



## Vademecum ziołolecznictwa

Cena	<b>36.50 zł</b>
Dostępność	<b>niedostępny online - sprawdź w sklepie stacjonarnym</b>
Numer katalogowy	<b>9788373772304</b>
Kod EAN	<b>9788373772304</b>
Producent	<b>Studio Astropsychologii</b>
Autor	<b>Teresa Lewkowicz-Mosiej</b>

### Opis produktu

"Vademecum ziołolecznictwa" to niezbędnik napisany specjalnie do każdej domowej biblioteczki rodzinnej. To kompletny zbiór, w którym bardzo przejrzyście autorka podaje sposoby na wszystkie popularne dolegliwości. To wyjątkowy poradnik o tym, jak w prosty sposób wyleczyć metodami naturalnymi.

Ogromną zaletą tej książki jest możliwość natychmiastowego wykorzystania w praktyce. Dziś w dobie wszechobecnej chemii leczenie ziołami może stać się alternatywą dla chemioterapii. W przeciwieństwie do leków syntetycznych, leki roślinne przywracają całemu organizmowi równowagę biologiczną, co przy obecnym nasileniu cywilizacyjnych zagrożeń życia ludzkiego ma ogromne znaczenie.

Vademecum to przejrzyste ułożony poradnik, w którym znajdziemy ziołowy sposób na wszystkie dolegliwości. Tak jak w dawnych czasach można zatrudniały "panny apteczkowe", tak dziś to vademecum może stać się niezastąpionym wyposażeniem podręcznej apteczki.

Ta książka to jak "wyciąg" z ziół, esencja tego wszystkiego co o ziołach wiedzieć należy.

Spis treści:

- WSTĘP 11
- CHOROBY JAMY USTNEJ 15
  - 1. Zapalenie błony śluzowej jamy ustnej 15
  - 2. Przyzębica 16
- CHOROBY GARDŁA, KRTANI, NOSA I USZU 18
  - 1. Przewlekły nieżyt gardła 18
  - 2. Ostry nieżyt nosa (katar) 20
  - 3. Zapalenie zatok 22
  - 4. Zapalenie krtani 24
  - 5. Zapalenie ucha 25
- CHOROBY OCZU 27
  - 1. Zapalenie spojówek 27
  - 2. Kurza ślepotą 28
- CHOROBY SKÓRY 30
  - 1. Świąd skóry 30
  - 2. Ropne zapalenie skóry 32
  - 3. Czyraczność 33
  - 4. Wyprysk endogeny 35
  - 5. Grzybice skóry 36
  - 6. Kandydiaza paznokci i wałów paznokciowych 37
  - 7. Pólpasiec 38
  - 8. Róża 40
  - 9. Łuszczyca 41
  - 10. Pęcherzyca pospolita 42
  - 11. Trądzik pospolity 43
  - 12. Trądzik różowaty 44
  - 13. Rybia łuska 46
  - 14. Łysienie łojotokowe 47
  - 15. Łysienie plackowate 48

