

Klimuszko A.C.

Wróćmy do ziół leczniczych

Recepty

Spis treści

Choroby płucno-oskrzelowe	7
Gruźlica płuc	7
Płucne krwotoki.....	7
Gruźlica oporna na antybiotyki	8
Rozedma płuc i nieżyt oskrzeli.....	8
Krzusiec	9
Gorączka i grypa.....	9
Dychawica oskrzelowa	9
Pylica płuc.....	10
Gruźlica kości	10
Układ krążenia.....	12
Osłabienie mięśnia sercowego.....	13
Niewydolność wieńcowa – dusznica bolesna.....	13
Nadciśnienie tętnicze	13
Podciśnienie tętnicze.....	14
Stwardnienie tętnic	14
Zapalenie zakrzepowe żył	15
Żylaki goleni	15
Żylaki odbytu – hemoroidy	16
Zapalenie mięśnia sercowego.....	17
Dychawica sercowa	17
Nerwica serca	17
Uzupełnienie praktyczne	18
Choroby krwi	19
Naprawa szkód po antybiotykach.....	19
Anemia złośliwa	20
Białaczka	21
Ziarnica złośliwa.....	21
Blednica	21
Czerwienica	22
Agranulocytoza.....	22
Plamica	23
Krwawiaczka	23
Zaburzenia czynności śledziony	24
Brak witamin	24
Zaburzenia w przemianie materii	25
Cukrzyca	26

Otyłość	27
Wychudzenie	27
Nadczynność tarczycy.....	28
Wole zwykłe	28
Przerost gruczołu krokowego	29
Migrena	29
Pokrzywka.....	30
Pokrzywka powstała na tle zaburzenia miesiączkowania	30
Choroby wątroby i dróg żółciowych	31
Ostre zapalenie wątroby	31
Marskość wątroby.....	31
Kamica żółciowa	32
Choroby przewodu pokarmowego.....	33
Niedokwaśność żołądka	33
Nadkwaśność żołądka	33
Przewlekłe zapalenie żołądka	34
Wrzód żołądka	34
Wrzód dwunastnicy	35
Rak żołądka	35
Mdłości i wymioty nerwowe.....	36
Niestrawność nerwowa	36
Zwiótczenie żołądka	37
Wzdęcie żołądka.....	37
Rozstrój żołądka (biegunki)	38
Zaparcia.....	38
Ostre zapalenie przełyku	39
Zapalenie wrzodziejące jelita grubego.....	39
Nieżyt jelita grubego.....	40
Wzdęcia jelitowe (bębnica).....	40
Puchlina wodna brzucha	40
Tasiemiec.....	41
Owsiki	41
Choroby dróg moczowych	43
Zapalenie nerek ostre	43
Zapalenie kłębuszków nerkowych.....	43
Zapalenie miedniczek nerkowych	44
Kamice nerkowe	44
Kamica szczawianowa	44
Kamica moczanowa	45
Kamica fosforanowa i węglanowa.....	45
Mocznica	46

Zapalenie pęcherza moczowego	46
Nerczyca.....	46
Choroby gośćcowo-reumatyczne	48
Rwa kulszowa	48
Zapalenie stawów	48
Reumatyzm.....	49
Gościec zniekształcający	50
Gościec ścięgnisto-mięśniowy	50
Gościec przewlekły.....	50
Gościec klimakteryjny	51
Uczulenia-alergie.....	52
Uczulenia różnorodne	52
Alergiczny nieżyt sienny	52
Alergia wypryskowa – swędząca.....	53
Migrena alergiczna	53
Choroby układu nerwowego	54
Padaczka	54
Schizofrenia.....	54
Stwardnienie rozsiane	55
Udar mózgu.....	56
Bezsенność	56
Nerwobóle	57
Histeria.....	57
Neurastenia	58
Moczenie mimowolne.....	58
Impotencja.....	59
Świad	60
Choroby skórne	62
Łuszczyca.....	62
Wyprysk ostry.....	62
Wyprysk przewlekły	63
Róża	64
Półpasiec	64
Łysienie plackowate	65
Łysienie lojotokowe.....	65
Nadmierne pocenie	66
Toczeń pospolity i rumieniowaty.....	66
Grzybica skóry.....	67
Pęcherzyca pospolita.....	68
Trądzik różowaty	68
Trądzik pospolity	69

Rybia łuska	69
Liszajec zakaźny	70
Liszaj czerwony płaski	70
Piegi	70
Brodawki	71
Choroby kobiece.....	72
Brak miesiączkowania ⁸	72
Skąpa miesiączka.....	73
Nadmierne krwawienie miesiączkowe.....	73
Bolesne miesiączkowanie	74
Miesiączkowanie bolesne i skąpe.....	74
Miesiączkowanie bolesne, obfite.....	74
Alergia związana z miesiączkowaniem.....	75
Stosunek bolesny	76
Zapalenie pochwy	76
Nadżerka części pochwowej macicy.....	77
Ostre swędzenie warg sromowych i przedsionka pochwy	77
Zapalenie przydatków	77
Niepłodność.....	78
Mięśniaki maciczne	79

Choroby płucno-oskrzelowe

Tlen jest warunkiem życia człowieka, *zwierząt* i roślin. Narządem, który dostarcza czerpany z powietrza tlen dla organizmu są płuca. Jednorazowo wdychamy ok. 0,5 l powietrza do płuc. W tej ilości znajduje się 20% tlenu, który transportowany jest do tkanek całego ustroju. Do niedawna gruźlica płuc zbierała ogromne żniwo śmierci. Kto zapadł na tę groźną chorobę, skazany był na śmierć. Medycyna, pomimo swych wysiłków, była wobec niej bezradna. Dopiero po II wojnie światowej udało się wynaleźć skuteczną broń przeciw tej zmurze ludzkiej, dzięki której zasadniczo położono kres gruźlicy.

Zdarzają się jednak organizmy odporne na powszechnie stosowane leki albo tych leków nietolerujące. Dla takich pozostają wówczas leki ziołowe. Zresztą każdy leczący się na gruźlicę powinien pić zioła celem przyspieszenia regeneracji płuc oraz zabezpieczenia się przed jej ewentualnym nawrotem. Poleca się również wszystkim rekonwalescentom przebywanie czas jakiś na spacerach w lesie iglastym rosnącym na suchym terenie.

Gruźlica płuc ¹

Po 50 g.

1. Ziele miodunki (Herba Pulmonariae)
2. Ziele poziewnika (Herba Galeopsidis)
3. Ziele przetacznika (Herba Veronicae)
4. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
6. Liść podbiału (Folia Farfarea)
7. Liść babki (Folia Plantaginis)
8. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
9. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
10. Porost islandzki (Lichen Islandicus)

Sposób użycia: wszystkie składniki razem zmieszać i na każdy raz brać kopianą łyżkę stołową tej mieszanki, zalać szklanką wrzątku, przykryć na 3 godziny. Przecedzić, lekko podgrzać i pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Za każdym razem zioła zaparzać świeże.

Płucne krwotoki

Po 50 g.

¹ Wobec zawartości w niektórych ziołach krzemionki, która trudno rozpuszcza się w wodzie, należy przygotować odwar, gotując mieszankę ziołową przez 10-15 minut (przypr. red.).

1. Ziele jemioly (Herba Visci)
2. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
3. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
4. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
5. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
6. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
7. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
8. Kora wierzby (Cortex Salicis)
9. Liść ruty (Folia Rutae)

Pić jak wyżej.

Gruźlica oporna na antybiotyki ²

Po 50 g.

1. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
2. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
3. Ziele poziewnika (Herba Galeopsidis)
4. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)
5. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
6. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
7. Kwiat słonecznika (Flos. Helianthi)
8. Pączki sosny (Gemmae Pini)
9. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)

Pić trzy razy dziennie przed posiłkiem.

Rozedma płuc i nieżyt oskrzeli

Po 50 g.

1. Liść podbiału (Folia Farfarae)
2. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
3. Korzeń omanu (Radix Inulae)
4. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)
5. Owoc jarzębiny (Fructus Sorbi)
6. Owoc róży (Fructus Rosae)
7. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
8. Ziele przetacznika leśnego (Herba Yeronicae)
9. Pączki sosny (Gemmae Pini)
10. Kwiat lipy (Inflorescentia Tiliae)

² W terapii tej choroby leki farmakologiczne przeciwgruźlicze mają podstawowe znaczenie, natomiast zioła – uzupełniające (przyp. red.).

11. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)
Pić trzy razy dziennie przed posiłkiem.

Krztusiec

Po 50 g.

