálnak elhitetni az emberekkel. Például a K₂-vitamin is lehet hasznos, de ahogyan azt a Cenzúrázott egészség című könyvemben már 2003-ban leírtam, tudományos tény, hogy a csontok méisztartalmának tényleges növekedéséhez *egyidejűleg sok-sok egyéb* tápanyagnak is jelen kellene lennie.

Önmagában egyik aktuális divattermék sem csodaszer!

Mivel az emberek nem érnek el velük olyan átütő eredményt, mint amelyet reméltek, csalódnak, és lehet, hogy örökre lemondanak az ilyesféle készítmények fogyasztásáról. Így sokkal hátrébb kerülnek annál, mint ahol eredetileg voltak.

A harmadik. Minden divatterméről tudható, hogy a felkorbácsolt kereslet miatt *a tényleges értéküknél jóval magasabb áron kínálják őket*. Az emberek túl sokat költenek ezekre és nem marad pénzecskéjük az igazán fontos készítményekre.

Nem véletlenül döntöttem úgy, hogy az *aktuális piaci árnál jóval olcsóbban fogom kínálni* ezeket az egyébként valóban hasznos, de aktuálisan csodaszerként kezelt és *így indokolatlanul drágává tett* készítményeket.

Láthatja! Nem akarom lebeszélni Önt egyik ilyen termék fogyasztásáról sem!

Sőt! Arra biztatom, hogy használja ezeket bátran. Hasznosak lehetnek.

De a valós helyükön alkalmazza őket! *Desszertként* a fő fogás elfogyasztását követően!

Ne a fő fogás helyett, ne önmagukban!

A legfontosabbnak azt tartom, hogy miközben enged az aktuális divat csábításának, ne felejtse el levegőt venni!

GMO-mentes termékeink

Már csak két készítményünk GMO-mentes igazolása hiányzik.

Azok is csak azért, mert a gyártó meglehetősen borsos árat kért, hogy elvégezze a GMO-mentességet bizonyító hosszadalmas eljárást. Idővel ez is meglesz.



GMO mentes

A mi születésnap ajándékunk No 8.

Termékfejlesztések

Folyamatosan zajlik egy intenzív háttérmunka, amely három fő tételből áll.

- 1. Olyan új gyártók keresése,** akik képesek előállítani az általunk elvárt nagyon magas minőséget, ráadásul kedvező áron. Nagyon sok teszten kell átmennie valakinek, mielőtt elfogadjuk partnerünként.
- 2. Új termékek kifejlesztése.** Ez nemegyszer hosszú éveken át tartó folyamat, különösen azokban az esetekben, amikor olyan készítménnyel akarunk előállni, amilyen korábban nem is létezett a piacon, és amelynek előállítására meg kell tanítanunk a gyártóinkat. Ilyen volt például a folyékony Életerő Nektár és a vadonatúj Multivitaminpor előállítása.
- 3. A már meglévő termékeink fejlesztése, csiszolgatása, modernizálása.** Csak egy példa. Bár a készítményeinkbe csakis garantáltan ártalmatlan adalékanyagok kerülhetnek, folyamatosan törekszünk arra, hogy minél alacsonyabb szintre szorítsuk le ezek mennyiségét. Ennek teljesítése a legtöbb esetben egyáltalán nem kényelmes a gyártóink számára, mert új módszereket kell kifejlesztelniük, úgy, hogy a fogyasztóink védelmében az árat sem emelhetik meg. Ezért is különösen fontos lépés a legelső. A készséges, rugalmas, nagyon hozzáértő, a vásárlók érdekeit is szem előtt tartó profi gyártók megtalálása.

Csak néhány kiragadott példa az utóbbi időben lezajlott sok termékfejlesztés közül:

- 100%-ban természetes lett a *C-1000 Kal-Mag ital* termékeink ízesítése.
- Korábban külön ásványianyag és külön nyomelemkészítményt kínáltunk Önnek, nemrégiben sikerült összevonnunk a két terméket.
Az új készítmény neve *Ásványi anyag és nyomelem komplex*.
- Az *A+D 5000/4000* termékünkben sikerült lecserélni a szójaolajat MCT-olajra.
- A finishez közeledik az új, *avokádó olajjal készülő Prémium Multivitaminunk* gyártást megelőző, meglehetősen hosszadalmas tesztelése.
- Végre találtunk olyan gyártót, aki egyfelől rendelkezik kellő hozzáértéssel, másfelől hajlandó elviselni a magas minőséggel kapcsolatos rigolyáinkat. Vállalta, hogy együtt kifejlesztjük a *legsziperebb gumi multivitamin*ot. Egy olyan terméket, amelynek nem lesz párja a piacon.

