

O Colaminie (prawie) wszystko – część III

Suplement służący **aktywnej mineralizacji** był czymś absolutnie niezbędnym w katalogu COLWAY od dawna. Właściwie nie mamy czym usprawiedliwić tego, że przy posiadanej wiedzy i możliwościach, wprowadziliśmy do naszej oferty **Colaminę** dopiero pod koniec 2016 roku. „Suplementacyjne sumienia” strategów produktowych COLWAY, w jakiś sposób uciszał preparat **ColamiD** – dystrybuowany obecnie w naszej siostrzanej organizacji Colway International. Znakomity kompleks mineralny, wzorujący się na być może pierwszym świadomie zażywany przez *Homo sapiens* suplemente diety, jakim były od pradziejów dla ludów półkuli północnej mielone ości rybie.

W okresie to poprzedzającym, wiele osób o wysokiej świadomości zdrowotnej, tworzących społeczność dystrybucyjno-konsumencką Colway - z całą pewnością uzupełniało swoją dietę o różne minerały w tabletkach, czy saszetkach i bardzo często musiały być to produkty słabej jakości, bo niedostatecznie, aby nie powiedzieć - wręcz kiepsko przyswajalne.

Aktywna mineralizacja jest elementem samoświadomości zdrowotnej. Epoka odżywiania się a nie po prostu jedzenia oraz świadomej suplementacji trwa już od lat blisko stu na Dalekim Wschodzie, od blisko pół wieku dla społeczeństwa amerykańskiego i dobrych kilkanaście lat krócej dla nas, Europejczyków. My się dopiero uczymy tego, co Chińczycy, Japończycy, Koreańczycy wiedzą od stuleci, a Amerykanie odkryli w końcu ubiegłego wieku – że zdecydowanie lepiej chorobom zapobiegać niż je leczyć. Ponieważ jesteśmy jeszcze w szkole podstawowej tej edukacji, więc na razie poddając się trendom – spożywamy preparaty medycyny zdrowia – ekstrakty roślin leczących, witaminy, a szczególnie kompleksy mineralne - kierując się ... ceną.

Niestety tania i świetna zarazem jakościowo, to może być musztarda i jeszcze zapewne kilka podobnych produktów spożywczych by się w tej kategorii znalazło – ale bardzo rzadko dotyczy to suplementów diety, a nigdy – minerałów prozdrowotnych!

Zacznijmy od definicji: „Minerał” to „substancja powstała w przyrodzie wskutek procesów geologicznych” – jest on zatem czymś całkowicie naturalnym, ponieważ w jego wytworzeniu nie brał udziału człowiek. Skały, które na przestrzeni miliardów lat poddawane były działaniu procesów geologicznych, pod wpływem przeobrażeń fizycznych i chemicznych stały się minerałami w obecnej definicji tego słowa.

To jest oczywiste. Tak samo, jak dawno odkryte przez naukę funkcje minerałów w biologii organizmów wyższych i jak rozumienie przez ludzi świadomych zdrowotnie, iż nie sposób efektywnie „mineralizować” naszego ustroju poprzez spożywanie plonów roślin wyrosłych dopiero co z gleby, która dawno została z minerałów wyjałowiona, a nawożona jest od co najmniej pół wieku jedynie azotem i fosforem, czasami siarką i potasem. I niczym więcej...

Co gorsza, to już nie procesy geologiczne stworzyły te nawozy „mineralne”, lecz katalizator, jakim jest ... amoniak, otrzymywany (np. w polskich fabrykach z Grupy Azoty) na drodze reformingu gazu ziemnego lub gazyfikacji węgla, ewentualnie spalania produktów ropopochodnych.
https://pl.wikipedia.org/wiki/Nawozy_mineralne

A więc obywatel tego świadomy sięga po suplementy mineralne. Wapń w cenie kilka złotych za opakowanie, czy magnez lub potas – niewiele droższe, albo po mikroelementy w tabletkach, których 40-90% stanowią bezwartościowe „wypełniacze”.

Kopernik sformułował ongiś prawo wg, którego „pieniądz gorszy (o coraz mniejszej zawartości kruszcu) wypiera pieniądz lepszy”. Tak samo jest (jeszcze) z suplementami w Europie. Doszło do tego, że w wyścigu cenowym o klienta widzimy na półkach produkty w cenie ich blistrowania lub pakowania

+ 50% marży. Co więc może znajdować się w tych tabletkach lub kapsułkach? W przypadku minerałów akurat wiemy co...