1. Pączki sosny (Gemmae Pini)
2. Kwiat bławatka (Flos Cyani)
3. Liść podbiału (Folia Farfarae)
4. Liść szalwii (Folia Sahdae)
5. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)
6. Ziele tymianku (Herba Thymi)
7. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)
8. Kwiat pierwiosnka (Flos Primulae)
9. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
10. Ziele przetacznika leśnego (Herba Veronicae)
11. Porost islandzki (Lichen Islandicus)

Pić jak wyżej.

Gorączka i grypa

Po 50 g.

1. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
2. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
3. Kwiat słonecznika (Flos Helianthi)
4. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
5. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
6. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
7. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
8. Owoc maliny (Fructus Rubi idaei)
9. Owoc głogu (Fructus Crataegi)

Pić jak wyżej.

Dychawica oskrzelowa ³

Po 50 g.

1. Ziele szanty (Herba Marrubii)
2. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)
3. Korzeń omanu (Radix Inulae)
4. Liść podbiału (Folia Farfarae)

³ Ziola te są skuteczne w skojarzeniu z innymi lekami stosowanymi w leczeniu tej choroby (przyp. red.)

5. Korzeń prawoślazu (*Radix Althaeae*)
 6. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
 7. Kwiat bzu czarnego (*Flos Sambuci*)
 8. Pączki sosny (*Gemmae Pini*)
 9. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
 10. Kwiat ślazu (*Flos Malvae*)
 11. Liść szalwii (*Folia SaMae*)
- Pić 3 razy dziennie po szklance przed jedzeniem.

Pylica płuc

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
3. Pączki sosny (*Gemmae Pini*)
4. Ziele miodunki (*Herba Pulmonariae*)
5. Kwiatostan kocanki (*Inflorescentia Helichrysi*)
6. Ziele poziewnika (*Herba Galeopsidis*)
7. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
8. Liść podbiału (*Folia Farfarae*)
9. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
10. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
11. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)

Pić jak wyżej.

Na wszystkie przypadłości dróg oddechowych skutecznie pomaga czosnek spożywany w stanie surowym. Pięć ząbków czosnku drobno poszatkować, rozproszyc po kromce chleba i nałożyć na to warstwę świeżego twarogu. Można też spożywać kawałeczkami czosnek z chlebem posmarowanym masłem lub czymkolwiek. Praktykować taką kurację pomocniczą w stosunku do ziołowej przed kolacją lub w czasie kolacji.

Gruźlica kości ⁴

Po 50 g.

1. Liść podbiału (*Folia Farfarae*)
2. Ziele skrzypu polnego (*Herba Equiseti*)
3. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
4. Ziele poziewnika (*Herba Galeopsidis*)
5. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)

⁴ W leczeniu gruźlicy kości zioła są mało skuteczne ze względu na ich trudność w przenikaniu do kości (przypp. red.).

6. Ziele przetacznika leśnego (Herba Veronicae)
7. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
8. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
9. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)

Pić jak wyżej.

W gruźlicy kości oprócz ziół powinno się stosować następujące kąpiele: sporą wiązkę (100 g) słomy owsianej włożyć do dużego garnka z wodą, gotować 10 minut, odstawić na 30 minut, zlać odwar i w mocno ciepłym trzymać nogi przez 30 minut. Robić to wieczorem. Gdy chodzi o kość biodrową, to kąpać się w odwarze owsianki albo miejsce chore polewać nim przez 30 minut.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO
Wróćmy do ziół leczniczych

Układ krążenia

Krew jest nie tylko warunkiem, lecz istotą życia ludzkiego. Gdy krew zatrzyma się w swym biegu na przeciąg 20 minut, życie ludzkie ustanie na zawsze. Cudowny eliksir życia zwany krwią płynie nieustannie poprzez ogromną sieć rur, czyli naczyń krwionośnych i dociera do każdej komórki organizmu ludzkiego, mając na celu spełnienie licznych żywotnych zadań, jakimi są:

- a) transport odżywczy – krew przenosi substancje odżywcze, pobrane z przewodu pokarmowego oraz tlen zaczerpnięty z płuc do wszystkich komórek i tkanek celem ich sprawnego funkcjonowania;
- b) wydalanie – wszystkie produkty zużyte oraz substancje szkodliwe krew przez płuca i nerki wydalą z organizmu na zewnątrz;
- c) czynności obronne – różnego rodzaju infekcje, spowodowane przez bakterie, które przedostają się do organizmu różnymi drogami oraz trucizny chemiczne, krew neutralizuje lub całkiem unieszkodliwia przez wytwarzanie w ustroju czynników obronnych, uodparniających;
- d) równowagę biologiczną – krew odgrywa również wielką rolę w gospodarce wodnej i mineralnej, utrzymując równowagę kwasowo-zasadową płynów ustroju.

Cudownym narządem, który rozprowadza ustawicznie krew po całym organizmie jest serce. *To perpetuum mobile, ta gigantyczna pompa ssącotłocząca, ten niepojęty motor niezasilany przez człowieka materiałem napędowym, pracujący bez przerwy przez 80 lat i więcej, wprawia w zdumienie najgłębsze umysły. Praca serca jest oszałamiająca. W ciągu godziny serce ludzkie przetacza blisko 400 l krwi, w ciągu zaś doby około 10 000 l. Jest to ilość równa pojemności wagonu cysterny. W ciągu 70 lat życia człowieka przepompowuje około 250 000 000 litrów, to jego małe serce. Do jej przewiezienia trzeba byłoby użyć około 250 pociągów po 100 wagonów-cystern. Gdyby pracę serca wykonaną przez 70 lat życia człowieka skoncentrować na jeden punkt, to ta praca, ta energia byłaby zdolna wynieść człowieka na Księżyc.*

(J. Chlebińska, *Anatomia i fizjologia człowieka*)

Według obliczeń niektórych naukowców serce ma w sobie zapas energii na 150 lat życia ludzkiego. Niestety człowiek dzisiejszy obraca się we wręcz zabójczym środowisku. Zamiast tlenu wdychamy gazy spalinowe, często rakotwórcze, zamiast czystych związków organicznych zawartych w płodach ziemi spożywamy w pokarmach nawozy chemiczne, czego ludzki organizm nie toleruje. Na domiar złego technika i szaleńcze tempo dzisiejszego życia szarpie ponad jego wytrzymałość system nerwowy, co powoduje nerwice serca, niewydolność krążenia, zawały i różne inne przypadłości.

Oslabienie mięśnia sercowego

Po 50 g.

1. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
2. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
3. Owoc głogu (Fructus Crataegi)
4. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
5. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
6. Liść melisy (Folia Melissa)
7. Owoc róży (Fructus Rosae)
8. Liść pokrzywy (Folia Urtica)
9. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)

Pić trzy razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Odbywać częste spaceru na wolnym powietrzu rano i wieczorem. Zaleca się po pół szklanki przed obiadem czerwonego wina wypić powoli.

Niewydolność wieńcowa – dusznica bolesna

Po 50 g.

1. Ziele jemioli (Herba Visci)
2. Liść ruty (Folia Ruta)
3. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
4. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
5. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)
6. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
7. Liść melisy (Folia Melissa)
8. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
9. Ziele srebrnika (pięciornika gęsiego) (Herba Anserina)

Pić jak wyżej. Ograniczyć na pewien czas pokarmy rozdymające, fasolę, groch oraz ciężkie przyprawy jak pieprz, musztarda itp. Uprawiać lekką gimnastykę na wolnym powietrzu.

Nadciśnienie tętnicze

Rozróżniamy nadciśnienie samorodne i pochodne, czyli powstałe na tle innych chorób takich jak: niewydolność nerek, trzustki, wątroby. Nadciśnienie, jak każda nieprawidłowość serca jest niebezpieczna, gdyż może spowodować pęknięcie naczyńka krwionośnego w mózgu, czego następstwem bywa paraliż lub śmierć. W takich wypadkach obok środków farmakologicznych trzeba pomocniczo leczyć się ziołami.

Po 50 g.

1. Morszczyk pęcherzykowy (Fucus vesiculosus)

2. Ziele jemioly (Herba Visci)
3. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
4. Owoc głogu (Fructus Crataegi)
5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
6. Owoc róży (Fructus Rosae)
7. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
8. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
9. Liść ruty (Folia Rutae)

Pić tylko 2 razy dziennie: szklankę rano i wieczorem.

Podciśnienie tętnicze

Spadek ciśnienia powstaje na tle osłabienia organizmu po przebytej ciężkiej chorobie lub wykrwawieniach.

1. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)
2. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
3. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
4. Ziele tymianku (Herba Thymi)
5. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
6. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
7. Liść szalwii (Folia Salviae)
8. Owoc róży (Fructus Rosae)
9. Kora kasztanowca (Cortex Hippocastani)
10. Liść melisy (Folia Melissae)
11. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)

Uwaga: brać nie łyżkę, tylko łyżeczkę pełną mieszanki, zalać pół szklanki wrzątku, przykryć na trzy godziny, przecedzić, lekko podgrzać i pić 3 razy dziennie po pół szklanki przed posiłkiem. Dopuszcza się również raz dziennie filiżankę kawy, przed kolacją mały kieliszek koniaku – to pobudza akcję serca.