Fogékony orvosok

Az én személyes tapasztalataim azt mutatják, hogy a cenzúrázott, hiányos, sőt kifejezetten vitaminellenes képzésben részesült, de őszinte segíteni akarással dolgozó orvoskollégák nagyon könnyen megbarátkoznak az új lehetőségekkel, ha megismerik az azokkal elérhető szép eredményeket, és „átállnak a jó oldalra”.

Az alábbi levél íróját is a kezelőorvosa irányította a természetes, gyógyszermentes megoldás lehetőségéhez.

„Depresszió, pánikbetegség ellen Prozacot, Xanaxot, Stilnoxot szedtem napi rendszerességgel, amelyek nem gyógyítottak meg, csak a tüneteket nyomták el ideig-óráig. A végén már napi 3 Xanax sem volt elég, már nem lehetett az adagot növelni.

Ekkor a pszichiáter kezelőorvosom a kezembe adta dr. Lenkei könyvét*, és elkezdtem használni az abban javasolt megoldást.

Elmondhatom, hogy azóta a betegségek gyakorlatilag elkerültek, sőt, nem fogyasztok nyugtatót, antidepresszánt sem. 10 év rémálom után.”

A következő levelet nem sokkal a legelső könyvem megjelenését követően írta nekem egy orvoskolléga.

„Először is belgyógyász-nephrológusként* szeretnék gratulálni dr. Lenkei Gábor kolléga úrnak a kitűnő könyvéért (Cenzúrázott egészség).

Logikus magyarázatot ad az általam is tapasztaltakra, a magyar lakosság elhízására, és a diabéteszesek*, valamint hipertóniások* számának növekedésére.

A krónikus dialízis* programba kerülők kb. fele az előző két betegségcsoportba tartozik. Tisztelettel: Dr. X.Y.*”

Az orvosok jelentős része fogékony, csak tudatni kell velük, hogy léteznek szép eredményeket létrehozó természetes, gyógyszermentes megoldások is.

***Dr. Lenkei könyvét:** akkor, amikor ezt a beszámolót kaptam, még csak egy könyvem volt elérhető, a Cenzúrázott egészség.

***Nephrológus:** a vesebetegségek kezelésére szakosodott orvos. A görög *nephrosz* = vese szóból.

***Diabéteszesek:** cukorbetegség.

***Hipertóniások:** magas vérnyomással küszködő emberek.

***Dialízis:** művesekezelés.

***Az idézett beszámoló írója** természetesen hozzájárult a teljes neve közzétételéhez. Én azért nem tettem közzé, mert az EU 2016-os Adatvédelmi Törvénye (GDPR) meglehetősen szubjektíven értelmezhető, és nagyon könnyű felhasználni arra, hogy megbüntessenek valakit.

A mi születésnap ajándékunk No 9.

Dr. Lenkei Clean Food kínálat

Az angol **Clean Food** kifejezés tiszta élelmiszert, tiszta táplálékot jelent.

Már a 2003-ban kiadott *Cenzúrázott egészség* című legelső könyvemben is foglalkoztam az élelmiszeripar gyalázatos trükkjeivel, a gyanútlan fogyasztók átverésének különféle módszereivel. Úgy tűnik, szinte bármit megtehetnek – és meg is tesznek – a minél nagyobb profit érdekében.

Hans-Ulrich Grimm, „A leves hazudik” című – nálunk is kapható – nagyszerű könyv szerzője így sűríti össze egy mondatban a lényegét:

„Az élelmiszeripar – ugyebár – nem megenni akarja a termékeit, hanem eladni.”

Néhány évvel ezelőtt eldöntöttem, hogy teljes mértékben felhagyok az **ismeretlen forrásból származó** élelmiszerek fogyasztásával, majd eldöntöttem azt is, hogy létrehozok egy lépésről lépésre bővülő kínálatot a téma iránt érdeklődők számára.