Nic złego oczywiście ale i dobrego nie za wiele. Tanie suplementy „mineralne” wypełniają po prostu starte na drobny pył skały, w Europie zazwyczaj skały dolomitowe. Zawierają one zaiste większość minerałów ale ... nieorganicznych. Ich pozyskiwanie jest dość tanie, ich biodostępność niewielka, bo już sama przyswajalność w naszym układzie pokarmowym tych pierwiastków – zaledwie cząstkowa.

Jak to bywa dość często i wielu dziedzinach – to co najtańsze jest w istocie najdroższe. Nabywanie selenu, krzemu, potasu, żelaza, magnezu, wapnia i innych po kilka – kilkanaście złotych za opakowanie, ma wątpliwy sens także ekonomiczny.

Nadto w świetle ostatnich badań naukowych należy się zastanowić, czy tanie minerały nieorganiczne aby na pewno nie czynią nam szkód w organizmie... Dziś, gdy praktycznie zdemaskowane już zostało obowiązujące w medycynie przez ponad pół wieku „kłamstwo cholesterolowe”, już wiemy, że to nie żaden cholesterol jest rzeczywistą przyczyną chorób układu krążenia. Zmiany miażdżycowe są skutkiem mechanizmu naprawczego, jaki uruchamia organizm wówczas, gdy niedobór witaminy C nie pozwala na zamykanie wystarczającej ilości procesów kolagenogenezy, aby ścianki naszych tętnic były elastyczne i nie pękały. To jest przyczyna pierwsza i główna. Następną jest zbyt wysoki poziom w krwi homocysteiny, co z kolei wiąże się z niedoborami w diecie witamin z grupy B. Wreszcie przyczyną trzecią zawałów i udarów jest hiperkalcemia, czyli odkładanie się w naczyniach niezmetabolizowanego całkowicie wapnia. Podnosi się coraz więcej głosów sugerujących, że ogromne znaczenie ma tu proces przyswajania wapnia – właściwy „w towarzystwie” witamin D3 i K2, ale również to JAKI wapń trafia do naszego ustroju.

Dlatego w programie suplementacyjnym COLWAY znajdują się obecnie komponenty uwzględniające wszystkie te odkrycia i najnowsze trendy w medycynie zdrowia, dietetyce i suplementacji. Dlatego takie, a nie inne składniki Colvity, ColDeKi, Axanty i ColamiDu, a teraz GanoCordu i **Colaminy!**

Wapń z *Lithothamnion species*, szczególnie występujący w pochodzących z odwiertów w dnie Atlantyku formach aragonitowych i waperytowych, to najbardziej biodostępny wapń na tej planecie. Tego samego zdania są specjaliści o magnezie, potasie i krzemie – również występujących w pokładach alg wapiennych. Słowo: biodostępny, jeszcze kilka lat temu mało znaczące w literaturze zdrowotnej, dziś nabiera już także kolejnych znaczeń. Biodostępny znaczy obecnie również: bezpieczny.

Takimi imperatywami się kierując skomponowaliśmy **Colaminę**.

Dwadzieścia lat temu „modne” było suplementowanie się takimi minerałami, jakie wpadły nam w rękę z aptecznej półki. Dziesięć lat temu, ludzie o wyrobionej świadomości zdrowotnej starali się sięgać już głównie po **chelaty** czyli minerały lub metale, które są połączone wiązaniem chemicznym z substancją chelacyjną, dzięki czemu lepiej dla nas przyswajalne i pomagające nam w procesach metabolicznych uwalniać się od toksyn. Szczególnym poważaniem u producentów preparatów zdrowia cieszyły się (i jest tak do dzisiaj) minerały chelatowane, poddawane procesom łączenia ich z aminokwasami, dzięki czemu cząstki mineralne łatwiej przenikają błony komórkowe.

Według najnowszych badań (tu prym wiodą zdecydowanie uczeni brytyjscy i rosyjscy) przyswajalność pierwiastków, którymi się suplementujemy wygląda następująco:

minerały nieorganiczne ze skał - 30%-40% - przy czym dla większości pierwiastków należy przyjąć raczej tę dolną wartość

minerały chelatowane – 40%-60% - podobnie **minerały koloidalne – 65% - 98%** - przy czym dla większości pierwiastków można przyjmować wartości powyżej 75%.