Stwardnienie tętnic

Jest to schorzenie wieku starczego, chociaż czasem występuje już przed 50 rokiem życia. Stwardnienie tętnic zakłóca krążenie krwi, rytmikę serca oraz równowagę ruchów. Pokarmy dla chorych muszą być jaskie z wykluczeniem potraw nadymających, jak również kawy, alkoholu i palenia papierosów, zwłaszcza na czczo.

Po 50 g.

1. Liść brzozy (Folia Betulae)
2. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
3. Liść szalwii (Folia SaMae)

4. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
5. Ziele jemioli (Herba Visci)
6. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
7. Owoc kminku (Fructus Canrt)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Owoc róży (Fructus Rosae)
10. Morszczyń pęcherzykowy (Fucus vesiculosus)
11. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)

Pić 3 razy dziennie po szklance, po 70 roku życia po pół szklanki przed posiłkiem.

Zapalenie zakrzepowe żył

Na wypadek zatorów powstałych w żyłach, a zwłaszcza w płucach oraz przy silnych obrzękach i bólach nóg, trzeba niezwłocznie zawezwać lekarza. Równocześnie należy stosować kurację ziołową, jako pomocniczą.

Po 50 g.

1. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
2. Ziele jemioli (Herba Visci)
3. Liść ruty (Folia Rutae)
4. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
5. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
6. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
7. Kora wierzby (Cortex Salicis)
8. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
9. Liść brzozy (Folia Betulae)

Pić 2-3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Żyłaki goleni

Żyłaki na nogach to udręka kobiet. Podłożem tej choroby jest najczęściej niewydolność krążenia oraz praca wymagająca długotrwałego stania. Często dobre wyniki daje kuracja ziołowa. Otwarte i krwawiące żyłaki są trudne do zlikwidowania. Jeszcze najskuteczniejszym lekiem na krwawiące żyłaki jest maść propolisowa, z braku jej maść żywokostowa. Smarować obrzeża rany i lekko zabandażować.

Po 50 g.

1. Ziele szanty (Herba Marrubii)
2. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
3. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
4. Kora kasztanowca (Cortex Hippocastani)
5. Kora wierzby (Cortex Salicis)

6. Liść podbiału (Folia Farfarae)
7. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
8. Owoc róży (Fructus Rosae)
9. Ziele jemioli (Herba Visci)

Pić 2 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Stosować również następujące kompresy:

Po 50 g.

1. Kora kasztanowca (Cortex Hippocastani)
2. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
3. Liść podbiału (Folia Farfarae)
4. Koszyczki arniki (Anthodia Arnicae)
5. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)

Wszystkie te zioła mieszać razem i każdorazowo brać pięć łyżek tej mieszanki, zalać litrem wody, gotować 10 minut, odstawić na 30 minut, przeceździć i nasączać tym odwarem czystą szmatkę, którą należy okładać nogi. Zmieniać i tak długo robić kompresy aż się wyczerpie odwar. Robić to wieczorem.

Żyłaki odbytu – hemoroidy

Guzy suche lub krwawiące na kiszce odbytovej są nieco inną formą żyłaków, z tą tylko różnicą, że bardziej bolesne i mocno niewygodne. Likwidowanie hemoroidów zabiegiem operacyjnym lub wkładaniem do odbytnicy czopków jest zawodne. Można je wyleczyć jedynie ziołami i metodą następującą: trzy łyżki siemienia lnianego zalać pół litrem wody, gotować 10 minut (wrzenie). Po zdjęciu z ognia wlać do odwaru 4 łyżki świeżego mleka, mieszać, nasączyć watę i przykładać do kiszki stolcowej nad miednicą aż do wyczerpania odwaru. Robić to wieczorem.

Po 50 g.

1. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)
2. Kwiat tarniny (Flos Pruni spinosa)
3. Liść melisy (Folia Melissaе)
4. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
5. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
6. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
7. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
8. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
9. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)

Pić 2 razy dziennie po szklance rano i przed kolacją.

Zapalenie mięśnia sercowego

Po 50 g.

1. Owoc jarzębiny (Fructus Sorbi)
2. Owoc róży (Fructus Rosae)
3. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
4. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
5. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
6. Kwiat tarniny (Flos Pruni spinosa)
7. Liść melisy (Folia Melissae)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Ziele nostrzyka (Herba Melilotis)

Pić rano i przed kolacją po pół szklanki. Przed samym śniadaniem rozpuścić łyżeczkę miodu w szklance herbaty lub mleka i wypić. Tak przez trzy tygodnie praktykować.

Dychawica sercowa

Nie wolno zapominać o zasadzie, że każde zaburzenie serca wymaga natychmiastowej pomocy lekarskiej i dodatkowego zbadania choroby. Potem dopiero można się zabrać do odpowiedniego leczenia. Dokładne stosowanie ziół najczęściej daje dobre wyniki.

Po 50 g.

1. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
2. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
3. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
4. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
5. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)
6. Znamię kukurydzy (Stgm. Maydis)
7. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
8. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
9. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)

Pić 2-3 szklanki dziennie. Przed spaniem nacierać plecy i piersi mokrym zimnym ręcznikiem – po czym, dobrze się wytrzeć ręcznikiem suchym – tak przez 9 dni. Wskazana też lekka gimnastyka na wolnym powietrzu.

Nerwica serca

Wszelkiego rodzaju nerwice, również nerwicę serca najskuteczniej się zwalcza nie środkami psychotropowymi, lecz psychoterapią bezlekową. Jeśli na kogoś wpływa dobrze towarzystwo, musi dobrać sobie grono przyjaciół o optymistycznym usposobieniu i wśród nich szukać od czasu do czasu spoko-

jenia. Na odwrót, jeżeli dany osobnik najlepiej się czuje w samotności, nie może pozostawać w niej bezczynnie, lecz musi się czymkolwiek zająć. Lekką pracą fizyczną, czytaniem odpowiedniej lektury, pozostawać często wśród przyrody, w lesie, w ogrodzie czy na łące. Przeprowadzać ćwiczenia oddechu w ten sposób – w lecie po przebudzeniu się rano, wstać z łóżka, stanąć przy otwartym oknie, stopy mają być przytulone do siebie, stać prosto, obie ręce położyć na szczycie głowy (jedną na drugiej). Teraz nosem wciągać powietrze do maksimum, zatrzymać je licząc w myślach do 15, ręce zdjąć z głowy, spuścić w dół, powoli całym korpusem zginać się w dół wydychając powietrze, także do maksimum. I tak trzy razy. Potem się położyć bezwładnie na 5 minut i wstać. Codziennie uprawiać to przez 9 dni.

Po 50 g.

1. Szyszyki chmielu (Strobili Lupuli)
2. Kwiat lawendy (Flos Lavendulae)
3. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
4. Liść melisy (Folia Melissae)
5. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
6. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
7. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
8. Kwiat tarniny (Flos Pruni spinosa)
9. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
10. Ziele macierzanki (Herba Serpyllii)
11. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)

Pić trzy lub dwa razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Uzupełnienie praktyczne

Wiele jest chorób ubocznych, jakby wtórnych, powstałych na podłożu schorzeń wcześniej zaistniałych. Przypadłości reumatyczne rodzą niejako automatycznie choroby serca, a niewydolność nerek powoduje nadciśnienie. W takich sytuacjach trzeba leczyć obie choroby równocześnie, głównie jeśli chodzi o leczenie ziołowe. W przypadku np. zapalenia nerek występuje zbyt podniesione ciśnienie tętnicze, trzeba pić w jednym dniu zestaw na nerki, w drugim zaś dniu zestaw na nadciśnienie. I tak na przemian. Taka kuracja jest zarówno racjonalna, jak i skuteczna.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby krwi

Naprawa szkód po antybiotykach

Dzięki antybiotykom wiele milionów ludzi uratowano od śmierci. Są one dziś jeszcze, w przypadkach ciężkich chorób zakaźnych, jedynie skuteczną bronią, ale bronią niestety obosieczną. Leczą one jeden organ kosztem całego organizmu. Nawet przy najostrożniejszym dawkowaniu organizm ludzki po otrzymaniu serii antybiotyków, zwłaszcza silniejszych, przedstawia się jak las po pożarze. Pozostaje w nim zniszczona flora bakteryjna, zachwiana równowaga biologiczna i zmniejszona odporność na inne choroby. Nic też dziwnego, że coraz liczniej podnoszą się głosy krytyczne przeciw wszelkim antybiotykom, tym bardziej że ich skuteczność słabnie, gdyż drobnoustroje po prostu się uodparniają. Ale czym je zastąpić? Musimy niestety i dziś w groźnych przypadkach chorobowych sięgnąć z konieczności po antybiotyki. Musimy też poznać sposób naprawiania tych szkód, jakie one wyrządzają w naszym ustroju. Witaminy z grupy B to stanowczo zbyt mało.

