

Twoje zdrowie w twoich dłoniach – zapomniana medycyna

10 czerwca 2010

Od najmłodszych lat jesteśmy oswajani z widokiem białego kitla i to tak, że lekarza uważamy niemal za cudotwórcę. Jesteśmy przeświadczeni, że nikt inny, tylko on potrafi nas wyleczyć ze wszystkich dolegliwości i chorób.

Zastanawiałam się, czy faktycznie prekursorami dzisiejszej medycyny byli starożytni. Czy faktycznie do swoich sukcesów dochodzili przez tysiące lat metodą „prób i błędów”? Jak to wyglądało? Czy przypadkowym osobom podawano nieznany specyfik i czekano na efekt? Na kim próbowano? Na ochotnikach, więźniach, niewolnikach? A jak to jest, że my współcześni mamy tylko mgliste pojęcie o medycynie „ledwie” sprzed 1000 lat? Bogiem medycyny według Greków był Asklepios, syn Apollina, którego zabił Zeus za nadmierne wskrzeszanie zmarłych. Egipcjanie twierdzą, że Toth nauczył ludzi stosowania roślin, pokazał im dobre i trujące. Czy to nie oznacza, że cała medyczna wiedza została nam ludziom przekazana? Czy zaginęła w kataklizmie 12,5 tysiąca lat temu?

Być może, ale zapewne jakieś jej resztki przetrwały i być może z tych szczątków korzystali Hipokrates czy Galen. Ale i ta wiedza ginęła na przestrzeni dziejów, a w ostatnich czasach została „dobita” przez „nowoczesną” medycynę i koncerny farmaceutyczne.

Od najmłodszych lat jesteśmy oswajani z widokiem białego kitla i to tak dogłębnie, że lekarza uważamy niemal za cudotwórcę. Jesteśmy przeświadczeni, że nikt inny tylko on potrafi nas wyleczyć ze wszystkich dolegliwości i chorób. Niemal z namaszczeniem przełkniemy wszystko, co nam zaaplikuje, nie

zastanawiając się nawet, czy nie popełnił jakiegoś błędu. Lekarz to zawód i jak w każdym zawodzie są ludzie z powołania, są dobrzy rzemieślnicy, ale są i partacze. Lekarz to też człowiek i też może popełnić błąd, tyle tylko że jego błąd może mieć nieobliczalne konsekwencje.

Odrzucenie przez nowoczesną medycynę tak zwanej „medycyny ludowej” nastąpiło już dawno i nie świadczy o jej wiarygodności i rzetelności. Dodatkowo dzisiejsza „nowoczesność” medycyny polega na aplikowaniu, co raz to wymyślniejszych tabletek-panaceów na „wszystko”, ale rzadko kiedy mówi się o drugiej stronie, szkodliwej, tych specyfików, która ma niejednokrotnie bardzo niekorzystny, a niekiedy wręcz destrukcyjny wpływ na organizm ludzki.

Czy medycynę należy obarczać całą winą? Z pewnością nie. To człowiek zrobił się wygodny i własne zdrowie oddał w ręce innych. Z własnego wygodnictwa odrzucił wiedzę przodków i choć porusza się po aptece z ogromną ilością leków, nie potrafi ich rozpoznać i użyć. Dlaczego odrzuca się wiedzę tzw. ludową, która w swych korzeniach poza tradycją zawiera wiedzę starożytnych? Czy dlatego, że były to zabobony? A co w zamian daje nam medycyna tradycyjna? Chemiczne leki „szybkiego reagowania”, które likwidując jeden objaw, wpędzają nas w następną chorobę. Specjalista od serca potrafi „rozwalić” nam wątrobę, bo wątroba to nie jego specjalność. Dziś, gdy człowiek zachoruje, rozpoczyna wędrówkę od cierpienia do cierpienia i nie wie, kiedy ją zakończy i czy zakończy szczęśliwie. Doskonale współdziałający organizm jakim jest człowiek, jest dziś traktowany jak zepsuty samochód w warsztacie samochodowym. Problem jest taki, że samochód do człowieka ma się tak, jak ręczny świder do komputera. Czasy, w których żyjemy, są czasami absurdu. Człowiek, który ratuje tonącego może być ukarany za to, że nie posiada karty pływackiej.