- 16. Toczeń rumieniowaty 49
- 17. Liszajec zakaźny 50
- 18. Liszaj czerwony płaski 51
- 19. Odmroziny 52
- 20. Oparzenia 53
- 21. Odleżyny 54
- 22. Brodawki 56
- 23. Piegi 57
- 24. Bielactwo nabyte 58
- 25. Uszkodzenia skóry promieniami Roentgena i radu 59
- 26. Świerzb 60
- 27. Wszawica 61
- 28. Nadmierna potliwość 62
- 29. Stłuczenia (kontuzje) 64
- CHOROBY ALERGICZNE 65
- 1. Alergiczny nieżyt nosa 65
- 2. Pokrzywka 66
- 3. Skaza wysiękowa 67
- 4. Migrena alergiczna 68
- 5. Alergia wielopostaciowa 69
- CHOROBY UKŁADU ODDECHOWEGO 70
- 1. Choroby przeziębieniowe 70
- 2. Nieżyt oskrzeli 73
- 3. Dychawica oskrzelowa 74
- 4. Odoskrzelowe zapalenie płuc 76
- 5. Gruźlica płuc 77
- 6. Wysiękowe zapalenie opłucnej 78
- 7. Krwotok płucny 79
- 8. Obrzęk płuc 80
- 9. Pylica płuc 80
- 10. Rozstrzeń oskrzeli 81
- CHOROBY SERCA I NACZYŃ KRWIONOŚNYCH 82
- 1. Niewydolność krążenia 82
- 2. Nadciśnienie tętnicze 85
- 3. Podciśnienie tętnicze 87
- 4. Dychawica sercowa 88
- 5. Niemiarywość (arytmia) serca 89
- 6. Dusznica bolesna (dławica piersiowa) 90
- 7. Serce płucne 92
- 8. Częstoskurcz napadowy 92
- 9. Udar mózgu 93
- 10. Puchlina brzuszna (wodobrzusze) 93
- 11. Zapalenie mięśnia sercowego 94
- 12. Stwardnienie tętnic - miażdżycza tętnic - skleroza 95
- 13. Żylaki 96
- 14. Zakrzepowo-zarostowe zapalenie żył (choroba Buergera) 97
- CHOROBY UKŁADU NERWOWEGO 98
- 1. Nerwice wegetatywne, emocjonalne i ruchowe 98
- 2. Depresja 100
- 3. Nerwobóle 102
- 4. Mięśnioból lędźwiowy 103
- 5. Rwa kulszowa 104
- 6. Moczzenie nocne 106
- 7. Niemoc płciowa 106
- 8. Migrena 108
- 9. Padaczka 109
- 10. Stwardnienie rozsiarne 110
- CHOROBY KRWI 112
- 1. Niedokrwistość syderoblastyczna 112
- 2. Niedokrwistość megaloblastyczna 113
- 3. Białaczka limfatyczna 113
- 4. Czerwienica prawdziwa 115
- 5. Plamica 116
- 6. Agranulocytoza 117
- 7. Krwawiaczka 118
- 8. Dyskineza śledziony 119
- CHOROBY UKŁADU POKARMOWEGO 120
- 1. Ostre zapalenie przełyku 120
- 2. Niedokwaśność soku żołądkowego 121

- 3. Nadkwaśność soku żołądkowego 123
- 4. Bezsoczność żołądkowa 126
- 5. Niestrawność i brak apetytu 130
- 6. Nieżyt żołądka 134
- 7. Owrzodzenie żołądka i dwunastnicy 138
- 8. Zwiótczenie żołądka 139
- 9. Zapalenie jelit 140
- 10. Wrzodziejące zapalenie jelita grubego 144
- 11. Zaparcie 146
- 12. Biegunka 150
- 13. Żylaki odbytu 152
- 14. Robaczyce 154
- CHOROBY WĄTROBY I UKŁADU ŻÓŁCIOWEGO 157
- 1. Przewlekłe zapalenie wątroby 157
- 2. Wirusowe zapalenie wątroby (WZW) 161
- 3. Marskość wątroby 164
- 4. Dyskineza dróg żółciowych 166
- 5. Zapalenie przewodów żółciowych i pęcherzyka żółciowego 169
- 6. Kamica żółciowa 171
- 7. Stany zapalne trzustki 173
- CHOROBY PRZEMIANY MATERII 176
- 1. Nadczynność tarczycy 176
- 2. Niedoczynność tarczycy - wole zwykłe, obojętne 177
- 3. Cukrzyca 178
- 4. Otyłość 179
- 5. Wychudzenie 180
- CHOROBY UKŁADU MOCZOWEGO 181
- 1. Niewydolność nerek 181
- 2. Stany zapalne dróg moczowych i pęcherza moczowego 185
- 3. Kamica moczowa 188
- 4. Przerost gruczołu krokowego 192
- CHOROBY KOBIECE 194
- 1. Zapalenie pochwy i przydatków 194
- 2. Bolesne miesiączkowanie 195
- 3. Nadmierne krwawienie miesiączkowe 195
- 4. Brak miesiączki 196
- 5. Przekwitanie 198
- CHOROBY UKŁADU RUCHU 200
- 1. Reumatoidalne zapalenie stawów 200
- 2. Reumatyzm tkanek miękkich 202
- 3. Artretyzm - skaza moczanowa - dna 203
- 4. Zmiany zwyrodnieniowo-wytwórcze stawów 204
- 5. Zrzeszotowanie kości 205
- 6. Rozmiękczenie kości 207
- 7. Gruźlica kości 207
- REKONWALESCENCJA 209
- INDEKS 215
- Bibliografia 219

