



Gyógyító növények
(Gyógynövények és gyógyító
táplálékaink)
Alkalmazási alapismeretek

A képanyaghoz tartozó előadás hanganyaga a
<https://kerak.hu/hangtar> mappában található.

Gyógyító ételeink

„A táplálékod legyen az orvosságod, és az orvosságod a táplálékod legyen” Hippokratesz



Forrás (Bükk-Vöröskő) kérdést kell megvizsgálni, nem mindegy milyen vizet iszunk, csapvizet vagy tiszta forrásból származót!

Nem mindegy milyen eszközt használunk a gyógyításhoz, a betegségek megelőzéséhez. A gyógymódokat is szükséges megvizsgálnunk, hogy tiszta forrásból származik-e vagy csak csapvíz.



Ki a leghitelesebb forrás ma is?

„Én alkottam a földet, és én teremtettem rá embert. Az én kezem feszítette ki az eget, minden serege az én parancsomra állt elő.”
Ézsaiás 45:12

Én vagyok az Úr a te gyógyítód! 2Móz 15,26 - Ma is igazak az Izraelhez intézett szavak...{MH 113.2}

Isten világosan megmondta Izraelnek, hogyan éljenek. Megismertette velük mind a fizikai, mind a lelki jólétük alapját képező törvényeket, és megígérte nekik, hogy „távol tart az Úr tetőled minden betegséget” (5Móz 7,15) – amennyiben engedelmeskedsz a törvényeknek.

105.Zsolt 37 „nemzetségeikben nem volt beteges”.

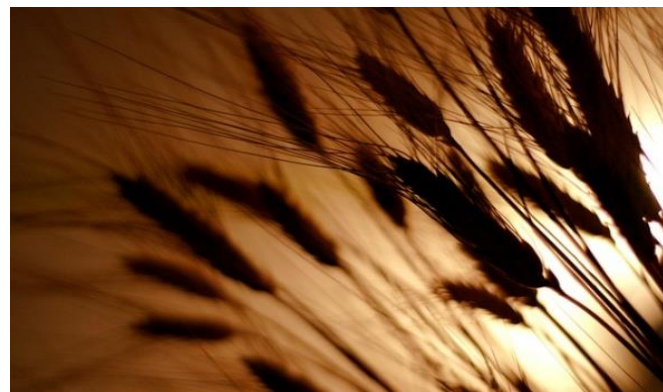
A természet törvényeit mi is megismerhetjük és rajtunk áll, hogy engedelmeskedünk-e nekik vagy sem.

Jézus milyen hatalommal gyógyított a Földön? Az Úrnak hatalma volt Ővele, hogy gyógyítson. Lk 5,17

Az apostolok milyen hatalommal gyógyítottak? Mondta Péter: Éneás, gyógyítson meg téged a Jézus Krisztus: kelj fel, vedd meg magad az ágyadat! És ő azonnal felkelt. Ap csel 9,34

Ma is így van, az orvos, a gyógyító csak eszköz, aki elnyerheti Isten támogatását, amennyiben törvényével, a természet törvényeivel összhangban tesz.

Hogyan hangzott az egészségvédő táplálkozásra vonatkozó édeni tanács?



„Nektek adok az egész föld színén *minden maghozó növényt*, és minden fát, amelynek *maghozó gyümölcse* van: mindez legyen a ti eledeletek.” 1Móz 1,29-31

A gyógynövények használatát hitelesíti-e a Biblia?

...*egyed a mezőnek fűvét!* 1Móz 3,15

Hogyan gyógyított Jézus, használt-e ehhez eszközöket, milyeneket?

Volt, hogy csupán a szavával, keze érintésével gyógyított.

De, volt, hogy eszközt is használt:

- pl. egy vak meggyógyításánál sarat kent a szemére és elküldte a Siloám tavához, hogy megmosakodjon és meggyógyult (Jn 9. fej.).

A beteg, engedelmessége, együttműködésére is szükség volt a gyógyuláshoz!

Az irgalmas samaritánus történetében Jézus elmondta, hogy olajat és bort a samáriai ember a szerencsétlenül járt ember sebeire. Az olaj valószínűleg az olajfa bogyójából nyert olaj lehetett, melyet Jézus korában is használtak gyógyításra, és ma is ismert a bőrregeneráló, fertőtlenítő hatása. (Lk 10.)

Ószövetségi példa egy gyümölcs, a füge gyümölcse felhasználására: Ezékiás király halálos sebének, fekélyének meggyógyítására Isten utasította Ézsaiást, hogy aszalt fügét tegyenek a sebére és király meggyógyult. (2Kir 20,7)

Hogyan írt E.G. White a gyógynövények szerepéről?

- Az Úr a betegségek ellenszereit egyszerű növényekbe ültette, és ezeket nyugodtan használhatjuk hittel... Az Úr fel tudja használni a vizet, a napfényt, és az általa növesztett **gyógyfüveket** is a tudatlanságból vagy baleset útján bekövetkezett betegségek gyógyítására. {2SM 289.2}
- Vannak ártalmatlan **gyógyfüvek**, melyeknek használata sok, látszólag komoly nehézséget meg tud oldani. Ha mindenki igyekezne ismeretet szerezni a test szükségletei felől, a betegség ritkaság lenne, nem pedig mindennapos. Egy csipetnyi megelőzés felér egy nagy adag gyógyítással (86. Kézirat, 1897.)