A Dr. Lenkei Életerő Centrumokban és a Clean Food webáruházban (www.drlenkeicleanfood.hu) elérhető kínálat – a bébiételek kivételével – kizárólag olyan termékekből áll, amelyeknek jómagam is fogyasztójuk vagyok. Ezt tekintheti akár egyfajta garanciának is.

Ízelítő a kínálatból:

dr.Lenkei
CLEAN FOOD



100% gyümölcsstartalmú, hozzáadott cukor nélkül készülő, organikus kistermelői lekvárok



Magyar családi vállalkozás hatalmas organikus fűszerkínálata



A www.drlenkeicleanfood.hu weboldalon talál recepteket is!
Kedvcsinálóként néhány ezek közül



Csak a mi számunkra készülő, cukormentes, organikus cukkinisaláta



Édesburgonyából készülő organikus tészta



MSC-minősítésvadon fogott halakból készülő termékek



Organikus sós mandulabel



Organikus kókuszkrém cukormentes szuper édesség



Különleges majonéz avokádóolajjal



Olaj- és sütésmentesen készülő organikus chipsek széles választéka



Organikus fekete olajbogyó pástétom



Organikus Kurkuma kapszula

És még sok-sok további kiváló termék



Házi „Raffaello”



Thai sült tészta



Grízes tészta



Kollagénszelet



Vigyázat! Penészmérgek!

Sajnos még ma sem ismert eléggé széles körben, hogy milyen erőteljes egészségpusztító hatással bírnak az élelmiszereink nagy részében megtalálható *penészmérgek*. Hivatalos nevükön *mycotoxinok** (magyarosan: *mikotoxinok*).

A meleg, párás helyen termő, és az esetek nagy részében gondatlanul kezelt kávébabok különösen gyakran „fertőzöttek” penészgombák által termelt mérgekkel. Ezért gondoskodtam arról, hogy legyenek a kínálatunkban *laboratóriumban megvizsgált, penészméregtől garantáltan mentes kávék* is. Ezek képezik a következő oldalon bemutatott nagyszerű ital, a „golyóálló kávé” alapját.

*Mycotoxin: a görög *mükész* = *gomba* és a szintén görög *toxikon* = *nyílméreg, mérge* szavakból.

„Golyóálló kávé” recept

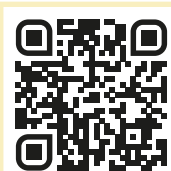
A receptet nem én találtam ki, Dave Asprey Golyóálló diéta* című könyvében leltem rá. Nekem sokat segített, hogy megszabaduljak végre a jelentős és makacs testsúlyfeleslegemtől. A „Hogyan sikerült lefogyni?” című kisfilmjeim megtekinthetők itt: www.drlenkeichannel.com

Nekem mindennap ez a reggelim

Hozzávalók:

- kb. 300 ml penészméregtől mentes kávébabból készülő hosszúkávé,
- 50 gramm (egynegyed) fűvet legelt marhától származó vaj,
- 1-2 evőkanál organikus kókuszolajból készült MCT-olaj,
- turmixgép – alapos turmixolással készíthető el a gusztusos, habos ital.

Nekem 4-5 órán át tartó kiváló energiát biztosít.
Jóllakottan tudtam fogyni.



Ha napközben nem lesz ideje enni,
vigyen magával termoszban egy adagot!

***Diéta:** A görög eredetű *diata* szó eredeti, Hippokratész által is használt jelentése nem fogyókúra, hanem ez: *életmód*, amelynek része egy életformaként alkalmazott *étrend* is. *Diéta* = *életmód*, *étrend*.

A mi születésnapjaink ajándékunk No 10.

Készülő új könyv és egy játék

Sok vitaminokról szóló könyvet vettem már a kezembe. Mindegyikből hiányoltam Hippokratész, Szent-Györgyi Albert, Linus Carl Pauling és a többi nagy lángelme gondolatait. Némelyik szerző egyenesen úgy írt, mintha a betegségek fenntartásában érdekelt erők fogták volna a tollat tartó kezét. Elhatároztam hát, hogy írok egy kétkötetes könyvet a vitaminokról.