Trzeba zatem w czasie leczenia antybiotykami oprócz witaminy B pobierać codziennie jedną ampulkę laktody. Proszek w ampułce drucikiem lub czystym patykiem pokruszyć, wsypać go na łyżkę herbaty lub przegotowanej wody i wypić. Uważać, by nie dostał się ułamek szkła. Zaraz po zakończeniu kuracji antybiotykami trzeba oczyścić krew i zasilić wyjałowiony organizm w sole mineralne oraz w substancje niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Pić przez cały miesiąc przepisane zioła.

Po 50 g.

1. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
2. Korzeń mniszka lekarskiego (*Radix Taraxaci*)
3. Korzeń lubczyka (*Radix Levistici*)
4. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)
5. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
6. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
7. Owoc róży (*Fructus Rosae*)
8. Owoc jarzębiny (*Fructus Sorbi*)
9. Kwiat wiązówki (*Flos Ulmariae*)
10. Liść borówki czernicy (*Folia Myrtilli*)
11. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Violae tricoloris*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Należy przypomnieć, że wszyscy rekonwalescenci po kuracji antybiotykami, jak również po przebytej operacji, a zwłaszcza dotknięci anemią powinni przynajmniej przez cały tydzień przeprowadzać kurację odżywczą w takiej formie. Na śniadanie spożyć

tatara z surowej cielejącej wątróbki z chrzanem, około 150 g. Na obiad spodeczek surowej kapusty zalanej oliwą prawdziwą z przyprawami czosnku i cebuli. Jest to dieta niezawodna.

Anemia złośliwa

Muszę raz jeszcze przypomnieć o dawkowaniu ziół. Różni zielarze przepisują różne ilości przy różnych chorobach. Jedni każą pić trzy razy dziennie po szklance odwaru, inni po dwie, niektórzy znów przy jednych chorobach polecają pić po pół szklanki, a jeszcze inni po 3 lub 4 łyżeczki dziennie. Wskazania typu – pić 3 lub 4 łyżeczki odwaru ziołowego, to rzecz niepoważna. Jest to bawienie się w leczenie, a nie leczenie. Można i powinno stosować się takie dawki różnych nalewek, tinktur, ale nie odwarów. Przez wieloletnią praktykę doszedłem do poznania właściwego stosowania ziół leczniczych. Otóż łyżkę ko-piastą ziół zalać szklanką wrzącej wody na trzy godziny. Jest to jakby macerowanie. Można też gotować 5 minut, po przedczeniu zostaje odwar najwyżej trzy czwarte szklanki. Taka dawka jest dla każdego na każdą chorobę właściwa. Dla dzieci zaś od pół do jednej trzeciej szklanki, zależnie od wieku dziecka. Może się zdarzyć, ale to bardzo rzadko, że dany organizm mocno reaguje na zioła, wówczas się zmniejsza albo dawkowanie do pół szklanki odwaru lub pije się tylko dwa razy dziennie po 3/4 szklanki.

Po 50 g.

1. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
2. Liść porzeczki czarnej (Folia Ribis nigri)
3. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
4. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
5. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
6. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
7. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
8. Owoc róży (Fructus Rosae)
9. Owoc jarzębiny (Fructus Sorbi)
10. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
11. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Dobrze jest pić przed kolacją mały kieliszek nalewki, sporządzonej w ten sposób. Siedem łyżek drobno pokrajanych świeżych liści majowej pokrzywy zalać rozcieńczonym spirytusem na pół z przegotowaną wodą w ilości 3/4 litra. Po 10 dniach nalewka jest już gotowa. Nadto przyjmować doustnie ampułkę Biostyminy na dzień.

Białaczka

Białaczkę uważa się za przypadłość nowotworową. Przebiega ona w formie ostrej lub przewlekłej. Rozróżniamy białaczkę szpikową i limfatyczną. Obie się leczy jednakowo.

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)
3. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
4. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
5. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
6. Korzeń mniszka lekarskiego (*Radix Taraxaci*)
7. Ziele tymianku (*Herba Thymi*)
8. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
9. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
10. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)
11. Liść bobrka (*Folia Menyanthidis*)

Stosować wszystko jak wyżej.

Ziarnica złośliwa

Jest to choroba pokroju rakowego, trudna do wyleczenia. Na jej zwalczanie potrzebne są antybiotyki i inne leki farmaceutyczne. Zioła mogą tu spełniać jedynie pomocniczą i uzupełniającą rolę.

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Liść brzozy (*Folia Betulae*)
3. Ziele jemioli (*Herba Visci*)
4. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
5. Liść ruty (*Folia Rutae*)
6. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
7. Korzeń mydlnicy (*Radix Saponariae*)
8. Kwiat wiązówki (*Flos Ulmariae*)
9. Liść borówki czernicy (*Folia Myrtilli*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Brać Biostyminę po jednej ampulce 2 razy dziennie.

Blednica

Choroba ta występuje jedynie u kobiet. Podłożem jej jest niewydolność jajników, niedorozwój jajników, niedorozwój narządów rozrodczych lub zmiany w organizmie, charakterystyczne dla okresu przekwitania.

Po 50 g.

1. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
2. Korzeń omanu (Radix Inulae)
3. Korzeń cykorii (Radix Cichorii)
4. Liść melisy (Folia Melissa)
5. Ziele bylicy pospolitej (Herba Artemisiae)
6. Liść szalwii (Folia SaMae)
7. Ziele przywrotnika (Herba Alchemillae)
8. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
9. Liść rozmarynu (Folia Rosmarini)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Czerwienica

Objawami tej choroby są: wzrost ilości czerwonych ciałek krwi, silny rumień na twarzy, krwawienie z nosa, podniesienie ciśnienia krwi, powiększenie śledziony.

Po 50 g.

1. Digestosan (gotowa mieszanka)
2. Liść ruty (Folia Rutae)
3. Ziele glistnika (Herba Chelidonii)
4. Ziele przetacznika leśnego (Herba Veronicae)
5. Kora wierzby (Cortex Salicis)
6. Ziele jemioli (Herba Visci)
7. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
8. Kwiat lawendy (Flos Lavandulae)
9. Owoc róży (Fructus Rosae)

Pić jak wyżej. Pożywienie jarskie, wykluczyć mięso, prócz wieprzowego, a i to spożywać w małej ilości, ograniczyć płyny. Trzeba przez pewien czas prowadzić spokojny tryb życia.

Agranulocytoza

Choroba ta jest następstwem zatrucia środkami chemicznymi, nadmiernego napromieniowania promieniami Roentgena oraz przeżytych chorób zakaźnych. Objawia się nagłym wyskokiem wysokiej gorączki, obrzękiem węzłów chłonnych, dziąseł, migdałków itd.

Zioła przy jej leczeniu mogą odegrać jedynie rolę pomocniczą, zaś właściwą kurację zastosować może tylko lekarz.

Po 50 g.

1. Liść jeżyny (Folia Rubi frut.)
2. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)

3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
 4. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
 5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
 6. Liść poziomki (Folia Fragariae)
 7. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
 8. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
 9. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
 10. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
 11. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
- Pić trzy razy dziennie po szklance, przed posiłkiem.

Plamica

Ujawnia się ona występowaniem na całym ciele czerwonych plam na skutek wylewów podskórnych, jak również krwawych wybroczyn na zewnątrz. Plamica reumatyczna przejawia się szczególnie ostrym bólem mięśni i stawów.

Po 50 g.

1. Kora dębu (Cortex Quercus)
2. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
3. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
4. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
5. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
6. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
7. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
10. Owoc róży (Fructus Rosae)
11. Liść ruty (Folia Rutae)

Pić jak wyżej.

Krwawiaczka

Choroba typowo męska, nazywana w języku potocznym chorobą królewską. Objawia się bardzo słabym krzepnięciem krwi, co stwarza trudność przy jej tamowaniu nawet przy takim zabiegu, jak wyrwanie zęba.

Po 50 g.

1. Ziele jemioly (Herba Visci)
2. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
4. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)

5. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
 6. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
 7. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
- Pić 3 razy dziennie po szklance, pół godziny po posiłku.

Zaburzenia czynności śledziony

Po 50 g.

1. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
2. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
3. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
4. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
5. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
6. Ziele glistnika (Herba Chelidonii)
7. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)

Pić jak wyżej.

Brak witamin

Wszelki niedobór witamin powoduje przeróżne niedomogi w organizmie. W związku z tym powstają zaburzenia w przemianie materii, a to prowadzi do zaniku odporności organizmu.