Milyen gyógynövényeket használt E.G.White?

Egy csésze **macskamenta** tea megnyugtatja az idegeket. {2SM 297.4}

A **komló** tea elősegíti az alvást. A komló pakolás a gyomor környékén enyhíti a fájdalmat. 2SM 297.5

B. testvér tizenhét hónapos kislány esete. Néhány napig fájdalmas kelés volt a térdén, melyet talán valami mérges rovar csípése okozhatott. **Lenmaggal kevert faszénport** helyeztünk a térdére, és ez a pakolás azonnal enyhülést hozott. A gyermek egész éjszaka kiabált a fájdalomtól, de miután a pakolást feltettük, el tudott aludni. (2SM 300)

Nem fogyasztottam teát (koffeines). Mindig is **vörös lóherét** használtam, ahogyan azt mondtam is neked. Kínáltalak belőle, és mondtam, hogy jó, egyszerű, és egészséges ital... {2SM 302.3}

A **fenyő- és a cédrusfa illata** egészséges anyagokat tartalmaz. Más fákban is vannak az egészséget elősegítő gyógyító elemek. Az ilyen fák ne kerüljenek könnyörtelen kivágásra... Hagyjátok őket életben. {2SM 301.}

Köhögésedre nem tudok jobbat ajánlani az **eukaliptusznál** és a méznél.

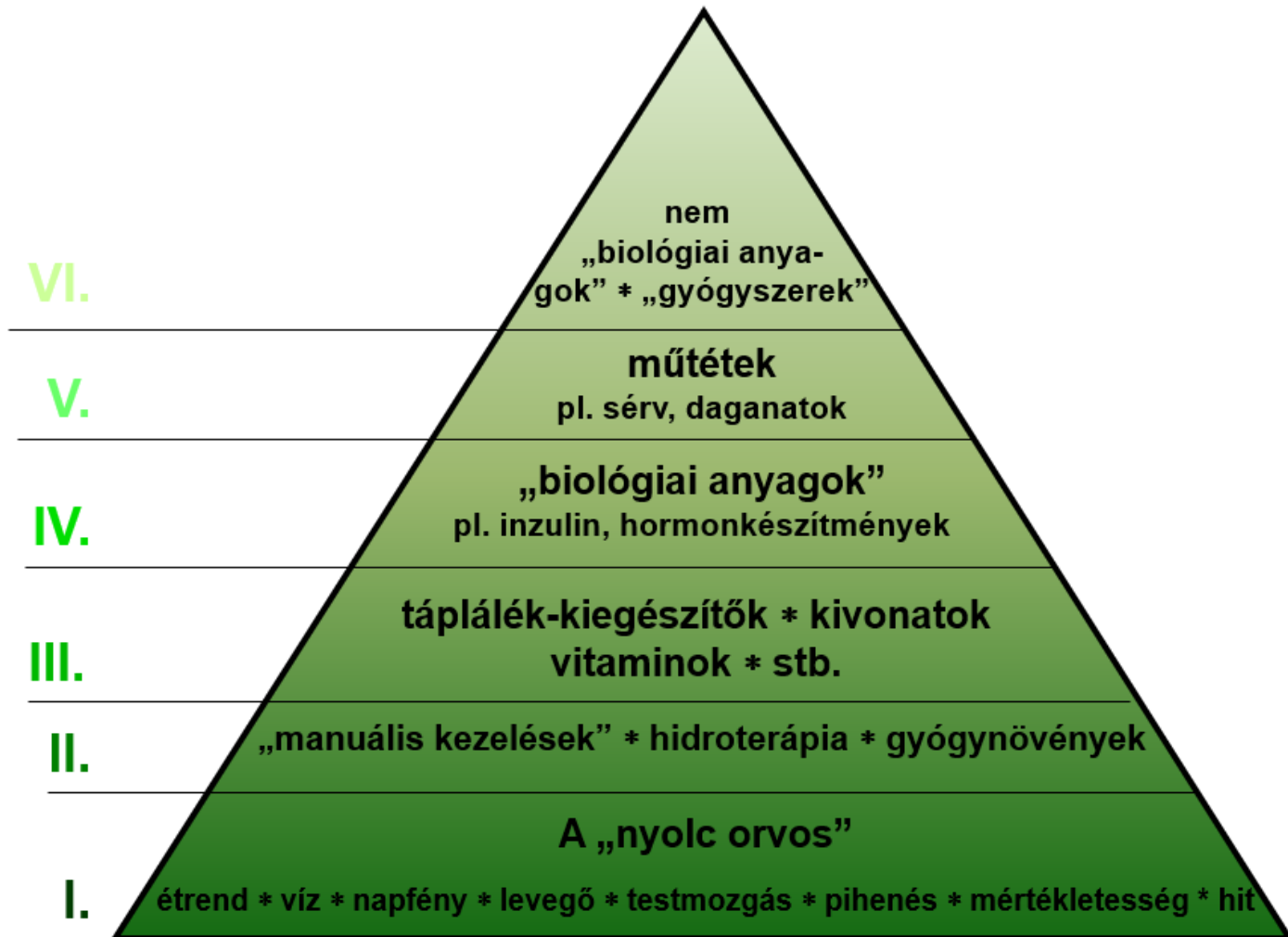
Egy kis pohár mézbe tegyél néhány csepp eukaliptuszt, keverd jól el, és amikor köhögni kezdesz, vedd be.