A vitaminok könyve I. kötet és II. kötet

A **második kötet** tervezett alcíme ez: **Vitaminlexikon**. Arról fog szólni, hogy mit tudnak az egyes vitaminok és egyéb vitaminként viselkedő anyagok.

Az **első kötet** – végleges alcímet még nem adtam neki – olyan dolgokról szól, amely témákról még egyik vitaminos könyvben sem olvastam. **A lényegről.** Közel 80%-át már megírtam, valamikor a jövő év elején szeretném kiadni. Izgalmas könyv lesz, az egyszer biztos!

Van egy játékos ajánlatom az Ön számára

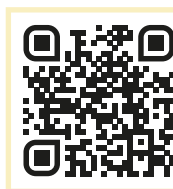
Ez csak abban az esetben érvényes, ha Ön regisztrált vásárlónk, és a rendszerünkben rögzített adatai frissek és valósak.

A játék

Ha **2024. január 31-ig minden kötelezettség nélkül** megrendeli az I. kötetet a www.drlenkeikonyv.hu oldalon, akkor az új könyvet 50%-os kedvezménnyel veheti majd meg, és ráadásul személyre szólóan dedikálni is fogom Önnek. Mivel még nem kértünk ajánlatot a nyomdától, a könyv leendő árát sem tudhatjuk. Most természetesen nem kell fizetnie, csak a szándékát kell jelezni.

Amint elkészült az I. kötet, kap egy értesítést emailben, akkor kell majd kifizetnie az engedélyezett árat. Amikor ez megtörtént, dedikálom az Ön példányát, és eljuttatjuk az Ön által választott átvételi pontra.

Ha van kedve, játsszon velem!



Valóra váltandó célok

A Magazin korlátozott terjedelme miatt csak nagyon vázlatosan, néhány mondatba sűrítve tudom megmutatni Önnek ezeket.

A legfontosabb célom, hogy megfordítsuk a „Betegségipar?” című cikkben bemutatott félelmetes, a gyermekeink, unokáink és az ő leszármazottjaik jövőbeli biztonságát fenyegető tendenciát.

Meg lehet tenni!

Én azon fogok dolgozni, hogy ellássam az ehhez szükséges információkkal a politikai döntéshozókat, egyéb nagy befolyással rendelkező embereket, véleményformálókat és természetesen a fogékony, a változásra nyitott orvoskollégákat is. Meg kell mutatni nekik, hogy létezik kivezető út.

Létezik kivezető út, már hozzávetőleg száz éve, csak a betegségek fenntartásában érdekelt erők mindezidáig megakadályozták, hogy rálépjünk erre az útra. A Magazin megírásának idején éppen készülőfélben lévő, várhatóan 2024 elején megjelenő új könyvem (A vitaminok könyve – I. kötet) is azt fogja támogatni, hogy elinduljunk végre ezen az úton. Egyénekként is, és Nemzetként is.

Fontos célom az is, hogy a Nemzet biztonságos jövője érdekében minél rövidebb idő alatt, minél nagyobb mértékben kivonjuk Magyarországot az Európai Unió egészségellenes törekvéseinek és intézkedéseinek ártalmas hatásai alól.

A fentebb említett célok eléréséhez szükséges munkát a következő oldalon bemutatott **Jog az Egészséghez Közhasznú Egyesület** fogja elvégezni.

Meggyőződésem, hogy *mi, együtt*, első lépésként *meg tudjuk fékezni*, majd következő lépésként *meg tudjuk fordítani* a jövőnk fenyegető tendenciát.

Mire alapozom a bizakodásomat?

2023. októberének első napjaiban egy fiatalember így írt nekem:
„Tisztelt Dr. Lenkei. Én az interneten találtam Önre. Sok videót megnéztem, őszinte tisztelője vagyok. Szobafestőként dolgozom, de szeretném segíteni a munkájában. Nem tudom, hogy van-e erre lehetőség és hogyan tudok segíteni, de önként részt vennék minden jutalom nélkül, hogy jobbá tegyük az emberek életét és egészségét!”

Mindaddig, amíg ilyen levelek érkeznek hozzám, fényesnek látom a jövőt.

Jog az egészséghez



„Mindenkinek joga van a testi és lelki egészséghez.”
 (Magyarország Alaptörvénye, XX. cikk)

A törvény által garantált jognak azonban érvényt is kell szerezni!