Dlaczego różnice są tak znaczne? Mechanizm przyswajania minerałów koloidalnych wyjaśnił doktor Steven Whiting z Instytutu Nauk o Odżywianiu z San Diego. To sama Natura zatroszczyła się dla nas o wspaniałą biodostępność minerałów koloidalnych, o łatwiejsze ich przenikanie przez błony komórkowe naszego ciała. Sprawia to po pierwsze rozmiar cząstek minerałów koloidalnych, które są mniejsze od wszelkich cząsteczek związków mineralnych dostępnych na rynku w postaci tabletek czy proszku. Minerały koloidalne są niejako naturalnie chelatowane – bowiem już w komórkach roślinnych przed milionami lat, kiedy procesy fotosyntezy przebiegały identycznie jak dzisiaj - połączyły się z kwasami organicznymi.

A nadto cząsteczki minerałów koloidalnych są naładowane ujemnie, dzięki czemu „przyciągają się” z dodatnio naładowanymi komórkami naszych organizmów. Są w ogóle najbardziej do nas „podobne” z całej przyrody nieożywionej. Chociażby podobne budową do naszych płynów ustrojowych. Krew, czy płyn komórkowy to również roztwory koloidalne. Dlatego także nasz organizm akceptuje i dobrze przyswaja właśnie minerały w postaci koloidalnej.

Niektórych pierwiastków (należy do nich np. srebro i złoto – również występujące śladowo w glince z Utah) wręcz nie powinniśmy przyjmować w suplementach w jakiejkolwiek formie innej, niż koloidalna. Bo mogłyby nam więcej zaszkodzić niż pomóc. Postać koloidalna pierwiastków „rozbraja” nawet silną toksyczność metali takich jak ołów, który w tej właśnie formie odkłada się w naszych kościach, a całkowite uwolnienie go z układu kostnego – jak wykazują badania – nie jest korzystne dla zdrowia.

Jeśli wierzyć badaniom amerykańskim, przyswajalność niektórych koloidów występujących w glince z Utah jest niemal całkowita. Sięgają wyników anaboliczności, jakich nie wykazują nawet zjadane przez człowieka świeże warzywa. Nie ma potrzeby tego weryfikować, gdyż pełna anaboliczność minerałów nie jest nam potrzebna. Mają one bowiem oprócz dostarczenia materiału budulcowego dla nowych komórek jeszcze do wypełnienia inną misję – detoksykacji poprzez sorpcję. A wówczas muszą zostać w jakiejś części wydalone.

Profesor **Siergiej Batieczko** często mówił na wykładach dla nas właśnie o funkcji sorbentu, jaką wypełniają minerały koloidalne. Jedną z przyczyn, dla których ludzie poszukują na całym świecie ich złóż jest właśnie **budowa izomorficzna**. Glinka z Morza Czarnego (Minerol), złoża aragonitowo-waperytowe *Lithothamnion species*, czy minerały koloidalne z Utah – choć występujące w różnych krańcach Ziemi - wszystkie mają kilka charakterystycznych, wspólnych cech:

1. **Strukturę warstwową i budowę gąbczastą**

Określa się ją w literaturze jako „humic shale”. Najmniejsza ich cząstka ma zawsze kształt nieregularnej, płaskiej blaszki. Jedna strona jest sterylnie czystą powierzchnią o ujemnej polaryzacji, zaś drugą stronę i krawędzie pokrywa 36 pierwiastków tożsamyh z tymi, jakie naturalnie występują w organizmie człowieka.

2. **Ładunek ujemny**

Nasz organizm nienawidzi kationów (jonów dodatnich), w pewnym sensie one nas zabijają. Jesteśmy zewsząd otoczeni sprzętami elektrycznymi i polem magnetycznym. Dlatego tak wiele się mówi obecnie o tym, by spożywać żywność naładowaną ujemnie np. pić zjonizowaną wodę.

3. **Pochodzą z okresu prekambryjskiego i są skamieniałymi formami ówczesnej roślinności.**

4. **Zawierają 64-73 pierwiastki**

Wśród nich WSZYSTKIE makro- i mikroelementy potrzebne nam do życia. Różne są tylko ich proporcje, co spowodowała różna flora, jaka stała się ich bazą.

