

Salam azwan, tapak kaki sy blah kanan kadang rasa berapi...psai apa y

19:48



Ini Bukan Sekadar Isu "Angin". Saya jelaskan yer. Ramai pesakit GGA yang saya bantu mengalami "Tapak kaki tiba-tiba rasa panas... macam terbakar."

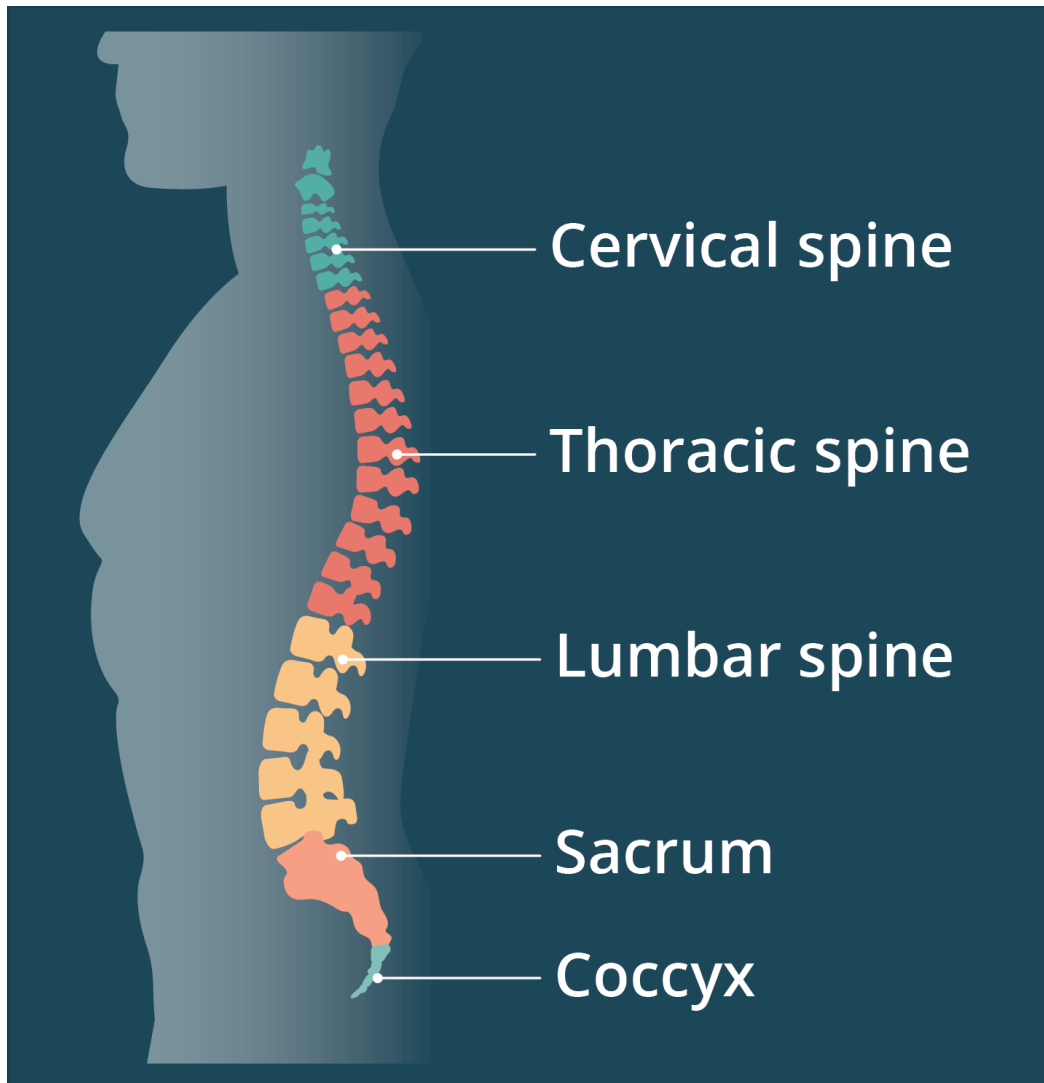
Mereka risau:

- saraf aku rosak?
- kurang vitamin ke?
- ada masalah saluran darah ke?