Meglehetősen sok baj van az én torkommal is, de amikor ezt használom, igen hamar túljutok a nehézségen.

Csak néhányszor kell bevennem, és a köhögés máris megszűnik. Ha elfogadod ezt a receptet, saját magad orvosa lehetsz. Ha az első próbálkozáskor nem jársz sikerrel, próbáld meg újra! A legjobb lefekvés előtt bevenni belőle. {2SM 300.2

Az **eukaliptusz olaj** különösen hasznos köhögéskor, valamint mell- és tüdőfájdalmakkor. Szeretném, ha kipróbálnád ezt az egyszerű gyógymódot, mely számodra semmibe nem kerül. (2SM 301.2)

A gyógymódok szintjei. Mit, mikor alkalmazzunk? Hol van a gyógynövények helye?



Használjuk leggyakrabban, amikor csak lehet a 8 „orvost” a betegségek megelőzésére, gyógyítására és vegyük figyelembe, hogy hatásaik egymást kiegészítik, nem pedig helyettesítik!

Fitoterápia elnevezés: növényekkel,
gyógynövényekkel való gyógyítás



➤ **A növényekkel való gyógyítás**, a fitoterápia a 19. századig a gyógyításban elsődleges volt. Változást a vegyipar, a gyógyszeripar előretörése jelentett.

Máshogyan áll a helyzet az afrikai- és más kevésbé fejlett országok esetében, náluk ma is uralkodó a természetes anyagok felhasználása az élet csaknem minden területén.

➤ Hazánkban kb. 530 gyógynövényfaj kerül felhasználásra, ebből kb. 50 fűszernövény.

Mely növények tartoznak a Gyógynövényekhez szűkebb értelemben?

Gyógyításra, ill. egészségvédelemre felhasznált növények, növényi részek, a gyógyszerkönyvben szereplő drogok, készítmények nyersanyagai,

gyógyszeripari alapanyagok előállítására,
fűszerként,

élvezeti célokra,

kozmetikai és háztartás-vegyipari cikkek előállítására,

kábítószerként,

növényvédő szerként használt növények.

- **Hatóanyagot tartalmazó növény.**

Aromanövény: illat- vagy aromaanyagokat tartalmazó növény.



Fűszernövény: ételek, italok illatosítására, ízesítésére, színezésére (azaz az élvezeti és a táplálkozás-biológiai érték fokozására) felhasznált növény.



A gyógynövények alkalmazásának előnyei



Miért hasznosak az Isten által jóváhagyott, természetes gyógymódok? (E.G.White)

A természet egyszerű gyógyszerei anélkül segítenek a gyógyulásban, hogy hátra hagynának káros utóhatásokat, melyeket oly sokszor megismernek a mérgező tablettákat használó emberek. Lerombolják a betegnek azt az erejét, mely által önmagát segíteni tudná. A betegeket meg kell tanítani ennek az erőnek a kiaknázására.

(E.G.White, Sz. 2.köt. 28.fej.

Semmit olyat nem szabad az emberi szervezetbe vinni, ami káros mellékhatást hagy maga után. (Medical Ministry, 228. oldal) Sz. 2. köt.280.o. angol)

Isten elvárja tőlünk, hogy a tőlünk telhető legjobbat megtegyük!
W.C. White. 2SM 28I.

Alkalmazásuk előnyei:

- *Természetes anyagok* a szervezet jobban reagál rájuk, mint a szintetikumokra.
- Több ezer éve alkalmazza az emberiség a gyógynövényeket így sok tapasztalat gyűlt már össze róluk. Sajnos időnként hiedelmek is kapcsolódtak hozzájuk. Jó, hogy ma már többségük hatását klinikailag vizsgálták, a tudomány is igazolta, így nem csak a népi megfigyelésre épül a használatuk.
- *Kevesebb a káros mellékhatás, mint a szintetikus gyógyszereknél*, de előfordulhat néhányuknál, főként a nem megfelelő alkalmazás esetén. Pl. orvosi zsálya, feketenadálytó, fehér fagyöngy. Ha több növény is ismert ugyanarra a betegségre, akkor olyat válasszunk, aminek nincs egyáltalán mellékhatása. Allergiásoknál, epilepsziás betegeknél stb. óvatosan lehet alkalmazni.
- *Összetett anyagok*, ezáltal sok esetben egyszerre több szervre is gyógyítóan hatnak. Ezért szükséges a beteg többi betegségét is figyelembe venni, hogy a gyógyításhoz a legmegfelelőbb növényt vagy növényeket lehessen kiválasztani.

Mikor használhatjuk őket, mikor nem? Mit várhatunk tőlük?

Először is tudnunk kell azt, hogy ezek sem varázsszerek. Nem minden esetben érhetünk el gyógyulást használatukkal, vagy nem azonnal.