#### Fragment:

(...) Nie ulega wątpliwości, że chemioterapia odnosiła i odnosi zadziwiające sukcesy i często przynosi niemal natychmiastową ulgę w cierpieniach. Bardzo szybko likwiduje wiele chorób zakaźnych i często wywołuje wręcz spektakularne efekty "gaszenia pożaru".

Jednak istnieje druga strona medalu, jaką jest działanie uboczne wielu leków syntetycznych, m.in. alergogenne, neuro- i psychopatogenne, a nawet karcinogenne.

Zachęciło to do uznania i doceniania kompromisu chemioterapii z fitoterapią, czyli ziołolecznictwem. Obecnie coraz częściej stwierdza się, że obydwie dziedziny mają swoje ogromne zalety.

Chemioterapia ratowała i w wielu przypadkach ratuje nadal życie milionom ludzi.

W ziołolecznictwie dostrzeżono natomiast lekceważone dotychczas zalety, takie jak wielokierunkowość działania, dostarczanie organizmowi wielu cennych naturalnych witamin, enzymów oraz niezbędnych do jego prawidłowego funkcjonowania makro- i mikroelementów.

Coraz częściej wskazuje się na możliwość stosowania ziół nie tylko jako leków wspomagających, ale również w wielu przypadkach, zwłaszcza przewlekłych, jako leków zasadniczych, niewywołujących niekorzystnych skutków ubocznych, działających w sposób łagodny, zgodny z prawami biologicznymi.

Leki ziołowe są dobrze tolerowane, łatwo przyswajalne przez organizm, nie powodują odczynów alergicznych i dlatego mogą być podawane przez dłuższy czas.

Godny podkreślenia jest również fakt, że w przeciwieństwie do leków syntetycznych, leki roślinne przywracają całemu organizmowi równowagę biologiczną, co przy obecnym nasileniu cywilizacyjnych zagrożeń życia ludzkiego ma ogromne

znaczenie.

W porównaniu z lekami syntetycznymi zioła są przy tym znacznie tańsze. Podczas gdy producentem tych pierwszych są potężne koncerny farmaceutyczne, stosujące skomplikowane technologie wytwórcze, podstawowym dostawcą ziół jest Matka Przyroda.

(...)

### Nadmierna potliwość (Hyperhidrosis)

Nadmierne pocenie się występuje po dużym wysiłku fizycznym, w zbyt wysokiej temperaturze otoczenia, a także w niektórych stanach chorobowych, m.in. przy gruźlicy płuc oraz przy zaburzeniach neurowegetatywnych. Obserwuje się także wiele przypadków indywidualnej skłonności do nadmiernego pocenia się, związanych najczęściej ze zwiększoną pobudliwością współczulnego układu nerwowego, z układem hormonalnym oraz ze zwiększoną liczbą gruczołów potowych. Nadmierna potliwość dotyczy zwykle dłoni, stóp, okolic pachowych oraz twarzy i owłosionej skóry głowy.