Dodatkowo media bardzo często wprowadzają ludzi w błąd. Kto ogląda telewizję lub słucha radia, jest wprost bombardowany

reklamami cudownych leków, prezentowanych przez fałszywych lekarzy, połączonych z rymowanymi typami „kaszel (wszystko)ci minie po flegaminie”, natychmiastowych odchudzających w rodzaju 14 kilogramów w jeden tydzień, czy wprost cudownych jogurtów, które nie psują się nawet po dwóch tygodniach! Mądry skrzywi usta w pogardliwym uśmiechu, ale nieświadomy natychmiast kupi. I o to w tym wszystkim chodzi, bo towar na półce, to zamrożony pieniądz producenta. Nie jest ważne, czy produkt jest zdrowy, ważne jest żeby szybko sprzedać. A wystarczy się zastanowić jak smakuje zsiadłe mleko po tygodniu, by natychmiast zrozumieć, że coś musiano dodać, by taki jogurt przetrwał. Wszyscy i to w szybkim tempie, stajemy się magazynami broni chemicznej. To jest awers, a rewers wygląda tak: żadne państwo nie jest zainteresowane edukowaniem swych obywateli na temat zdrowego żywienia, z bardzo prozaicznego powodu. Po pierwsze – uderza to w przemysł rolno-spożywczy, a przy okazji w przemysł chemiczny. Nie jedząc szkodliwego białego chleba i cukru puścilibyśmy „z torbami” piekarzy, cukierników i cukrowników, a gwałtowny spadek spożycia niezdrowego mleka odczuli by hodowcy i cały przemysł mleczny. A po drugie – co by się stało, gdyby zacząć uczyć od przedszkola zasad zdrowego żywienia? Po dwudziestu latach okazałoby się, że lekarze nie są wcale potrzebni i należałoby służbę zdrowia zredukować do pogotowia ratunkowego uczestniczącego tylko w ratownictwie medycznym. To nie zdrowie ludzi jest najważniejsze. Najważniejszy jest zysk ze sprzedaży niezdrowej żywności i zysk koncernów farmaceutycznych na leczeniu ludzi. To dlatego jesteśmy zasypywani reklamami „Big-Maców”, czekoladek i złotymi środkami na „wszelkie bóle i swędy”.

Infantylnie byłoby negowanie naukowej medycyny, bo przecież w domu nie złóżymy sobie złamanej nogi, czy nie przyszyjemy ucha odgryzionego przez łagodnego psa. Medycyna jest potrzebna do leczenia nagłych i ciężkich przypadków, do ratowania ludzi w katastrofach i wypadkach, a my pędzimy do lekarza już po ukąszeniu komara. Każdy człowiek jest inny, ale jedzenie dotyczy wszystkich. Chodzi o to, że przy odrobinie wiedzy w

dużej mierze możemy leczyć się sami, tym co jemy, nie wydając ciężko zarobionych pieniędzy na „cudowne” leki, a przy zmianie nawyków żywieniowych, schudnąć bez „cudownych” diet, które polegają na wyniszczeniu organizmu. Warto sobie uświadomić, że przez nasze ręce codziennie przewijają się leki naturalne, które my sami uporczywie niszczymy, kilkakrotnie odgrzewając, gotując i smażąc. Kto musi, nadal będzie brał antybiotyki, ale niech jednocześnie pamięta, że leczenie po ich użyciu trwa wiele miesięcy. Kto będzie chciał, będzie nadal brał codziennie aspirynę, która ponoć chroni przed zawałem, ale niech jednocześnie pamięta, że niszczy w ten sposób śluz żołądka, co doprowadza do jego owrzodzenia. Kto chce, będzie łykał witaminę C w tabletkach, ale niech będzie świadomy, że od niej nabawi się skrzepów krwi, kamieni w nerkach i przy okazji zaburzy organiczną gospodarkę cukrami.