Po 50 g.

1. Owoc róży (Fructus Rosae)
2. Owoc jarzębiny (Fructus Sorbi)
3. Owoc głogu (Fructus Crataegi)
4. Liść porzeczki czarnej (Folia Ribis nigri)
5. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
6. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
7. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)

Pić jak wyżej.

Na śniadanie 3 ząbki czosnku, drobnutko posiekać, posypać na kromkę chleba posmarowanego masłem i spożyć. Na kolację spożyć z chlebem średniej wielkości cebulę pokrajaną i polaną oliwą z oliwek. Takie menu stosować przez 3 tygodnie.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO
Wróćmy do ziół leczniczych

Zaburzenia w przemianie materii

Organizm ludzki musi ustawicznie się odnawiać przez pobieranie pokarmów. Pokarmy bowiem kryją w sobie liczne związki organiczne i mineralne oraz substancje konieczne jako materiał do budowy tkanek, dla podtrzymania procesów życiowych i zasilania ustroju w energię. Te ciągle procesy przemiany materii, czyli metabolizm polega na ustawicznej asymilacji, przyswajaniu substancji pokarmowych i budowaniu z nich żywych tkanek oraz dysymilacji, czyli rozkładzie substancji składowych tkanek i wydalaniu niepotrzebnych produktów tego rozkładu.

Wiele jednakże czynników harmonijność procesów zakłóca tak dalece, że organizm nie wykorzystuje w całości drogocennych substancji pobieranych z pokarmów. To właśnie zjawisko przyczynia się do powstawania licznych schorzeń. Zaburzenia przemiany materii są bardzo różnorodne, więc trudno od razu o skuteczny lek ziołowy. Stąd też podajemy ich kilka.

A.

Po 50 g.

1. Liść brzozy (*Folia Betulae*)
2. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
3. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Violae tricoloris*)
4. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
5. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
6. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)
7. Kora kruszyny (*Cortex Frangulae*)
8. Ziele tymianku (*Herba Thymi*)
9. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
10. Korzeń cykorii (*Radix Cichorii*)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

B.

Po 50 g.

1. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
2. Korzeń mniszka lekarskiego (*Radix Taraxaci*)
3. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
4. Ziele szanty (*Herba Marrubii*)
5. Liść bobrka (*Folia Menyanthidis*)
6. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
7. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
8. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)
9. Korzeń prawoślazu (*Radix Althaeae*)
10. Owoc jałowca (*Fructus Juniperi*)

11. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)

Pić jak wyżej.

Przy chorobach gośćcowo-reumatycznych obok przypadłości sercowych występuje również zła przemiana materii, którą leczymy następującą mieszanką:

C.

Po 50 g.

1. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
2. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
3. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
4. Kora wierzby (Cortex Salicis)
5. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
6. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
7. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Cukrzyca

W organizmie ludzkim dotkniętym cukrzycą występują zaburzenia gospodarki wodnej, białkowej i węglowodanowej. W leczeniu tej choroby chodzi głównie o to, aby obniżyć poziom cukru we krwi oraz zwiększyć asymilację ustroju. Zwalcza się, a przynajmniej hamuje to groźne schorzenie insuliną, wyłącznie pod ścisłą kontrolą lekarzy. Pomocniczymi środkami w leczeniu są zioła i racjonalna dieta. Trzeba koniecznie wykluczyć z pokarmów cukier, ciastka i wszelkie słodycze.

Należy natomiast położyć nacisk na spożywanie sałaty, ogórków, kalafiorów, kapusty, czarnej rzodkwi oraz cebuli i chrzanu, jako przypraw. Mięso ograniczyć do minimum, jeżeli już to chude, gotowane. Z tłuszczów w żywieniu diabetyka dopuszczalna jest oliwa z oliwek i śmietana. Ze słodyczy zaś w małej ilości miód.

A.

Po 50 g.

1. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
2. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
3. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
4. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
5. Liść brzozy (Folia Betulae)
6. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
7. Liść szalwii (Folia Salviae)
8. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)

9. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
10. Ziele rutwicy (Herba Galegae)
11. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

B.

Po 50 g.

1. Ziele rutwicy (Herba Galegae)
2. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
3. Ziele przywrotnika (Herba Alchemillae)
4. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
5. Ziele poziomki (Herba Fragariae)
6. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
7. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
8. Ziele jemioli (Herba Visci)
9. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
10. Ziele tyśiącznika (Herba Centaurii)

Pić jak wyżej.

Otyłość

Chcąc zrzucić nadwagę, musi się ostrożnie stosować odpowiednią dietę oraz prowadzić racjonalny tryb życia. W dużym stopniu na tuszę pomagają środki ziołowe.

Po 50 g.

1. Morszczyń pęcherzykowy (Fucus vesiculosus)
2. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)
3. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
4. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
5. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
6. Znamię kukurydzy (Stgm. Maydis)
7. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)
8. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
9. Liść szalwii (Folia Salviae)
10. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
11. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Wychudzenie

Najczęściej przyczyną wychudzenia są choroby przewodu pokarmowego, nadmierna nerwowość życia, nałogowe palenie papierosów, zwłaszcza na

czczo i inne nieznanne czynniki. Po każdym obiedzie położyć się na pół godziny, pomagają również chudeuszowi lekka gimnastyka i praca fizyczna.

Po 50 g.

1. Owoc róży (*Fructus Rosae*)
2. Porost islandzki (*Lichen Islandicus*)
3. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
4. Korzeń prawoślazu (*Radix Althaeae*)
5. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
6. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
7. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
8. Owoc jarzębiny (*Fructus Sorbi*)
9. Liść maliny (*Folia Rubi idaei*)

Pić jak wyżej.

Nadczynność tarczycy

Po 50 g.

1. Morszczyk pęcherzykowy (*Fucus vesiculosus*)
2. Ziele nostryka (*Herba Meliloti*)
3. Ziele skrzyphu polnego (*Herba Equiseti*)
4. Ziele przetacznika (*Herba Veronicae*)
5. Kora dębu (*Cortex Quercus*)
6. Porost islandzki (*Lichen Islandicus*)
7. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
8. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Wole zwykłe

Po 50 g.

1. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
2. Owoc róży (*Fructus Rosae*)
3. Owoc jarzębiny (*Fructus Sorbi*)
4. Kora dębu (*Cortex Quercus*)
5. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
6. Liść orzecha włoskiego (*Folia Juglandis*)
7. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
8. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
9. Porost islandzki (*Lichen Islandicus*)

Pić jak wyżej. Poleca się pobyt nad morzem.

Przerost gruczolu krokowego

Po 50 g.

1. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
2. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
3. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
4. Ziele jemioły (*Herba Visci*)
5. Ziele nawłoci (*Herba Solidaginis*)
6. Znamię kukurydzy (*Stgm. Maydis*)
7. Ziele srebrnika (*Herba Anserinae*)
8. Ziele tymianku (*Herba Thymi*)

Pić jak wyżej.

Migrena

Wielu specjalistów dopatruje się przyczyn tej uporczywej choroby w schorzeniach woreczka żółciowego, wątroby, przewodu pokarmowego, w chorobach kobiecych i w złej przemianie materii. Taki pogląd nie wydaje się zbyt przekonujący. Jej etiologia jest raczej nieznana, polega zaś na nagłym występowaniu cyklicznych bólów w obu skroniach i szybkim ich zanikaniu. W czasie ataku nacierać kark i plecy między łopatkami zimnym mokrym ręcznikiem, a potem dobrze się wytrzeć suchym ręcznikiem. Następnie skronie i czoło natrzeć nalewką bursztynową, po czym położyć się na wznak na kilkanaście minut, a ból przejdzie.

Po 50 g.

1. Szyszki chmielu (*Strobili Lupuli*)
 2. Liść melisy (*Folia Melissa*)
 3. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
 4. Kwiat pierwiosnka (*Flos Primulae*)
 5. Korzeń kozłka (*Radix Valeriana*)
 6. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
 7. Ziele bukwicy (*Herba Betonicae*)
 8. Ziele przetacznika (*Herba Veronicae*)
 9. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
 10. Kora kaliny koralowej (*Cortex Viburni opuli*)
 11. Owoc kopru włoskiego (*Fructus Foeniculi*)
- Pić trzy razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Pokrzywka

Schorzenie to powstaje na skutek degeneracji flory bakteryjnej w przewodzie pokarmowym, na tle nerwicowym, przy zakłóceniach cyklu menstruacji i równowagi hormonalnej u kobiet.

Po 50 g.

1. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)
2. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
3. Liść brzozy (*Folia Betulae*)
4. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
5. Liść orzecha włoskiego (*Folia Juglandis*)
6. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
7. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
8. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
9. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
10. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
11. Kora kruszyny (*Cortex Frangulae*)

Pić jak wyżej.