Nem tudják helyettesíteni pl. a pihenést, vagy az egészséges életmódot.

Valamint pl. egyes gyors beavatkozást igénylő eseteknél nem elegendők az enyhe hatású gyógynövények, gondoljunk csak az infarktusra.

Jók viszont pl. ideges eredetű szívritmus zavar gyógyítására (galagonya)

Használhatók megelőzésre pl. vesekő, homok megelőzésre, utókezelésre, az érrendszer karbantartására, vagy a már kialakult betegség kezelésére pl. légúti gyulladás esetén.

- **Tüneti kezelésre** (gyomorgörcs, hasmenés, láz stb.), de ez csak pillanatnyi megoldás. Krónikus betegségeknél nem elegendő.

- **Oki kezelés:** pl. székrekedésnél, a szokások átgondolása, tüneti kezelés hashajtóval.

Vagy fejfájás esetén: tüneti kezelés: borsmentával inhalálás, masszázs stb.

Oki kezelés: kialvatlanság, fáradtság megszüntetése

A gyógynövényekkel való gyógyítás világi történetének rövid áttekintése:

- **Ókori Kínában** (Shen-Nung császár, i.e.27. sz.): a régészeti feltárások szerint használták a **fokhagymát, fahéjat, gyömbért**, borsot, retket, rebarbarát.
- **India:** A Védákban (i.e. 4.000-6000 év) 67 gyógynövény használatát írták le. Köztük: szenna, mák, **gyömbér, szegfűszeg**, bors, **hagymafélék**.
- **Babilon** (i.e. 3000): Egy sumér-akkád gyógyszerész 250 féle növényt írt le. Felismerték a **csíráztatott gabona gyógyhatását**. Ismerték a **céklát, zsázsát**, készítettek növényi kúpokat.
- **Egyiptom** (i.e. 1552): Ebers-féle papirusztekercsen **500 féle gyógynövényből készült receptgyűjtemény** található. A mai gyógynövények 1/3 része szerepel benne. Gyakran alkalmaztak növényi olajokat gyógyításra (**cédrus,- fahéj-, fenyőolaj**)
- **Görögök: Hippokratesz** (i.e. 460-377), első ismert tudós, gyógynövény felhasználó, **több mint 300 növény hatását ismertette**.
Theofrasztosz (i.e. 300) kertjében fűszernövényeket termesztett.
Dioszkoridesz (i.e. 78 körül) megírta Európa első gyógynövény jegyzékét, **600 növény** gyógyászati felhasználását sorolja fel.
- **Rómaiak: Galenosz** (122-199) szerint a gyógynövényeket termőhelyükön kell felkeresni, tanulmányozni. **Különböző gyógyszerformákat (főzetet, tinktúrát, kenőcsöket, tapaszokat)** készített ezek a galenikumokként ismertek ma is.

Meliusz Juhász Péter (1532-1572)
Református lelkész, író, botanikus.

A mű hatása nagyon jelentős,
évszázadokon át szolgált mintául
a később készült herbáriumoknak.

HERBARIUM.

AZ FAKNAC FVV

EKNEC NEVEKRŐL, TERMÉSETEK-
ről, és hasznairól, Magyar nyelvre, és ez
rendre hozta az Doctores Könyveiből
az Horhi Melius Peter.



Nyomtattot Colofuárat Heltai Gaspárne
Műhelyébé, 1. 5. 78. Éstendőben.

Újkor

Felgyorsult a természettudományok fejlődése,
1590 a mikroszkóp felfedezése.

- **Linné** (1707-1778) svéd természettudós. Kidolgozta a növények, az állatok és az ásványok rendszertanát.
- **Priesnitz** (1799-1851), vízkúrák, **gyógynövények** alkalmazása
- **Kneipp Sebestyén** (1821-1897), katolikus pap a vízkúra népszerűsítője. **Vegán étrendet alkalmaz és gyógynövényeket** betegeinél.

➤ **Diószeghy Sámuel-Fazekas Mihály**: Magyar Fűvészkönyv, 1807.

Az író Fazekas Mihály édesapja, lópatkoló, gyógykovács, állatgyógyító. Debrecenben kertészkedett, növényritkaságokat gyűjtött, méhészkedett. Fűvészkönyvében a magyar botanika szókincsét kialakítja. Könyve növényhatározó és tankönyv is egyben.

➤ **Tessedik Sámuel** (1742-1820), német származású evangélikus pap. Szarvason megalapítja a világ első gazdasági iskoláját, mintagazdasággal.

➤ Gróf. **Festetics György** (1797-1848), a Keszthelyi Georgikont alapította, Európa első felsőfokú gazdasági iskolája.

➤ 1871. Első Magyar Gyógyszerkönyv megjelenése.

➤ Dr. **Augustin Béla** megalapította a Szederceserje állomást (1914.), ma Gyógynövény Kutató Intézet. Gyógynövény gyűjtés, termesztés, kutatás.

➤ **Kabai János** (1896-1936), gyógyszervegyész, mákszalmából morfin gyártás.

➤ **Bittera Gyula** (1920 körül) tihanyi levendulás telepítése.

➤ **Varró Aladár** gyógyszerész, Gyógynövények gyógyhatásai könyve (1941).