Leczenie tych dolegliwości jest trudne i długotrwałe, a istotne znaczenie odgrywają w nim leki ziołowe, w których skład wchodzi najczęściej: kora dębu (*Cortex Quercus*), liście melisy (*Folium Melissa*), liście mięty pieprzowej (*Folium Menthae piperitae*), liście orzecha włoskiego (*Folium Juglandis*), kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*), liście szawii (*Folium Salviae*) oraz kora wierzby (*Cortex Salicis*), a także:

- ziele bukwicy zwyczajnej (*Herba Betonicae*) zawierające bardzo dużo (około 15%) garbników, związki aminowe (m.in. betonicynę i betainę), olejek eteryczny, związki goryczowe i sole mineralne. Substancje te ułatwiają gojenie się ran, leczą zakażenia skóry chorobotwórczymi bakteriami, grzybami i drożdżakami. Wyciągi z zioła służą do obmywania ciała przy nadmiernej potliwości, zwłaszcza stóp. Działają przy tym ściągająco i odkażająco;

- ziele hyzopu (*Herba Hyssopi*) zawierające olejek eteryczny, a w nim: pinen, alfa-terpinen i kanden oraz flawonoidy, garbniki, związki triterpenowe, glikozydy hyzopiny, związek goryczowy - marubina i liczne związki mineralne. Wyciągi z zioła działają na skórę przeciwzapalnie, ściągająco i przeciwbakteryjnie;

- ziele tasznika (*Herba Bursae pastoris*), w którym znajduje się mieszanina flawonoidów (m.in. diosmina), aminy biogenne, kwasy organiczne, garbniki i żywice. Związki te hamują nadmierne wydzielanie potu przez gruczoły potowe.

### Słuczenia (kontuzje) (Contusio)

Jest to uszkodzenie tkanek powstałe w wyniku urazów tępymi przedmiotami. Może ono dotyczyć tylko skóry - i wtedy obrażenia są najłżejsze - albo też może obejmować tkanki położone głębiej, czyli mięśnie, nerwy i naczynia, a nawet narządy wewnętrzne. W wyniku słuczenia, w tkankach dochodzi do krwawych wylewów, które powodują ból i powstawanie krwiaków na skutek wypływu krwi poza uszkodzone naczynia krwionośne.

Istotną rolę w łagodzeniu tych dolegliwości odgrywają zioła usuwające stany zapalne, uśmierzające ból i przywracające prawidłowe krążenie krwi. Stosowane w tym celu leki ziołowe wytwarza się najczęściej z kwiatów arniki (*Flos Arnice*), zioła hyzopu (*Herba Hyssopi*), zioła nostryka (*Herba Melliloti*), kwiatów rumianku (*Flos Chamomillae*), a także z:

- kwiatów kasztanowca (*Flos Hippocastani*) zawierających mieszaninę saponin triterpenowych nazywanych escyną oraz flawonoidy, garbniki, karotenoidy i związki kumarynowe. Napary, odwary i wyciągi z kwiatów uszczelniają ścianki naczyń włosowatych i normalizują ich odporność. Poprawiają także krążenie obwodowe krwi i ukrwienie skóry. W związku z tym podaje się je doustnie przy obrzękach wywołanych urazami mechanicznymi i zwichnięciami oraz przy krwiakach i wysiękach;
- kwiatów słonecznika (*Flos Helianthi*) zawierających saponozydy trójterpenowe (m.in. heliantozydy A, B i C oraz ich aglikony), flawonoidy, betainę, cholinę, żółty barwnik ksantofil, związki goryczowe, cukrowe i sole mineralne. Odwary z kwiatów stosowane zewnętrznie ułatwiają wchłanianie wylewów i wybroczyn podskórnych oraz obrzęków wywołanych urazami lub zwichnięciami.