Pokrzywka powstała na tle zaburzenia miesiączkowania

Po 50 g.

1. Ziele przywrotnika (*Herba Alchemillae*)
2. Ziele szanty (*Herba Marrubii*)
3. Ziele marzanki (*Herba Asperulae*)
4. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
5. Ziele tysiącznika (*Herba Centaurii*)
6. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
7. Liść bobrka (*Folia Menyanthidis*)
8. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
9. Kwiat jasnoty białej (*Flos Lamii*)

Pić jak wyżej.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO
Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby wątroby i dróg żółciowych

Wątroba jest największym gruczołem w organizmie człowieka, bo też spełnia wielkie i trudne zadania. Waży około 1,5 kg. Jest to nad podziw precyzyjny mechanizm o potężnej mocy wytwórczej i przetwórczej – to samoczynne laboratorium chemiczne, nie mające odpowiednika w żadnym kombinacie czy laboratorium wykonanym ręką ludzką. Wątroba zabezpiecza prawidłowe czynności prawie wszystkich procesów życiowych naszego organizmu. Dlatego jest wtłoczona między dwa układy – trawienny i krążenia. Sprawne działanie tego narządu jest uzależnione od sprawności obu wymienionych układów. Każde najmniejsze zakłócenie w pracy wątroby od razu odbija się ujemnie na pracy narządów trawienia i krążenia.

Wątroba, dzięki żółci i innym sokom przez nią wytwarzanym, spełnia ogromną rolę w procesie trawiennym, zwłaszcza tłuszczów. Najważniejszą jej czynnością jest oczyszczanie przetrawionej treści pokarmowej z wszelkich trucizn, które wchłania w siebie wskutek czego często sama ulega zatruciu. Trzeba w tym wypadku jej pomóc. Najskuteczniejszą pomocą na schorzenia wątrobowe są mieszanki ziołowe.

Ostre zapalenie wątroby

Po 50 g.

1. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
2. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
3. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
4. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
5. Liść bobrka (*Folia Menyanthidis*)
6. Liść jeżyny faldowanej (*Folia Rubi frutic.*)
7. Kora kruszyny (*Cortex Frangulae*)
8. Korzeń mniszka lekarskiego (*Radix Taraxaci*)
9. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)
10. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)
11. Owoc róży (*Fructus Rosae*)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Marskość wątroby

Po 50 g.

1. Kwiatostan kocanki (*Inflorescentia Helichrysi*)
2. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
3. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)

4. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
5. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)
6. Korzeń omanu (Radix Inulae)
7. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
8. Liść melisy (Folia Melissa)
9. Korzeń cykorii (Radix Cichorii)
10. Liść brzozy (Folia Betulae)
11. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)

Pić jak wyżej. Gdyby okazało się, że 3 szklanki na dzień to za dużo, ograniczyć do 2 szklanek lub 3 razy po pół szklanki. Przy ostrych bólach ulgę przynosi lekkie ogrzewanie wątroby np. poduszką elektryczną.

Kamica żółciowa

Po 50 g.

1. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
2. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
3. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
4. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
5. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
6. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
7. Ziele glistnika (Herba Chelidonii)
8. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
9. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)
10. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
11. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem. Codziennie przed spaniem pić łyżkę surowej oliwy z oliwek, zaraz po tym zmieszać z oliwą sok z całej cytryny i wypić. Praktykować tak przez 9 dni. W ten sposób przyspiesza się rozkruszanie kamieni woreczka żółciowego. Przez cały czas leczenia unikać tłuszczów zwierzęcych i pokarmów wzdymających.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby przewodu pokarmowego

Łaknienie jest sygnałem, że w organizmie człowieka zaistniała próżnia, iż zabrakło w nim materii, co może grozić utratą energii życiowej. Na ten spontaniczny sygnał człowiek dostarcza organizmowi pokarmu. Zbiornikiem pokarmu jest żołądek. Z chwilą, gdy pokarm dostanie się do niego, natychmiast wydziela soki trawienne, z pomocą których treść pokarmową zamienia w półpłynną papkę przesuwaną ruchami śluzówki żołądkowej do dwunastnicy. Jest to pierwsza faza procesu trawienia. Dzięki sokom trzustki i żółci dokonuje się rozkład tłuszczów i całą zawartość treści pokarmowej przesuwa się do jelit. Tu dokonuje się końcowa i ostateczna przeróbka pokarmu na życiodajne substancje organizmu.

Wśród licznych niedomagań żołądkowych występuje często bez-kwaśność lub nadkwasota żołądka. Taki stan rzeczy powoduje zachwianie trawienia. Chroniczna zaś niedokwasota prowadzi do raka żołądka. Temu nieszczęściu trzeba zaradzić zawczasu.

Niedokwaśność żołądka

Po 50 g.

1. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
 2. Ziele świetlika (Herba Euphrasiae)
 3. Ziele nostrzyka (Herba Meliloti)
 4. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
 5. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
 6. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
 7. Liść szalwii (Folia Salviae)
 8. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
 9. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
 10. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)
 11. Ziele piołunu (Herba Absinthii)
- Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Nadkwaśność żołądka

Po 50 g.

1. Ziele majeranku (Herba Majoranae)
2. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
3. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
4. Ziele szanty (Herba Marrubii)
5. Korzeń prawoślazu (Radix Althaeae)

6. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
 7. Liść melisy (Folia Melissaе)
 8. Porost islandzki (Lichen Islandicus)
 9. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
- Pić jak wyżej.

Przewlekle zapalenie żołądka

Po 50 g.

1. Korzeń prawoślazu (Radix Althaeae)
2. Liść podbiału (Folia Farfarae)
3. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
4. Korzeń omanu (Radix Inulae)
5. Ziele tysiącznika (Herba Centaurii)
6. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
7. Ziele tymianku (Herba Thymi)
8. Liść szalwii (Folia Sahaae)
9. Liść melisy (Folia Melissaе)
10. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
11. Korzeń kozłka (Radix Valerianaе)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Wrzód żołądka

Wrzód żołądka i dwunastnicy to choroba cywilizacji. Powstają one na ogół na podłożu nerwicowym oraz przy przeladowywaniu ustroju zbyt ostrymi pokarmami, napojami alkoholowymi czy papierosami. Leczenie wrzodów żołądka trwa długo, lecz jest przeważnie skuteczne. W trakcie leczenia wskazana jest na pewien czas zmiana miejsca pobytu, oderwanie od codziennej pracy, odbywanie spokojnych spacerów, powstrzymanie się od palenia papierosów.

Po 50 g.

1. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
2. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
4. Korzeń prawoślazu (Radix Althaeae)
5. Liść podbiału (Folia Farfarae)
6. Korzeń kozłka (Radix Valerianaе)
7. Liść melisy (Folia Melissaе)
8. Kwiat lawendy (Flos Lavandulae)
9. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
10. Liść pokrzywy (Folia Urticae)

11. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)

Pić jak wyżej. Ponadto pić balsam Szostakowskiego – łyżeczkę na czczo przed śniadaniem (pół godziny) i łyżeczkę przed spaniem. Po wypiciu balsamu pić odwar z siemienia lnianego. Trzy łyżki siemienia lnianego zalać pół litrem wody, gotować 10 minut, odstawić na 30 minut, zlać płyn i pić przed spaniem raz na dzień.

Wrzód dwunastnicy

Po 50 g.

1. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
2. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
3. Liść podbiału (Folia Farfarae)
4. Korzeń prawoślazu (Radix Althaeae)
5. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
6. Porost islandzki (Lichen Islandicus)
7. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)
8. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)
9. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
10. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
11. Kwiat ślazu (Flos Malvae)

Sposób użycia: wszystko tak jak przy wrzodzie żołądka.

Uwaga: Lukrecja (Glycyrrhiza) likwiduje wrzód żołądka i dwunastnicy w przeciągu trzech tygodni, oczywiście nie sama tylko w zestawie innych ziół. Jednakże nie wolno jej używać ludziom w podeszłym wieku chorym na miażdżycę, na nadciśnienie i na nerki. Radzi się jednak każdemu nie chorującemu na wymienione przypadłości używać jej w pierwszym zestawie ziół, w drugim zaś zestawie, który pije się zabezpieczająco, czyli w drugiej porcji nie używać lukrecji. W jej miejsce można zastosować mech islandzki (Lichen Islandicus).

Rak żołądka

Pocieszamy się wciąż, że znajdziemy lek na tę straszną plagę, która gasi miliony istnień ludzkich, zwłaszcza w krajach o wyższej cywilizacji i stopie życiowej. Skuteczne antidotum pozostaje na razie tylko marzeniem. Poniżej podana mieszanka wypróbowana przez szereg lat wielu pomogła w zahamowaniu choroby i o lat kilka przedłużyła życie ludzkie.