➤ **Jávorka Sándor** (1883-1961), növények elnevezése, leírása.

➤ **Csapody Vera** (1890-1985), matematika-fizika tanár, botanikus.

Több mint 1200 képet festett a növényekről.

Mit értünk drogon?



Növényi drogon mit értünk?

- **A felhasznált gyógynövény legtöbb hatóanyagot tartalmazó része**, amelyet többnyire szárítással tartósítanak és esetleges hámozáson, tisztításon, aprításon kívül más mechanikai feldolgozásban vagy egyéb kezelésben nem részesült (= szárított növényi rész),
 - a növényi nyersanyagból készült termék,
 - a növényi nyersanyagból átalakítással nyert anyag.

Kábítószer: a központi idegrendszert megzavaró vagy lassító hatású anyag, amely bódulatot, mámort, tudatállapot-változást idéz elő.



Hogyan történik a gyógynövények, növényi részek elnevezése?

Calendula officinalis L.

- Latin név, kettős elnevezés
- Flos- virág
- Folium-levél
- Herba-föld feletti teljes rész
- Radix-gyökér
- Fructus-termés
- Semen-mag
- Cortex-kéreg



A gyógynövények **csoportosítása** milyen szempontok szerint történhet?

1. **Hatóanyag** szerint pl. illóolajos gyógynövények (a legtöbb fűszernövényünk)
2. **Hatáserősség** szempontjából:
enyhe (mite), és erős hatásúak (forte)
Erőshatásúakat házilag csak külsőleg használhatunk pl. a vérehulló fecskefű!
3. **Terápiás hatásuk** szerint: emésztésre hatók, légutak gyógyítására stb.
4. **Felhasznált növényi részek** alapján pl. gyökér drogok.
5. **Termőhely szerint:** Vadontermő vagy termesztett
6. **Természetben való előfordulásuk** szerint: pl. erdők aljnövényzete
7. **Növényrendszertani hova tartozás szerint**

Mit értünk hatóanyagon?

Olyan vegyület, mely jól körülírható **hatást gyakorol az életfolyamatokra**, vagy kórfolyamatokra.

A növényi hatóanyagok többnyire komplexen fordulnak elő.

Mennyiségük függ:

- talajtól, annak tápanyag ellátottságától
- műtrágyázástól
- gyomirtó és gombaölőszerek hatásától,
- a gyűjtés idejétől, módjától, szárításától, tárolásától.

- **erős hatású drog:** a drog gyógyító és mérgező dózisa közötti különbség kicsi (főleg alkaloid-tartalmú drogok!).



- **gyenge hatású drog:** a drog élettani hatása enyhébb, ezért hosszú ideig és „nagy” adagban fogyasztva sem káros (főleg gyógyteák).



A gyógynövények ipari felhasználása

- a gyógyszeripar (humán és állat gyógyászat, növényvédelem számára)



Gyógykészítmény: készen kapható gyógyszer, amelyet állandó minőségben állítanak elő és kész csomagolásban hoznak forgalomba.



Galenikum (galenusi készítmény): a gyógyszerkönyvben vagy a vényminta gyűjteményben meghatározott összetételű és minőségű készítmény, melyet ezen előírások alapján gyártanak, tartanak nyilván és forgalmazznak.



Galénosz (I29-I99?) római orvos volt, Különböző gyógyszerformákat (főzetet, tinktúrát, kenőcsöket, tapaszokat) készített ezek galenikumokként ismertek ma is

Kozmetikaipar jelentős felhasználója a gyógynövényeknek



Élelmiszeripar, Édesipar



- Fűszerezés
- Színezés (csalánbólklorofill, körömvirág, kurkuma)
- Pótkávé (cikóriakávé)
- Gyógycukorkákhoz



Allium sativum - fokhagyma, hagyma

Belsőleg hogyan használhatjuk házilag a gyógynövényeket?

➤ *Fűszerezésként* salátához és egyéb ételekhez tehetjük: citromfű, körömvirág, sarkantyúka, borsmenta, fodormenta, kakukkfű, majoranna, stb., kis mennyiség elegendő belőlük. Használhatjuk zöld turmixokba: pl. csalán, gyermekláncfű levél.

➤ *Gyógyítási-, megelőzési céllal* kivonatait:

- levek (pl. préseléssel, centrifugával) homoktövis, citrusfélék, búzafű
- tea,
- tinktúra
- illóolaj, olaj, kenőcs
- tabletták, - kapszula, - draszté stb. formájában
- gyógycukorkák

- **Préselt nedvek:** friss, tisztított és aprított növényi részből sajtolás vagy centrifugálás útján nyert nedv,



A TEA készítés fontosabb tudnivalói:



Gyógytea: gyógyhatással rendelkező,
gyógyszerkönyvi minőségű drog(ok)ból álló
tea.



Élvezeti tea: élelmiszernek minősülő tea,
gyógyhatása lehet, de azt nem kell igazolni.





Mono
vagy
Keverék

- **Teakeverék:** több (lehetőleg 3-5-féle) gyógynövény drogját tartalmazza.



Túl sokfélét ne keverjünk össze, mert kevesebb jut így az egyes komponensekből egy kanálnyi mennyiségbe. Tinktúra készítésnél nincs ilyen akadály, növelhető az összetevők száma pl. Svédcsepp.