## CHOROBY ALERGICZNE

### 1. Alergiczny nieżyt nosa (Rhinitis allergica)

Schorzenie to objawia się częstymi napadami kichania, wyciekami z nosa obfitej wodnistośluzowej wydzieliny, uczuciem zatkania nosa oraz swędzeniem oczu i nosa, któremu często towarzyszy łzawienie. Dolegliwości te występują przy zetknięciu z alergenem, najczęściej wziewnym lub pokarmowym. Jednym z najczęściej spotykanych schorzeń alergicznych jest katar sienny (*Catarhus aestivus*) pojawiający się w okresie zakwitania roślin, zwykle od początku maja do sierpnia. W jego leczeniu pozytywne efekty daje odczulanie (hiposensybilizacja) m.in. szczepionką Pollinex, zawierającą wyciągi z pyłku kilkunastu traw. Istotny udział w leczeniu tej choroby mają również preparaty i mieszanki ziołowe złożone najczęściej z: zioła bukwicy (*Herba Betonicae*), zioła dziurawca (*Herba Hyperici*), zioła fiołka trójbarwnego (*Herba Violae tricoloris*), owoców kolendry (*Fructus Coriandrii*), korzeni mniszka (*Radix Taraxaci*), kłączy perzu (*Rhizoma Agropyri*), liści pokrzywy (*Folium Urticae*), kwiatów rumianku (*Flos Chamomillae*), zioła świetlika (*Herba Euphrasiae*), zioła tasznika (*Herba Bursae pastoris*) oraz:

- zioła bylicy pospolitej (*Herba Artemisiae*), w którym znajduje się olejek eteryczny, a w nim kamfen, cyneol, borneol i tujon, liczne związki goryczowe i żywicowe. Substancje te łagodzą dolegliwości pochodzenia alergicznego;

- kory kruszyny (*Cortex Frangulae*) zawierającej specyficzną mieszaninę glikozydów nazywanych antrazwiązkami oraz antrachinony. Dzięki obecności tych substancji odwary z kory działają odczulająco, zwłaszcza przy alergicznym nieżycie nosa.

### 2. Pokrzywka (Urticaria)

Pokrzywka jest schorzeniem alergicznym skóry objawiającym się bąblowymi wykwitami, przypominającymi oparzenia pokrzywą. Przyczyną występowania pokrzywki są alergeny pokarmowe oraz niektóre leki. Wykwity pojawiają się zwykle nagle i rozmieszczają się na całym ciele, a niekiedy poprzedza je silny świąd. Powstają na skutek uszkodzenia naczyń włosowatych skóry, pod wpływem wyzwalanej w organizmie histaminy. W leczeniu stosuje się środki odczulające i preparaty antyhistaminowe, a istotną rolę pomocniczą odgrywają leki ziołowe złożone najczęściej z:

- korzeni arcydzięgla (Radix Angelicae), liści brzozy (Folium Betulae), kwiatów bzu czarnego (Flos Sambuci), ziela centurii (Herba Centaurii), ziela dziurawca (Herba Hyperici), kwiatów jasnoty białej (Flos Lamii albi), korzeni kozłka (Radix Valerianae), ziela krwawnika (Herba Millefolii), kory kruszyny (Cortex Frangulae), korzeni lukrecji (Radix Glycyrrhizae), korzeni łopianu (Radix Bardanae), liści mięty pieprzowej (Folium Menthae piperitae), liści orzecha włoskiego (Folium Juglandis), ziela przywrotnika (Herba Alchemillae), a także z:
- ziela ostrożeńca warzywnego (Herba Cirsii), w którym znajdują się specyficzne mieszaniny flawonoidów (m.in. linaryna i pektolinaryna) oraz trójterpeny, fitosterole, garbniki, pektyny i karotenoidy. Związki te mają właściwości moczopędne, odtruwające organizm, ogólnie wzmacniające i przeciwzapalne. Wyciągi z ziela podawane bezpośrednio na skórę w postaci okładów i kąpieli łagodzą świąd, stany zapalne i wysypki alergiczne;
- ziela szanty zwyczajnej (Herba Marrubii) zawierającego mieszaninę związków diterpenowych (m.in. marubinę i premarubinę) oraz garbniki, fitosterole, triterpeny, betonicynę i choinę. Substancje te działają ściągająco i przeciwzapalnie.

ISBN: **83-7377-230-8**

liczba stron: **219**

format: **150 x 212 mm**

oprawa: **twarda**