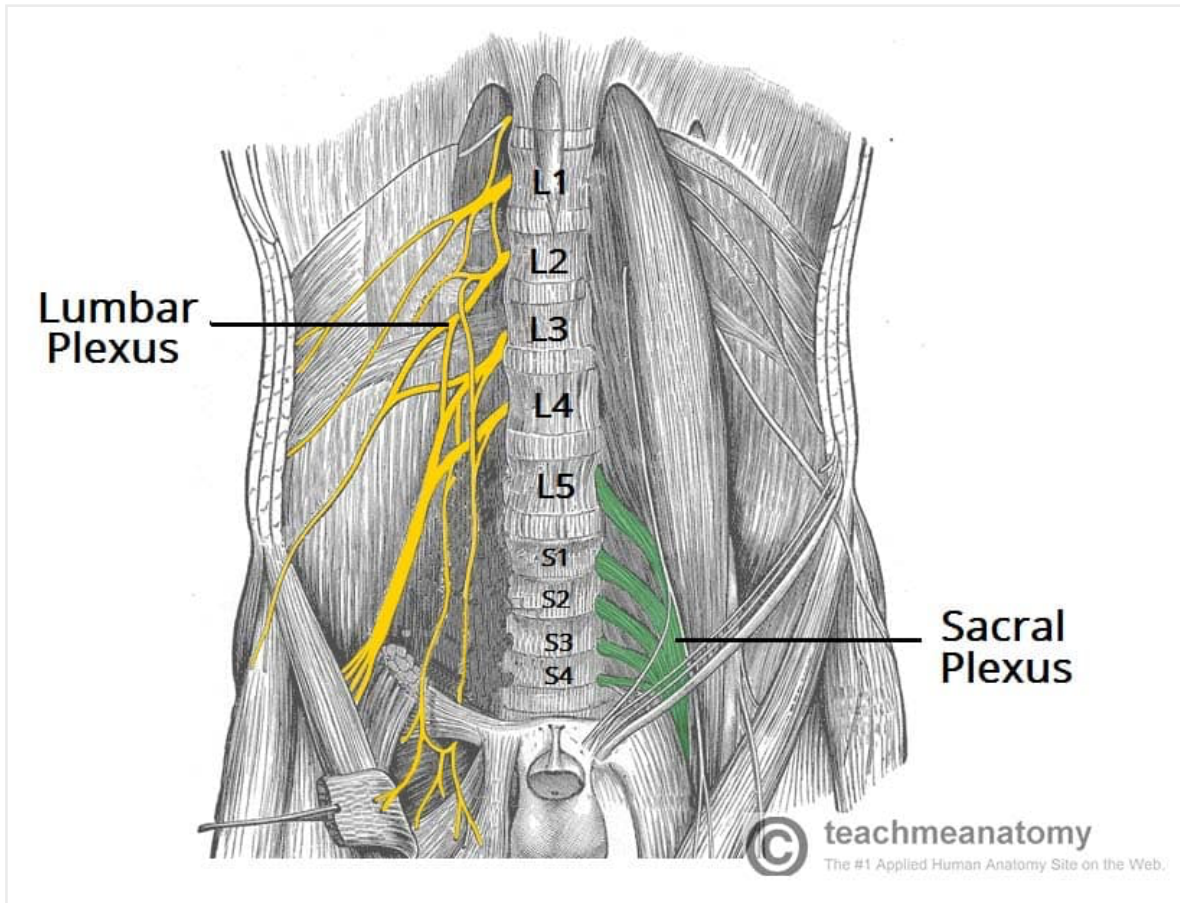
Sebenarnya, simptom **Tapak Kaki Rasa Berapi** ini **lebih kompleks**. Ianya melibatkan **saraf, stress, dan biomekanik badan**. Ini **BUKAN Masalah Kaki Semata-Mata**. Sensasi seperti panas, mencucuk, kebas adalah **simptom saraf (neuropathic symptom)**

Maksudnya masalah bukan di kaki tetapi pada **laluhan saraf dari tulang belakang ke kaki**