Odradza się, choć powoli, medycyna naturalna i ziołolecznictwo. Medycyna stosowana przez nasze babcie, a czasem jeszcze przez mamy nauczone przez swoje matki. Dlaczego powoli? Po pierwsze literatura na ten temat jest wydawana w bardzo małych nakładach (bo kto to będzie czytał?), po drugie trudno jest zwalczać narzucony nam od młodości schemat „choroba-lekarz-ozdrowienie”, a po trzecie do ataku ruszyły połączone siły koncernów farmaceutycznych, zarabiających krocie na terapiach prowadzonych za pomocą produkowanych przez siebie chemikaliów.

Środek naturalny, leczący chorobę, nie zostanie dopuszczony do oficjalnego użytku, dopóki nie zostanie dogłębnie rozłożony na czynniki pierwsze przez chemików, a szanowne grono medyków nie zrozumie, na czym polega jego działanie, czyli w praktyce nigdy. Chemicy po pewnym czasie wyekstrahują jakiś związek chemiczny i to on wejdzie do medycyny jako lek oficjalny, przynosząc jednocześnie zyski producentowi. Otrzymamy nowy super lek, a po wielu latach zaczną się procesy o odszkodowanie za groźne skutki uboczne, których nauka nie potrafiła przewidzieć.

Do niczego też absolutnie nie namawiam. Każdy ma swój rozum i potrafi myśleć. Ja sygnalizuję i przekazuję to, co zauważyłam sama i o czym piszą bardziej rozlegle inni, naprawdę mądrzy ludzie. Ludzie, którzy są lekarzami z wieloletnią praktyką, ludzie którzy na nowo odkrywają dawno zapomnianą wiedzę i którzy to wszystko próbowali na sobie. Weźmy się za siebie, zacznijmy „poprawnie” jeść, poprawmy odporność własnego organizmu, a wtedy będziemy mniej chorować. I jeszcze jedno. Te kwiaty zasadził i wyhodował ktoś inny. Ja je tylko zebrałam w bukiet. Życzę „owocnej” lektury i inspiracji:

MINI VADEMECUM I KILKA CENNYCH UWAG

Czosnek – używanie czosnku reguluje ciśnienie, ale nie wszyscy lubią lub mogą jeść czosnek. Nie wszyscy też wiedzą, że takie same działanie ma skórka cytryny wraz z białym miąższem. Wystarczy wziąć słoiczek po dżemie. Wyszorować i sparzyć dwie cytryny, wycisnąć i wypić sok (jest to dzienne zapotrzebowanie na witaminę C). Skórki zemleć w maszynce do mięsa (lub zetrzeć na drobnej tarce) i przełożyć do słoiczka, dodać do tego łyżkę miodu i wstawić do lodówki. Codziennie wieczorem (przed snem) zjeść 1 łyżeczkę od herbaty samego tylko specyfiku. Po 1-2 tygodniach używania jest widoczna poprawa, a po 1-2 miesiącach można konsultować z lekarzem zmiany w przyjmowaniu leków. Czosnek i cytryna działają leczniczo, a nie objawowo. Ponadto one regulują ciśnienie, a więc pomagają leczyć zarówno nadciśnienie jak i ciśnienie zbyt niskie.

Burak czerwony – Burak pobudza apetyt, jest odświeżający i lekkostrawny. W leczeniu naturalnym jest stosowany na anemię, demineralizację organizmu, nerwicę, grypę, gruźlicę, nowotwory, przeciw zapaleniu nerwów i wątroby. Ćwikła (utarty gotowany burak z utartym chrzanem i kminkiem) poprawia pracę wątroby, odkwasza, ułatwia trawienie różnych mięs.