➤ **Mikor készítsünk forrázatot, főzetet, vagy csak áztassuk szobahőmérsékleten, mit kell ehhez ismernünk?**

A növény mely részét használjuk? A keményebbeket (pl. gyökerek, termések, kérgek) áztatnunk kell, a puhábbakat nem szükséges áztatni. Kivétel pl. az orvosiszálya és a zsurló, melyeket főzni kell!

Ismernünk kell, hogy a növényben levő hatóanyag mennyire érzékeny a hőre.

Az illóolajos-, vitamin tartalmú növényeket forrázzuk, a nyálka anyagot tartalmazókat csak szobahőmérsékletű vízben áztatjuk.

➤ *Mikor aprítsuk fel a gyógynövényeket?* Lehetőleg felhasználás előtt vagy amennyiben korábban, úgy üvegben, sötét helyen tároljuk. Milyen aprítottságú legyen a felhasznált drog? (filteres tea)

➤ *Mennyi gyógynövényt használjunk a teához, mi dönti el?*

- Milyen az alapanyagunk? - szárítottból 1 púpozott teáskanállal, frissből ennek 3-4 szeresét is lehet 1 csészéhez (1,5-2 dl) vízhez

- Kinek készítjük a teát? - felnőtt vagy gyermek, csecsemő, várandós nő

➤ *Milyen legyen a tea hőmérséklete, ízesítése?* Általában a langyos a jó, kivéve megfázás, influenza estén ennél melegebbet. Hányinger ellen pedig hidegebbet. Az emésztésre hatókat, keserű teákat, cukorbeteg teáját ne ízesítsük.

Mézet, lekvárokat, gyümölcsleveket használhatunk, amennyiben szükséges pl. gyermekeknél.

- **Forrázat:** a drogból forrázással, majd azt követő áztatással (10-15 perc) előállított kivonat,
- **Főzet:** a drogot hideg vízzel felengedjük, majd forrásig melegítjük és rövid ideig (5-15 perc) forraljuk,



- **Hidegvizes kivonat:** a drogot hideg vízzel felengedjük, több órán át szobahőmérsékleten ázni hagyjuk, majd leszűrjük.



Mályvából, fehérfagyöngyből,
C-vitaminos drogokból (csipkebogyó)



Mikor igyuk a teákat?

- *Az étvágyjavító teákat* étkezés előtt fél órával, hogy az emésztést serkentő keserűanyagok kifejthessék hatásukat
- az epeserkentőket étkezés után 15-20 perccel
- a vértisztító, salaktalanító teákat reggel éhgyomorra, édesítés nélkül naponta 1x
- a *hashajtó* teákat este, hatásukat 8-10 óra múlva fejtik ki
- a *nyugtató* teákat este, elalvás előtt
- a *hasmenés elleni* teákat, *köhögéscsillapítót, vízhajtót, keringésre* hatót naponta többször.

Mennyit igyunk naponta? - meddig?(kúra, napi használat)

Betegség esetén napi 3-4 csészével igyunk, kortyolva, amíg meg nem gyógyulunk, de 1 hónap-6 hét után tartsunk 1-2 hét szünetet, majd újra kezdhetjük. Szünet esetén másfajta gyógynövényből ihatunk teát.



Tinktúra készítés

- Friss növény esetén 10 rész növény + 90 rész etil-alkohol (70-80%)
 - Szárított növényből 5 rész növény + 95 rész etil-alkohol.
 - A kivonás ideje: 5-7 nap, időnként összerázzuk.
 - Szűrjük (nem fém szűrőn).
- A kivonás, tárolás sötét helyen, szobahőmérsékleten legyen.

Kivonatok készítése: olajokban, zsírokban

- Kivonás olajokban (jobb minőségű, lassabban avasodó olajban pl. olívaolaj, kukoricacsíra olaj, szójaolaj stb.)

Töltsünk meg egy üveget a növényvel, részeivel, majd töltsünk rá annyi olajat, hogy ellepje.

- Körömvirágos olajat (lehetőleg csak szziromból készítsük): sötét helyen, 8-10 napig áztatjuk, majd szűrjük.
- Orbáncfűből: áztatjuk 3-4 hétig szobahőmérsékleten és szűrjük.

Az olajokat kivonás után sötét, hűvös helyen, hűtőben tároljuk.

Gyógyszerkészítmény formák

- **Elixir**: ízesített készítmény, általában tinktúra vagy kivonat
- **Szirup**: sűrű cukor oldat (pl. útifűből 40% cukor)
- **Gyógyméz**
- **Ecetes kivonatok**: fűszerecetek, gyógyecetek
(az ecet irritálja a nyálkahártyákat)
- **Gyógyborok, gyógypálinkák**
(az alkohol sokféle kárt okoz)

Receptúra összeállítás szabályai

- Az **anamnézis célja**, hogy minden lényeges dolgot megtudjunk ami a beteggel vagy betegségével kapcsolatos:
 - minden, amit a betegről, környezetéről meg lehet tudni (panaszai, tünetei, általános közérzeti állapota)
 - egyéb betegségek, egyéb kezelések, szed-e gyógyszert (együtthatás, hatványozó hatás miatt)
 - életkörülmények, élettempó, lehetőségek
 - A beteg hozzáállása, mit fogad el szívesen, mit nem