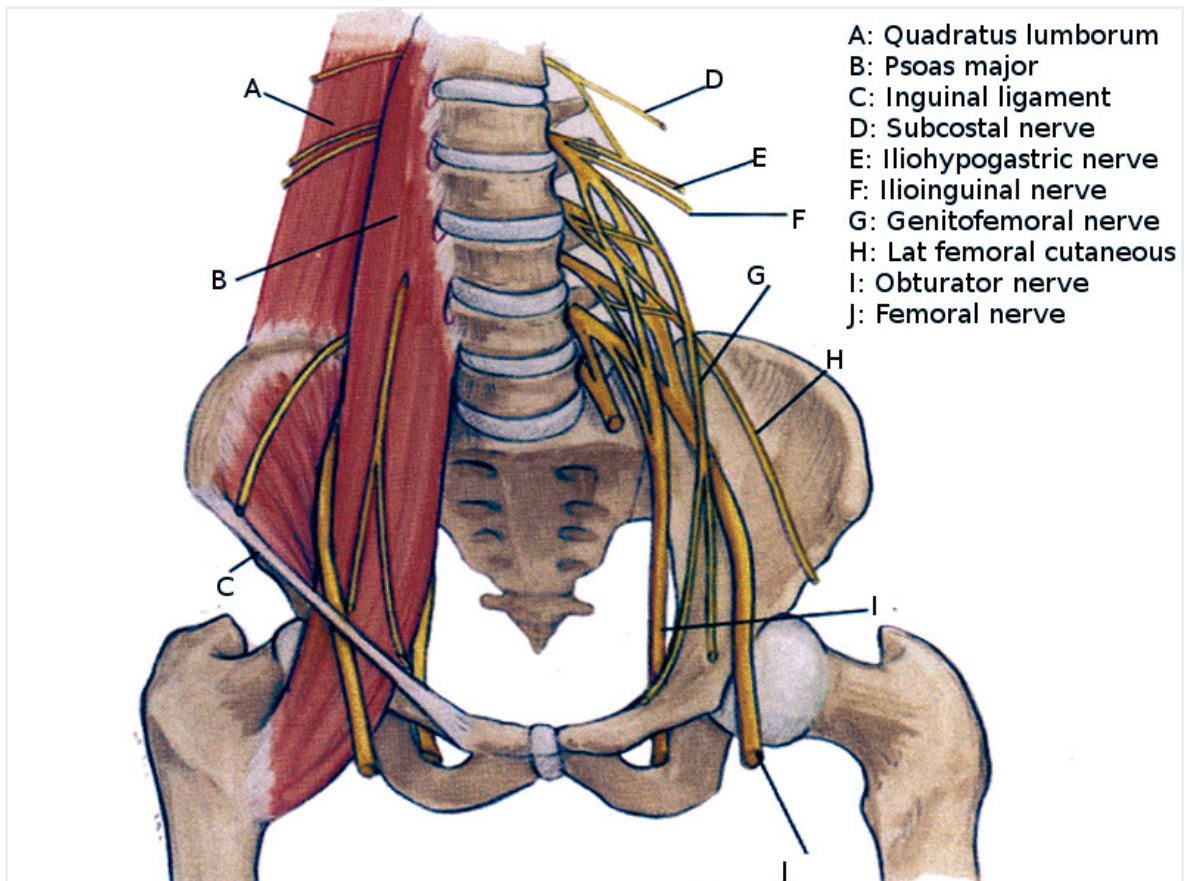
Laluhan Saraf: Dari Pinggang → Tapak Kaki



Saraf ke kaki bermula dari tulang belakang (lumbar spine). Di situ ada satu 'pusat saraf' yang dipanggil lumbar plexus, dan ia berada sangat dekat dengan otot psoas. Bila kawasan ini tegang, laluan saraf boleh jadi sensitif dan menyebabkan rasa panas atau kebas di kaki."



Saraf ini duduk sangat dekat dengan otot **psoas**



Peranan Otot Psoas (Ini Bagian Penting)

Bila badan dalam keadaan stress kronik (GGA):

- badan sentiasa dalam mode "alert"
- otot jadi tegang (terutamanya otot psoas)

Apa jadi bila psoas tegang?

- tekanan pada lumbar meningkat
- pergerakan pelvis berubah
- laluan saraf jadi lebih sensitif

Apa kaitan otot psoas tegang dengan rasa "Panas" tapak kaki?

Psoas duduk sangat dekat dengan rangkaian saraf lumbar. Jadi bila kawasan pinggang-pelvis sentiasa tegang dan pergerakan berubah, saraf di kawasan itu boleh jadi lebih sensitif. ini menyebabkan saraf hantar signal yang salah menyebabkan tubuh "overreact". Otak tafsir isu ini sebagai panas / terbakar. Dan inilah penyebab utama untuk GGA rasa panas tapak kaki.

Selalunya untuk isu ini doktor akan bagi vitamin b12. Doktor akan fikir pesakit mungkin **ada masalah saraf akibat kekurangan vitamin b12. Tapi, sebelum kita buat kerja sesia ada eloknya kita check dulu vitamin b12 kita dengan betul.**

Cara Check B12 Dengan Betul

Ramai buat silap untuk ambik kiraan serum b12 sahaja.

 Silap yer.

 **Yang tepat adalah**

1. Serum B12

- tengok **level dalam darah**

2. Homocysteine

- tengok **fungsi sebenar dalam badan**

✓ Serum B12

✓ Homocysteine

ini adalah untuk periksa level b12 + dan fungsi b12 itu sendiri.

Contoh.

1.

✓ Serum B12 = high

✓ Homocysteine = low

Maksudnya semua berfungsi cemerlang.

2.

- ✓ Serum B12 = low
- ✓ Homocysteine = high

Maksudnya isu disebabkan oleh vitamin b 12 sahaja. Isu nie selalunya sebab vitamin d rendah sekali.

3.

- ✓ Serum B12 = low
- ✓ Homocysteine = low

Maksudnya baru permulaan untuk jadi isu kurang vitamin b12. Isu nie selalunya sebab vitamin d rendah sekali.