Po 50 g.

1. Kora wierzby (Cortex Salicis)
 1. Ziele jemioly (Herba Visci)
 2. Liść brzozy (Folia Betulae)

3. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba *Violae tricoloris*)
4. Liść borówki czernicy (Folia *Myrtilli*)
5. Ziele dziurawca (Herba *Hyperici*)
6. Liść pokrzywy (Folia *Urticae*)
7. Kłącze perzu (Rhizoma *Agropyri*)
8. Korzeń omanu (Radix *Inulae*)
9. Korzeń prawoślazu (Radix *Althaeae*)
10. Pączki sosny (Gemmae *Pini*)
lub Porost islandzki (*Lichen Islandicus*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Nadto pić codziennie przed snaniem sok z surowej słodkiej kapusty – 1 szklankę.

Mdłości i wymioty nerwowe

Po 50 g.

1. Korzeń kozłka (Radix *Valerianae*)
2. Korzeń lubczyka (Radix *Levistici*)
3. Korzeń arcydzięgla (Radix *Archangelicae*)
4. Liść melisy (Folia *Melissae*)
5. Ziele dziurawca (Herba *Hyperici*)
6. Liść mięty pieprzowej (Folia *Menthae piperitae*)
7. Kłącze tataraku (Rhizoma *Calami*)
8. Liść ruty (Folia *Rutae*)
9. Ziele rdestu ptasiego (Herba *Polygoni avicularis*)
10. Ziele nostrzyka (Herba *Meliloti*)
11. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)

Pić jak wyżej. Wieczorem natrzeć się mokrym ręcznikiem, a potem wytrzeć się na sucho i położyć do łóżka.

Niestrawność nerwowa

Choroba ta najczęściej pochodzi z przemęczenia pracą umysłową, z negatywnych przeżyć psychicznych, długotrwałych zmartwień itp. Na wszelkie nerwice i jej skutki najlepszym środkiem leczniczym jest zawsze hydroterapia, kąpiele, nacieranie mokrym ręcznikiem i leki psychotropowe, w lżejszych przypadkach ziołowe.

Po 50 g.

1. Liść melisy (Folia *Melissae*)
2. Liść bobrka (Folia *Menyanthidis*)
3. Ziele tymianku (Herba *Thymi*)
4. Ziele rdestu ptasiego (Herba *Polygoni avicularis*)
5. Ziele marzanki (Herba *Asperulae*)

6. Korzeń kozika (*Radix Valerianae*)
 7. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
 8. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
 9. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
 10. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
- Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Zwiotczenie żołądka

Schorzenie to występuje w wieku starszym na skutek osłabienia całego organizmu po przebytej ciężkiej chorobie, bądź spowodowane jest deficytem soli mineralnych lub witamin.

Po 50 g.

1. Owoc jarzębiny (*Fructus Sorbi*)
2. Owoc róży (*Fructus Rosae*)
3. Korzeń cykorii (*Radix Cichorii*)
4. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
5. Ziele skrzypu polnego (*Herba Equiseti*)
6. Liść orzecha włoskiego (*Folia Juglandis*)
7. Ziele tysiącznika (*Herba Centaurii*)
8. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)
9. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
10. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
11. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)

Pić jak wyżej. Do tego stosować kąpiele następująco:

Kąpiele

Po 50 g.

1. Pączki sosny (*Gemmae Pini*)
2. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
3. Ziele macierzanki piaskowej (*Herba Serpylli*)
4. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)

Wszystko razem zmieszać i na kąpiel brać: 7 łyżek tej mieszanki zalać 2 litrami wody, gotować 10 minut (wrzenie), odstawić pod przykryciem na 30 minut. Przecedzić i odwar wlać do wody w wannie. Kapać się wieczorem przez 15 minut co drugi dzień.

Wzdęcie żołądka

Na powstanie tej choroby składa się wiele czynników, które zakłócają prawidłowość procesu trawienia, stwarzają nadmierną fermentację w żołądku i jelitach. Często przy pobieraniu leków przeciwgruźliczych występuje silna

fermentacja w przewodzie pokarmowym i wzdęcia na skutek gromadzonych gazów w jelitach.

Po 50 g.

1. Owoc kolendry (*Fructus Coriandri*)
2. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)
3. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
4. Owoc kopru włoskiego (*Fructus Foeniculi*)
5. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
6. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
7. Liść bobrka (*Folia Menyanthidis*)
8. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
9. Ziele tymianku (*Herba Thymi*)
10. Liść melisy (*Folia Melissa*)
11. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Rozstrój żołądka (biegunki)

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Liść maliny (*Folia Rubi idaei*)
3. Liść borówki czernicy (*Folia Myrtilli*)
4. Kora dębu (*Cortex Quercus*)
5. Liść szalwii (*Folia Salviae*)
6. Liść podbiału (*Folia Farfarae*)
7. Ziele poziomki (*Herba Fragariae*)
8. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
9. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
10. Ziele przywrotnika (*Herba Alchemillae*)

Pić 2 razy dziennie po szklance przed śniadaniem i przed kolacją.

Zaparcia

Zatrzymanie wypróżnień przez dłuższy czas zatruwa cały organizm, a skutkiem są nie tylko przeróżne wysypki na twarzy, ale i poważniejsze powikłania chorobowe wewnątrz ustroju.

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)
3. Kłącze rzewienia (*Rhizoma Rhei*)
4. Kwiat ślazu (*Flos Malvae*)
5. Korzeń omanu (*Radix Inulae*)

6. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
 7. Liść melisy (*Folia Melissae*)
 8. Korzeń kozika (*Radix Valerianae*)
 9. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
- Pić po obiedzie szklankę i po kolacji.

Ostre zapalenie przelyku

Przypadłość ta musi być dobrze zbadana przez lekarzy i w większości wypadków leczona jest środkami farmakologicznymi. Nie bez znaczenia będzie także kuracja ziołowa.

Po 50 g.

1. Koszyczki arniki (*Anthodia Arnicae*)
2. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)
3. Kwiat nagietka (*Flos Calendulae*)
4. Liść szalwii (*Folia Sahniae*)
5. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
6. Nasiona kozieradki sproszkowanej (*Semen Foenugraeci pulv.*)
7. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
8. Liść melisy (*Folia Melissae*)
9. Liść podbiału (*Folia Farfarae*)
10. Korzeń prawoślazu (*Radix Althaeae*)
11. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)

Półtorej łyżki mieszanki zalać półtorej szklanki wrzątku, przykryć na trzy godziny, przecedzić, lekko podgrzać za każdym razem i pić 3 razy dziennie po pół szklanki. Przed kolacją i obiadem, a trzeci raz po kolacji przed spaniem.

Zapalenie wrzodziejące jelita grubego

Przyczyny przypadłości jelitowych mniej więcej te same, co i żołądkowych – psychonerwice i wyrafinowane pokarmy.

Po 50 g.

1. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
2. Korzeń prawoślazu (*Radix Althaeae*)
3. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
4. Liść podbiału (*Folia Farfarae*)
5. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
6. Porost islandzki (*Lichen Islandicus*)
7. Kora kruszyny (*Cortex Frangulae*)
8. Kłącze perzu (*Rhizoma Agropyri*)
9. Kwiatostan głogu (*Inflorescentia Crataegi*)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Nieżyt jelita grubego

Po 50 g.

1. Ziele przetacznika leśnego (Herba Veronicae)
2. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Korzeń prawoślazu (Radix Althaeae)
5. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
6. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
7. Pączki sosny (Gemmae Pini)
8. Liść melisy (Folia Melissaes)
9. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)

Pić jak wyżej. Przed spaniem wypić szklankę siemienia lnianego. Dwie łyżki siemienia na szklankę wody, gotować 10 minut, zlać płyn i wypić.

Wzdęcia jelitowe (bębnica)

Często przy tej dolegliwości chorzy skarżą się na bóle wewnątrz organizmu, na bóle serca i niewydolność krążenia. Trzeba w zasadzie unormować trawienie, usunąć zaparcia, zneutralizować gazy.

Po 50 g.

1. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
2. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
3. Liść rozmarynu (Folia Rosmarini)
4. Owoc kolendry (Fructus Coriandri)
5. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)
6. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
7. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
8. Liść melisy (Folia Melissaes)
9. Ziele tymianku (Herba Thymi)
10. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
11. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Puchlina wodna brzucha

W tej chorobie kuracja ziołowa spełnia rolę pomocniczą i zabezpieczającą przed jej nawrotem.

Po 50 g.

1. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
2. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
3. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)

4. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
5. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
6. Liść brzozy (Folia Betulae)
7. Liść melisy (Folia Melissaе)
8. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
9. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
10. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
11. Strąki fasoli (Pericarpium Phaseoli)

Pić 3 razy dziennie po pół szklanki przed posiłkiem. Podczas kuracji ziołowej brać raz na dzień środki nasercowe.