5. Mają bardzo wysoką zawartość składników alkalicznych i korzystne pH.

6. Są znakomitymi immunomodulatorami.

Znaczy to, że efektywnie dostarczają nam przyswajalnych i naturalnych, tzw endogennych modulatorów immunologicznych, które są oparte o substancje biorące udział w regulacji procesów immunologicznych u ludzi, podobnie zresztą jak u wszystkich zwierząt żywiących się roślinami. Skutecznie stymulują wytwarzanie przez organizm enzymów, hormonów i niektórych witamin.

7. Mają zdolność oczyszczania nas i detoksykacji poprzez sorpcję.

W odróżnieniu od glinki ukraińskiej, złoża z Morza Północnego i Wyżyny Kolorado są standaryzowane w UE i opisane na ponad 70 substancji, włączając w to np. srebro czy złoto koloidalne. Mają pełną dokumentację dającą możliwość obrotu nimi praktycznie na całym świecie bez dodatkowych czynności prawnych. Oznacza to, że są całkowicie bezpieczne. Proszek z *Lithothamnion* jest ciemniejszy i mniej hydrofobowy. Amerykański jest w pełni rozpuszczalny i już po kilku chwilach niemal „znika” w płynie. Oba nie mają smaku i zapachu. Oba są na tyle „mocne”, że producenci stanowczo odradzają przekraczanie dawki 1000-1200 mg dziennie. Dla celów suplementacyjnych, dla reminalizacji wystarcza również porcja dwukrotnie mniejsza. Dopiero w stanach chorobowych należy ją zwiększać – jednak zdecydowanie już w konsultacji z lekarzem.

Dane te dotyczą glinki w postaci niekondensowanej. W **Colaminie** zastosowano skoncentrowaną postać tych samych minerałów, które można spotkać na rynku w postaci saszetek do rozrabiania w płynach.

Najwybitniejszy prawdopodobnie z współczesnych badaczy minerałów i ich wpływu na zdrowie człowieka – **Peter Wilhelmsson** - który również twierdzi, iż mitem jest, jakoby człowiek naszej cywilizacji był w stanie pokryć zapotrzebowanie organizmu na minerały, nawet najbardziej starannie równoważoną i dobraną dietą – podkreśla że braki mikro- i makroelementów, niedobory witamin i minerałów są jedną z przyczyn, ciągłego osłabiania się naszych organizmów, spadku odporności i ogólnej słabszej kondycji całej populacji.

Według niezależnych od siebie badań naukowych przeprowadzonych w kilku krajach naturalne kwasy zawarte w koncentracie minerałami koloidalnymi wspomagają wiele ważnych procesów wewnętrznych. Minerały te ułatwiają wchłanianie licznych substancji odżywczych. Pomagają oczyścić i zregenerować organizm. Biorą udział w neutralizacji i wydalaniu z organizmu wolnych rodników, organicznych substancji trujących oraz metali ciężkich.

Inne badania wykazały, że każdemu z nas brakuje przynajmniej jednego pierwiastka śladowego. Może to doprowadzić do rozregulowania pracy całego organizmu. Dlatego coraz częściej mamy problemy z układem kostnym, sercem, spada nasza wydolność fizyczna i umysłowa, pojawiają się anemie. Minerały odgrywają bardzo ważną rolę w syntezie DNA, które jest odpowiedzialne za replikację i duplikację naszych struktur komórkowych. Są bardziej potrzebne naszym organizmom niż witaminy, ponieważ ich brak powoduje słabe wchłanianie witamin.

Minerały koloidalne nie zawierają konserwantów, barwników ani żadnych dodatków zapachowych. Nie mają też czegoś takiego, jak zalecany termin spożycia (z uwagi na formę kapsułkowaną w praktyce on zaistnieje). W czasach „przeduniijnych” o obydwu składnikach **Colaminy** wypowiadały się znakomicie również polskie placówki naukowe, m.in. Polski Instytut Żywienia i Żywności. Jakkolwiek brzmi to absurdalnie – dziś te opinie „noszą znamiona wykroczenia”, gdyż zawierają treści kwalifikowane jako „niedozwolone oświadczenia zdrowotne”.