4.

- ✓ Serum B12 = high
- ✓ Homocysteine = high

Maksudnya kekurangan folate dan vitamin b9 sekali. Isu nie selalunya sebab vitamin d rendah sekali.

Model Sebenar (Selalu Berlaku Pada Pesakit GGA) yang menyebabkan Tapak Kaki Rasa Berapi ialah gabungan semua faktor yang saya maklumkan tadi.



Gabungan faktor:

1. Stress (GGA)

→ sistem saraf overactive

2. Otot tegang (psoas / lumbar)

→ laluan saraf terganggu

3. Nutrisi tak optimum

→ B12 borderline / fungsi lemah

👉 **hasilnya**

saraf jadi hypersensitive

→ signal overreact

→ tapak kaki rasa berapi

Kesimpulannya untuk semua ini adalah.

1. Tapak kaki rasa berapi bukan sebab "angin"
2. bukan semata-mata masalah kaki

Ia adalah:

Simptom saraf

Yang datang dari:

- saraf tertekan (lumbar)
- otot tegang (psoas)
- kekurangan / fungsi B12
- stress (GGA)

Jadi apa perlu buat ? Akar kepada isu ini adalah

- saraf sensitif / radang
- stress (GGA) → sistem saraf overactive
- otot pinggang/psoas tegang
- kemungkinan B12 / fungsi saraf tak optimum

👉 Jadi ini bukan isu KAKI.

👉 Ini adalah isu system yang telah terganggu.



Carta Penggunaan produk-produk **MBB**



1

FASA PERTAMA

Amalkan **HAWFIPLUS/HAWFIULTRA**
& mula praktikkan MBB dalam diet harian.

2

FASA KEDUA

Kali ini, penggunaan **HAWFIPLUS/HAWFIULTRA**
disertakan dengan **HAPPY D Pro** dan **Real B**.
Untuk mengembalikan semula keupayaan bersenam
& bantu tambah berat otot yang hilang.

3

FASA KETIGA

Ketiga pula, penggunaan **HAWFIPLUS/HAWFIULTRA**
disertakan **Microbal** & **REAL C PRO**.
Untuk terus kekalkan kestabilan bakteria usus
& hentikan radang kronik

Produk keperluan

Calming Massage Lotion

Boleh digunakan pada bila-bila masa untuk mengeluarkan
angin dengan tanpa merengsakan kulit.

FASA 1 — RESET SYSTEM (asas)

HAWFI PLUS / HAWFI ULTRA + diet MBB

 Tujuan:

- stabilkan penghadaman
- kurangkan stress signal dari usus
- tambah baikkan penghadaman (termasuk B vitamins)

 Kesan:

- saraf kurang "overfire"
- badan keluar dari mode "alert"
- kurang signal palsu seperti "sensasi terbakar"

👉 Ini penting sebab:

kalau penghadaman tak stabil → nutrient tak serap → saraf makin sensitif

🥈 FASA 2 — RESTORE ENERGY & NERVE SUPPORT

+ HAPPY D PRO + REAL B

👉 Ini bahagian paling penting dengan isu ni 🔥

REAL B:

- support sistem saraf
- bantu fungsi vitamin B (termasuk B12 pathway indirectly)

HAPPY D PRO:

- regulate mood & stress response
- bantu turunkan hyperactive nervous system
- bantu serap vitamin b12.

🔥 kesan:

- saraf jadi lebih stabil
- kurang rasa terbakar panas
- badan mula "rasa normal balik"

🥉 FASA 3 — STABILIZE & HALANG RELAPSE

+ MICROBAL + REAL C PRO

👉 Tujuan:

- stabilkan bakteria usus
- mengurangkan radang kronik
- support penyembuhan jangka masa panjang

🔥 Impact:

- gut-brain axis semakin stabil
- kurang trigger saraf
- elak simptom datang balik

🧴 BONUS — CALMING MASSAGE LOTION

👉 Ini direct relief (your signature 🔥)

- bantu untuk mengeluarkan gas.
- relax muscle (termasuk kawasan abdomen & psoas)

👉 Bila badan relax:

- Signal dari saraf turun
- simptom seperti rasa terbakar tapak kaki akan kurang dengan cepat.

“Rasa tapak kaki panas ni bukan sekadar masalah vitamin sahaja. Ia berkait dengan saraf yang jadi sensitif akibat stress, usus tak stabil, dan ketegangan otot. Sebab itu kita guna pendekatan berperingkat — mula stabilkan usus, kemudian support saraf, dan akhirnya maintain supaya tak berulang.”

👉 **Untuk nasihat lanjut, sila hubungi Dietect atau datang terus ke MBB Diet Centre KLCC untuk pemeriksaan penuh.**