Az anamnézis módszere

- Megfigyeljük a hangszínt, arcszínt, tartását, mozgását, beszédét

Időt kell szánni ezekre, teljes figyelmet igényel, nyugodt körülményeket

Terápia egyénre szabottan

Baba (0-2 év)

- gyógyszerári készítményeket használunk, finoman kell bánni az ízekkel,
- mézet nem adhatunk 2 éves korig,
- Kerülni kell a keserű, csípős és savanyú dolgokat

Kisgyermek (2-6 év)

- Kicsi adagokat használunk, gyenge teát
1dl vízhez 1kk teakeveréket, jó ízű legyen (epres)
- Fokozottan tiszta növényeket használjunk
- Illóolajat csak kis mennyiségben, inkább párologtatni (bergamott, citrom, levendula)
- Általános roborálók: Manna rax, Aktív árpa

Gyermek (6-14 év)

- A felnőtt adag fele adható
- Fontos a színe, az íze
- Ízjavítók: méz, citromfű, menta, édesgyökér

Felnőtt (14-60 év)

Az alapadagok ennek a korosztálynak szólnak, ehhez viszonyítjuk a többbit

Idős (60 év felett)

- Kell a sok folyadék, szomjúságérzés csökken
- Csipkebogyó, citromfű, kamilla, hárs, borsmenta, kakukkfű
- Gyakori a kedvetlenség, étvágytalanság (keserű anyagok segítik)

Élettani állapotok megfigyelése

- Legyengült szervezet, lábadozás (kisebb adagokkal kezdjük)
- Allergia ismerete (fészkes virágzatúak: kamilla, cickafarkfű stb.)
- Várandósság, szoptatás:

Adhatók: köménymag, orbáncfű, macskagyökér, citromfű, galagonya, kamilla, cickafarkfű, apróbojtorján, gyermekláncfű, hibiszkusz virág, fekete ribizli levél, málnalevél, bodza, hárs, kakukkfű, kukoricabajusz, lenmag

Tilos alhasi vérbőség fokozó hashajtót adni!

Ph.Hg.(Pharmacopoea Hungarica): Magyar Gyógyszerkönyv
71 növény gyógyszerkönyvi drog
16 illóolaj

FoNo (Formulae Normales): Szabványos Vényminták

OGYI = Országos Gyógyszerészeti Intézet

OÉTI = Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi
Intézet

OGYÉI = Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-
egészségügyi Intézet (2015.03.01-)

GYNKI = Gyógynövénykutató Intézet

EZ A KÖNYV
TIZENHÉT NYELVEN,
TÖBB MINT 5 MILLIÓ PÉLDANYBAN JELENT MÁR MEG!

Maria Treben

**Egészség
Isten
patikájából**

Maria Treben • Egészség Isten Patikájából

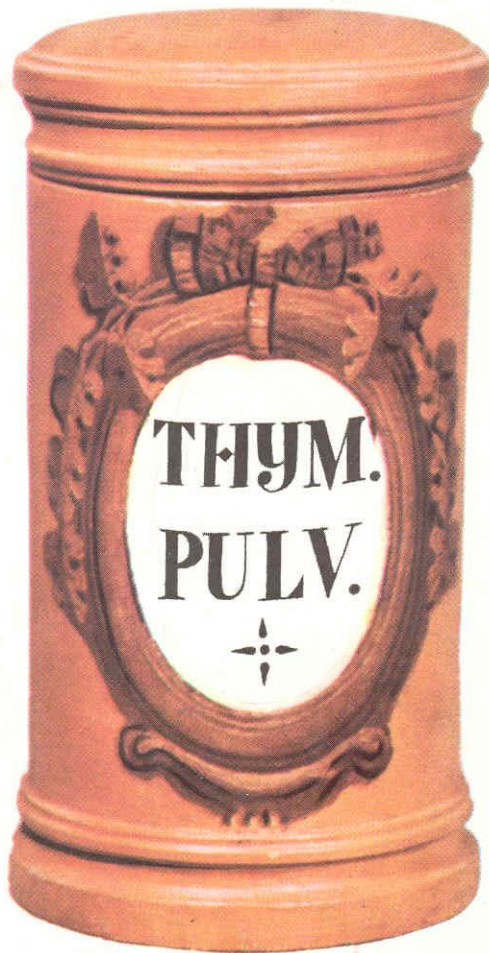
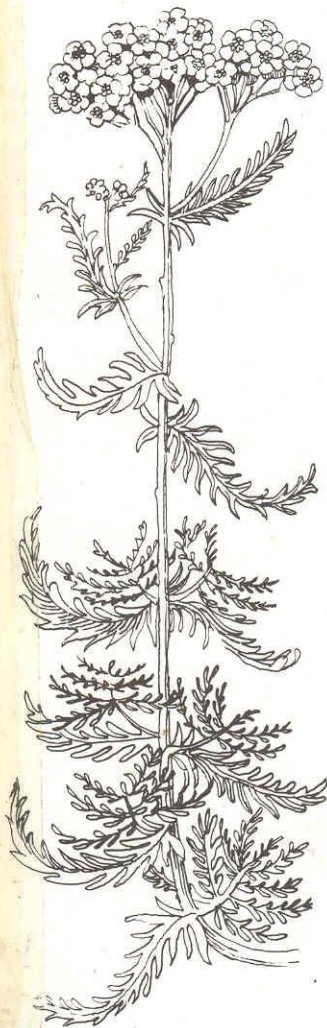
HUNGA
PRINT