W zebranych źródłach odnaleźliśmy następujące zalecenia dla spożywania pierwiastków koloidalnych:

- dla ogólnego wzmocnienia organizmu
- dla uzupełniania braków makro- i mikroelementów. Zażywając je, nie dopuszczamy do powstawania niedoborów tych minerałów, które są niemożliwe do pozyskania – w odpowiednio zbilansowanych ilościach – w codziennej diecie
- polecane dla pięknej cery, lśniących, mocnych włosów i paznokci, przy zbyt wczesnych oznakach starzenia się – u osób, którym zbyt wcześnie siwieją i wypadają włosy, przy wiotczeniu skóry i przedwczesnym pojawieniu się zmarszczek.
- dla poprawienia pamięci, przy depresjach, nerwicach, przy niedoborach żelaza i anemii
- przy awitaminozie i zaburzeniach wchłaniania witamin
- przy braku energii i spadku odporności
- w chorobach dziąseł i paradontozie
- w problemach z układem hormonalnym i trawiennym
- przy cukrzycy
- u kobiet dotkliwie odczuwających napięcie przedmiesiączkowe oraz objawy klimakterium
- w chorobach układu sercowo-naczyniowego, niewydolności mięśnia sercowego, przy nadciśnieniu tętniczym
- przy niewydolności układu mięśniowego, zapaleniach stawów, osteoporozie i słabych kościach
- dla osób nieregularnie odżywiających się i osłabionych stresem
- dla poprawy funkcjonowania aparatu ruchu
- dla osób, którym zbyt wcześnie siwieją i wypadają włosy
- dla poprawienia pamięci, przy depresjach, nerwicach
- w bakteryjnych i grzybiczych stanach zapalnych (niektóre pierwiastki śladowe, jak miedź, czy cynk a przede wszystkim srebro wykazują właściwości bakterio-, grzybo-, a nawet wirusobójcze)
- przy kurczach nóg i bólach lędźwi

Systematyczna suplementacja Colaminą to **aktywna mineralizacja**

Termin ten rozumieją dobrze słuchacze wykładów **prof. Sergieja Batieczki**. Aktywność minerałów koloidalnych, to wchodzenie przez nie w czynną reakcję z komórkami ciała. Polega ona przede wszystkim na bardzo korzystnej ze zdrowotnego punktu widzenia wymianie: aktywne minerały absorbują zgromadzone w komórkach toksyny, oferując w zamian odżywiające pierwiastki, potrzebne do poprawnego funkcjonowania komórki. Aktywne minerały są w pełni bezpieczne, nie uczulają, działają nieinwazyjnie, a konsekwentne, systematyczne suplementowanie się nimi zapewnia stuprocentową skuteczność w opisanym zakresie.

Mówimy tu 100% ekologicznym produkcie, minerałach pochodzących z pradziejów geologicznych, zawierających wyłącznie czyste, konieczne dla prawidłowej pracy naszych organizmów pierwiastki. Wprowadzając do swojego programu suplementacyjnego aktywną mineralizację, zaczynamy wreszcie jednocześnie odżywiać komórki naszego ciała i uwalniać je od zgromadzonych w nich toksyn. Jest to proces naturalnej wymiany zachodzącej w kontakcie z aktywnymi minerałami. Pozwala on na skuteczne pozbycie się zanieczyszczeń i odbudowanie osłabionych ich działaniem komórek, co usprawni funkcjonowanie całego ciała i przywróci mu zdrowie, a wszystko to w relatywnie krótkim czasie. Systematyczna aktywna mineralizacja jest też jakąś alternatywą dla osób nie mających siły woli na przeprowadzenie kuracji oczyszczających ich narządy, a szczególnie głodówek.

Aktywna mineralizacja wpisuje się w zdobywające coraz większe uznanie trendy stymulowania organizmu, u podstaw których leży przekonanie o zdolności komórek ciała do samo regeneracji, jeżeli warunki pozwolą im na takie działanie. Podejście to rewolucjonizuje koncepcję leczenia tradycyjnego, skłaniając się w stronę ograniczenia użycia środków chemicznych i syntetycznych na rzecz wykorzystania środków naturalnych, które w łagodny sposób pobudzają komórki naszego ciała do samodzielnego uporania się z licznymi dolegliwościami.