Ezt a munkát csakis mi, az egészséghez fűződő alapvető és sérthetetlen emberi jogaink érvényesülésében érdekelt emberek tudjuk elvégezni. Ha arra várunk, hogy helyettünk majd valaki más, például egy fölöttünk állónak tűnő hatalom fogja elvégezni ezt a munkát, akkor bottal üthetjük a szabadságunk nyomát.

2009. júniusában a barátaim támogatásával alapítottam egy civil szervezetet.

Jog az Egészséghez Közhasznú Egyesület néven

- Az egyesület munkáját többek között nagyon sikeres felvilágosító kampányok dicsérik. Ezek egyikeként az „Egészséges csemeték” című ingyenes kiadványt juttattuk el több mit 300 ezer magyar szülőhöz és pedagógushoz.
- Sokat tettünk azért, hogy megakadályozzuk annak az Európai Unió szabályozásnak a megszületését, amely lehetetlenné tenné a megfelelő mennyiségű vitamint biztosító készítmények forgalmazását. Már 2006-ban be akarták vezetni, de úgy tűnik, hogy a szövetségeseimmel együtt dolgozva sikerült hosszabb időre „botot dugnunk a küllők közé”.
- Az Unió nem adta fel, a fenyegetés még nem múlt el, nem hihetjük azt, hogy már győztünk! Tovább kell folytatnunk a csatározást!

Az Egyesület elnökeként hálás leszek, ha támogatja a munkánkat.

- Megteheti azzal, hogy minden évben felajánlja nekünk a személyi jövedelemadója 1%-át. A felajánláshoz az egyesület adószámára lesz szüksége: 18003022-1-42.
- A Jog az Egészséghez Közhasznú Egyesület örömmel fogad nagylelkű adományokat. Raiffeisen Bank: 12010154-01863301-00100001
- Szükségünk van élő munka formájában felajánlott segítségre is. Ahogyan azt az előző oldalon idézett megható levelet író, jobbító szándékú fiatalember is tette. Ha ilyen módon szeretne segíteni, küldjön egy emailt a következő címre: onkentes@jogazegeszseghez.hu

Szerezzünk együtt érvényt az egészséghez fűződő jogainknak!

Támogatását előre is köszönöm!

Baráti üdvözléssel: Dr. Lenkei Gábor elnök, Jog az Egészséghez Közhasznú Egyesület

Elérhetőségeink

Dr. Lenkei Életerő Centrumok és Szerződött Termékforgalmazók Magyarországon több mint 70 helyszínen

www.uzleteink.hu



Dr. Lenkei készítmények Webáruház

www.drlenkei.hu



Dr. Lenkei Clean Food Webáruház

www.drlenkeicleanfood.hu



Dr. Lenkei Életerő Centrumok Romániában 6 helyszínen

a címetek megtalálja a Magazin 11-12. oldalán

Webáruház Romániában

www.drlenkei.ro



Webáruház Szlovákiában

www.drlenkei.com/sk/



Dr. Lenkei Gábor saját független videósatornája

www.drlenkeichannel.com



Dr. Lenkei Gábor privát honlapja

www.drlenkei.org



Dr. Lenkei Gábor könyvei elérhetők több mint 300 könyvtárban is

A könyvtárak listáját megtalálja a www.drlenkei.org honlapon



Vigyázat!

Előfordulhat, hogy csalók próbálják becsapni Önt!

Az utóbbi időben több alkalommal is szélhámosok reklámoztak a nevem és a fényképeim család felhasználásával olyan állítólagosan gyógyító hatású készítményeket, amelyekhez nekem nincs semmi közöm. **Én nem kínálok gyógyszereket senkinek!**

Kizárólag vitamin- és hasonló természetes készítményeket kínálok Önnek.

Kizárólag a www.uzleteink.hu oldalon szereplő magyarországi, és a magazin 11-12. oldalán felsorolt romániai üzletekben. Az interneten pedig **kizárólag** a www.drlenkei.hu, a drlenkei.ro és a www.drlenkei.com/sk/ oldalakon.

Ha máshová irányítják Önt, akkor azonnal tudhatja, hogy csalókkal van dolga.