RÁPÓTI-ROMVÁRY

gyógyító

növények



dr. Oláh Andor

Házipatika gyógy- növényekből



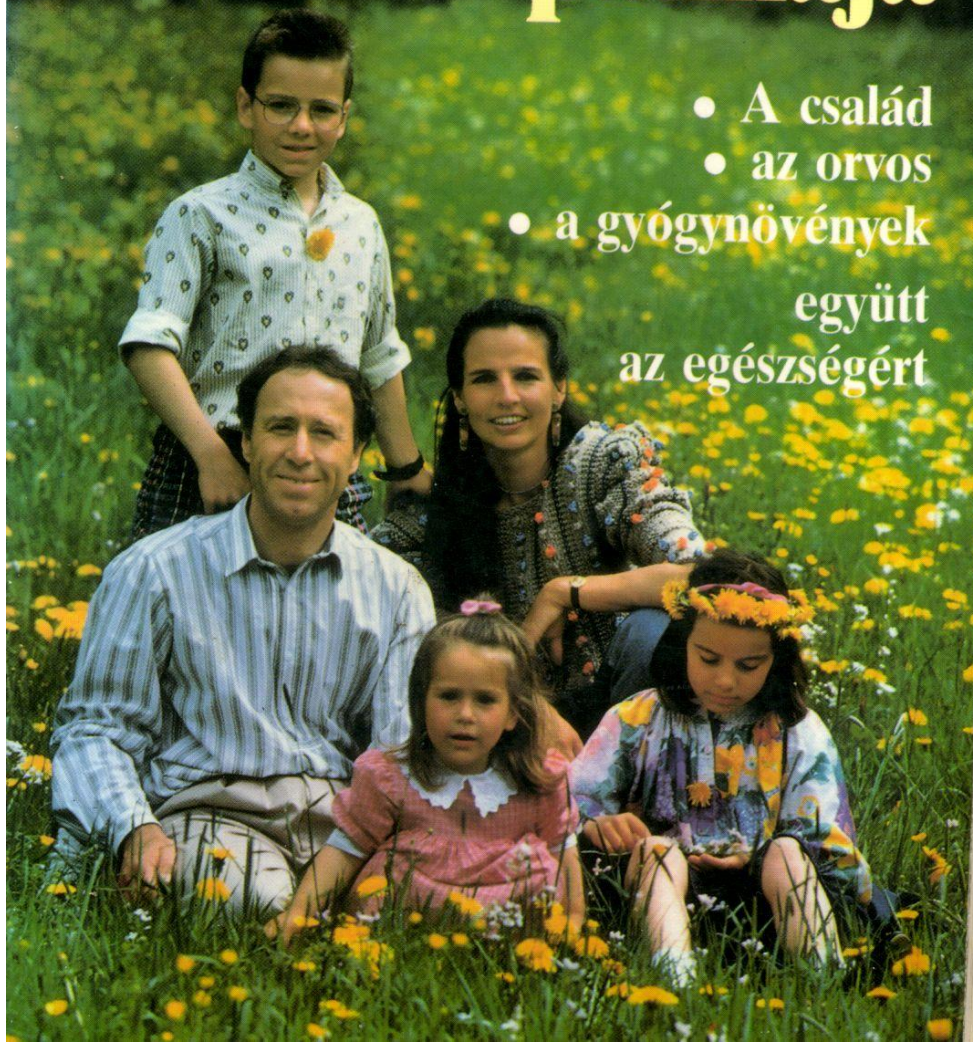

Planétás
könyvek



Barbara és Peter Theiss

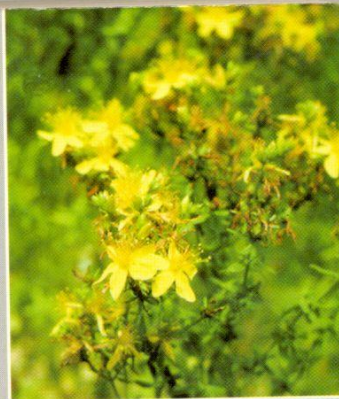
Erdők, mezők patikája

- A család
 - az orvos
 - a gyógynövények
- együtt
az egészségért



Petri Gizella

**FITOTERÁPIA
AZ ORVOSI
GYAKORLATBAN**



Springer



A virágok **Isten**, itt a Földön szenvedő családja iránti szeretetének drága hírnökei. {MH 264.3}

Minden rüggyel, bimbóval és virággal Isten azt fejezi ki, hogy szereti gyermekeit. Ő, aki gondot visel a madarokról és a virágokról, gondot visel a saját képmására formált lényekről is. {MH 266.1}

Az a kérdés, értékeljük-e, használjuk-e ezeket a kincseket?