Aktywna mineralizacja to proces absorbowania toksyn zatruwających organizm przy jednoczesnym odżywianiu komórek pierwotnymi pierwiastkami. Tego rodzaju czynna wymiana oczyszcza komórki, pobudza je do samo regeneracji i przywraca właściwy obieg informacji międzykomórkowej zawartej w DNA. Szczególnie to ostatnie ma ogromne znaczenie dla poprawnego funkcjonowania całego naszego ciała, ponieważ skompresowane, upakowane w jądrach komórkowych DNA określa szczegółową budowę organizmu, jego cechy i współodpowiada za produkcję we właściwych okolicznościach i należytej częstotliwości - odpowiedniej jakości i ilości białek. Także kolagenu. Wszelkie zaburzenia tych procesów zawsze skutkują rozregulowaniem funkcji ciała, upośledzeniem jakości wymiany informacji międzykomórkowej i podatnością na działanie patogenów.

Aktywne minerały działają jak środek aseptyczny – Minerały koloidalne z Utah i z alg wapiennych są sterylnie czyste. Posypanie proszkiem z **Colaminy** rany przed nałożeniem opatrunku - skutecznie odkaża i wspomaga komórki w procesie odbudowy przerwanych powłok poprzez uzupełnianie pierwiastków koniecznych do ich poprawnego funkcjonowania.

Aktywne minerały są naturalnym antybiotykiem – Minerały koloidalne mają pH lekko zasadowe (6,8). Ich spożywanie zmienia pH wewnątrz naszych narządów z kwaśnego, korzystnego dla rozwoju patogenów ożywionych, w delikatnie zasadowe. Proces ten sprawia, że bakterie, wirusy, pasożyty i szkodliwe grzyby (np. *Candida albicans*) tracą środowisko do życia i obumierają, przestają się rozwijać lub ich ilość spada do ilości niezagrażających zdrowiu człowieka.

Aktywne minerały działają jak lek przeciwbólowy – Aktywne minerały łagodzą bóle mające swoje źródła w:

a) urazach i zranieniach – zastosowanie aktywnych minerałów w formie zasypki na otwarte rany lub okładu na obrzęki wspiera proces regeneracji i uśmierza ból sygnalizowany mózgowi przez uszkodzone na skutek urazu komórki

b) dolegliwościach wewnętrznych – spożywanie aktywnych minerałów nie znieczuli mózgu na odczuwanie impulsów informujących o bólu (jak ma to miejsce w przypadku tradycyjnych leków przeciwbólowych), ponieważ zwalczy przyczynę, a nie skutek; aplikacja minerałów oczyści, odżywi i pobudzi komórki do regeneracji w zakresie samodzielnego zaleczenia generujących ból rejonów

Aktywne minerały detoksykują – Konsekwentne ich spożywanie powoduje stopniowe usunięcie toksyn i zanieczyszczeń z komórek organizmu, co szybko pozytywnie wpłynie na nasz refleks, poprawi koncentrację i pamięć, a także usprawni działanie komórek i zapewni im stan równowagi. **Colamina** jest absolutnie zalecana do wspomagania detoksu alkoholowego, narkotykowego, lekowego i innych.

Aktywne minerały mają działanie kosmetyczne – Oczyszczenie i odżywienie komórek ciała ma wpływ nie tylko na kondycję i zdrowie, ale również na poprawę naszego wyglądu zewnętrznego. Koloidalne minerały wspomagają leczenie różnego rodzaju problemów skórnych (liszaj, trądzik, trądzik różowaty) i rozświetlają cerę.

Otrzymujecie kolejny znakomity produkt! **Colamina** jest jeszcze jednym suplementem diety w katalogu COLWAY, który powstał w całkowitej harmonii z naturą! Minerały koloidalne i algi wapienne są w 100% biomasą, mimo iż tym razem skamieniałą w procesach geologicznych. Nie ma w nich żadnych barwników, konserwantów czy substancji zmieniających smak lub zapach. Nie są w żaden sposób ulepszone. Aktywną mineralizację Colaminą mogą bez obaw stosować osoby z alergiami i nietolerancjami pokarmowymi. Jest to metoda w pełni bezpieczna dla każdego niezależnie od wieku i stanu zdrowia. Jej wartość w profilaktyce – przekładająca się na zaoszczędzenie w przyszłości kosztów leczenia różnych chorób – jest niewyliczalna.

Jarosław Zych

Konsultacja: dr hab. Marek Jędryczka