Cytryna – Na użytek wewnętrzny – różne infekcje płucne i jelitowe, stany gorączkowe, malaria, astenia (osłabienie), brak łaknienia, puchlina brzuszna, wodobrzusze, artretyzm,

reumatyzm, dna, kamica nerkowa i żółciowa, nadkwasota żołądkowa, wrzód żołądka, niestrawność, połykanie powietrza, szkorbut, miażdżyca naczyń, żylaki, zapalenia żył, łamliwość włosów, przekrwienie, nadmierna lepkość krwi, otyłość, nadciśnienie, demineralizacja, anemia, żółtaczkę, wymioty, niedomogi wątroby i trzustki, przekrwienie wątroby, hemofilia, krwotoki, krwimocz, wzdęcie jelitowe, czerwotka, biegunka, pasożyty wewnętrzne, astma, zapalenie oskrzeli, grypa, starzenie się, uporczywe bóle głowy. Na użytek zewnętrzny – ostry katar i nieżyt nosa, krwawienie z nosa, zapalenie zatok przynosowych, ucha, jamy ustnej i języka, angina, wykwity śluzówki w jamie ustnej, zapalenie powiek, wysypka, wykwit, rumień, czyraki, liszaje, migrena, brodawki, opryszczka, odmroźliny, rany zakażone i gnijące, ukąszenia owadów, grzybica, woszczynowa, świerzb, łojotok fizjologiczny twarzy, plamy, piegi, łamliwe paznokcie.

Rzeżucha – Rzeżuchę znamy przede wszystkim jako zieloną ozdobę do baranka wielkanocnego i... nic więcej. Już Persowie przed wyprawami spożywali duże jej ilości z chlebem, król francuski Ludwik poznał jej orzeźwiające właściwości, gdy zamiast wody podano mu surówkę z rzeżuchy, a medycyna ludowa uważa, że pobudza produkcję cebulek włosowych. Rzeżucha jest jarzyną najbogatszą w jod łatwo przyswajalny przez organizm. Zawiera dużo żelaza, siarki i wapnia oraz witaminy C, A, B2, PP i E. Działa dezynfekcyjnie zarówno w jamie ustnej jak i w przewodzie pokarmowym. Jest moczopędna i jadana w nadmiarze może doprowadzić u niektórych osób do zapalenia pęcherza moczowego. Rzeżucha jest polecana na dolegliwości tarczycy, kobietom w ciąży i karmiącym, chorym na cukrzycę, palaczom (na uporczywy kaszel). Pomaga w leczeniu wysypek i egzem. Poprawia wygląd cery, paznokci i włosów. Sok z rzeżuchy (zewnętrznie stosowany) rozjaśnia cerę, usuwa piegi i starcze plamy pigmentowe. Stwierdzono, że tym, którzy jadają rzeżuchę bardzo trudno... wyłysieć. Rzeżucha jest doskonała do kanapek i nie trzeba ich solić, bo ona sama jest pikantna. Jak siać rzeżuchę? Kupić nasionka, wsypać je do szklanki, zalać obficie

wodą i gdy powstanie papka, należy ją rozsmarować na ligninie rozłożonej na tacy. Lignina nie może pływać w wodzie, ale musi być stale wilgotna. Kiedy rzeżucha wyrośnie na 5-7 cm należy ścinać ją nożyczkami tuż nad ligniną, posiekać i zjeść. Jest pikantna, ma ostry smak i zapach. Jeść należy po kilka łyżeczek dziennie samą lub na kanapkach.

Jeśli przyjmujemy tabletki koniecznie należy pamiętać, że wszelkie popijamy tylko czystą wodą, przegotowaną lub mineralną niegazowaną. Znane są przypadki zapaści po popiciu niektórych leków sokami cytrusowymi, a nawet śmierci po popiciu sokiem grapefruitowym.

Osłaniaj swój żołądek przed nadżerkami od używanych chemicznych leków.

Przed każdym zażyciem leków weź łyżeczkę mielonego siemienia lnianego i popij letnią, przegotowaną wodą.

Autor: MariaS

Nadesłano do „Wolnych Mediów”