Tasiemiec

Walka z tym pasożytem nie jest łatwa, jednakże możliwa do wygrania. Najskuteczniej daje się go zniszczyć metodą homeopatyczną.

Wieczorem po słabej kolacji wziąć odpowiednią porcję oleju rycynowego na przeczyszczenie. Na drugi dzień rano z 60 gramów świeżych (nie suszonych) pestek dyni wyłuskany czysty miąższ zmiażdżyć w naczyniu, dodać łyżkę prawdziwego miodu i dokładnie 5 g kwiatu wrotyczu (Flos Tanaceti). To wszystko dobrze wymieszać i spożyć całkiem na czczo. Śniadania już w tym dniu nie wolno spożywać. Dopiero po trzech godzinach po przyjęciu podanego leku zjeść sałatkę z solonego śledzia z kiszonym ogórkiem i miążgą czosnku. Gdyby po takiej kuracji tasiemiec nie został wyrzucony, trzeba jeszcze po tygodniu taką samą kurację powtórzyć.

Przypomina się raz jeszcze, aby rodzice dostarczali swym dzieciom pestki dyni do spożywania. To je uchroni od wszelkiej robaczycy jelit i dostarczy im zdrowego tłuszczu roślinnego, odżywczego i potrzebnego dla normalnego rozwoju młodych organizmów.

Owsiki

Gnieźdzą się te pasożyty w odbytnicy. Tam też je należy niszczyć drogą lewatyw kilkurodzajowych:

- a) trzy ząbki świeżego czosnku utrzeć w moździerzu na miążgę, zalać szklanką przegotowanej, zimnej wody, przykryć na 2 godziny i tą nalewką robić wieczorem lewatywy, przez trzy dni bez przerwy,
- b) dwie łyżki czarnych jagód świeżych lub suszonych (Fructus Myrtilli), z braku jagód użyć liści (Folia Myrtilli), i 1 łyżkę wrotyczu (Flos Tanaceti) zmieszać razem, zalać tę mieszankę na 3 godziny wrzątkiem i przykryć. Przepędzić, podgrzać i wieczorem robić lewatywę. W razie potrzeby po tygodniu kurację powtórzyć.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby dróg moczowych

W wyniku procesów przemiany materii w komórkach i tkankach całego ustroju powstają niepotrzebne odpady, substancje trujące, które zakłócają normalny przebieg procesów życiowych całego organizmu. Te toksyczne produkty organizm usiłuje z siebie wydzielić przez skórę w postaci potu, przez nerki oraz jelito odchodowe. Zarówno procesy przyswajania, jak i wydalania odbywają się za pośrednictwem krwi. Największą rolę w procesie wydalniczym spełniają nerki. W ciągu doby przez nerki przepływa około 1730 litrów krwi.

Nerki utrzymują całą gospodarkę wodną organizmu w równowadze. Trzeba je zawczasu ratować, by nie straciły siły swego sprawnego działania.

Zapalenie nerek ostre

Po 50 g.

1. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
2. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
3. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
4. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
5. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
6. Korzeń pięciornika (Radix Tormentillae)
7. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
8. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
9. Znamię kukurydzy (Stgm. Maydis)
10. Liść brzozy (Folia Betulae)
11. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)

Pić w pierwszym tygodniu 2 razy dziennie po pół szklanki przed posiłkiem, w następnych tygodniach 3 razy dziennie po pół szklanki.

Zapalenie kłębuszków nerkowych

Po 50 g.

1. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
2. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Kora wierzby (Cortex Salicis)
5. Liść podbiału (Folia Farfarae)
6. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
7. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
8. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)

9. Kora kaliny koralowej (Cortex Viburni opuli)
 10. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
 11. Liść brzozy (Folia Betulae)
- Pić jak wyżej.

Zapalenie miedniczek nerkowych

Wszystkie stany zapalne nerek są niebezpieczne dla ustroju, a zapalenie miedniczek prowadzi do wysokiego nadciśnienia krwi, a nerki nawet do marskości.

Po 50 g.

1. Kora wierzby (Cortex Salicis)
2. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)
3. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
4. Liść podbiału (Folia Farfarae)
5. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
6. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
7. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
8. Ziele świetlika (Herba Euphrasiae)
9. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
10. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem na ciepło.

Kamice nerkowe

Na wyleczenie każdego rodzaju kamicy nerkowej potrzeba 8 tygodni czasu. Kamienie nerkowe jest znacznie łatwiej rozkruszyć i wydalic z ustroju, nizeli kamienie żółciowe.

Kamica szczawianowa

Po 50 g.

1. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
2. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
4. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
5. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
6. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
7. Kwiat bławatka (Flos Cyani)
8. Kwiat wrzосу (Flos Ericae (Callunae])
9. Ziele glistnika (Herba Chelidonii)
lub znamię kukurydzy (Stgm. Maydis)

Uwaga: pić przed śniadaniem i przed obiadem po pół szklanki, a po kolacji wypić pół szklanki Normosan, ale tylko przez 7 dni. W następnym tygodniu i do końca kuracji pić tylko właściwy zestaw nerkowy 3 razy dziennie po pół szklanki. Ponieważ w sklepach zielarskich nie ma Hb. Chelidonii, czyli ja-skólczego ziela, przeto można go na wiosnę nazbierać sobie samemu. W diecie ograniczyć sól kuchenną do minimum, wykluczyć całkowicie na pewien czas kawę, kakao i herbatę. Pić więcej soków owocowych.

Kamica moczanowa

Po 50 g.

1. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
2. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
3. Liść brzozy (Folia Betulae)
4. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
5. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
6. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
7. Znamię kukurydzy (Stgm. Maydis)
8. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
9. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)

Pić wszystko jak wyżej, tylko że po całej szklance 2 razy dziennie i raz Normosan.

Kamica fosforanowa i węglanowa

Po 50 g.

1. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
2. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
3. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
4. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
5. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
6. Znamię kukurydzy (Stgm. Maydis)
7. Kora wierzby (Cortex Salicis)
8. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
9. Ziele macierzanki (Herba Serpyllii)
10. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)
11. Liść podbiału (Folia Farfarae)

Pić w pierwszym tygodniu po szklance przed śniadaniem i obiadem, a po kolacji szklankę Normosan. W następnych tygodniach pić tylko zestaw kamicy 3 razy dziennie przed posiłkiem. Nadto 3 razy dziennie pić sok z czerwonych porzeczek. W sezonie spożywać po jednym spodeczku świeżych, czerwonych porzeczek. One tak jak sok, rozpuszczają kamienie nerkowe.

Mocznica

Po 50 g.

1. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
2. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
3. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
4. Liść brzozy (Folia Betulae)
5. Kwiat wiałówki (Flos Ulmariae)
6. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
7. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
8. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
9. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Zapalenie pęcherza moczowego

Ten stan zapalny objawia się parciem na pęcherz, pieczeniem przy oddawaniu moczu, który jest mętny.

Po 50 g.

1. Liść jeżyny fałdowanej (Folia Rubi frut.)
2. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
3. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
4. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
5. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
6. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
7. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
8. Liść podbiału (Folia Farfarae)
9. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)

Pić 2 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Często dają dobre wyniki ciepłe kompresy lub nagrzewania pęcherza i dołu brzucha.

Mocno ograniczyć spożycie wszelkich soków, kwaśnych owoców, natomiast pić wiele mleka. Kuracja pęcherzowa postępuje powoli, ale daje dobre wyniki.

Nerczyca

Choroba przejawia się wysokim białkomoczem, bladością twarzy, złym samopoczuciem. W diecie uwzględnić mleko, ser, z mięs: cielęcinę, nietłuste ryby.

Po 50 g.

1. Owoc róży (Fructus Rosae)
2. Owoc jarzębiny (Fructus Sorbi)

3. Nasienie kozieradki sproszkowanej (Semen Foenugraeci pulv.)
4. Korzeń omanu (Radix Inulae)
5. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
6. Korzeń prawoślazu (Radix Althaeae)
7. Liść brzozy (Folia Betulae)
8. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
9. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
10. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
11. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)

Pić 3 razy dziennie po pół szklanki, 20 minut przed posiłkiem.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby gośćcowo-reumatyczne

Różnego rodzaju schorzenia gośćcowe i reumatyczne powstają zarówno jako efekt przebytych chorób zakaźnych, zwłaszcza wirusowych, jak też takich czynników jak: oddziaływanie środowiska w jakim się przebywa, mieszkania itd.

Głównym powodem powstawania wszelkich chorób stawowych jest wilgoć.

Wydaje się dziwne, a jednak prawdziwe, że blondyni częściej chorują na choroby gośćcowe niżeli bruneci. W wieku podeszłym natomiast każdy jest podatny na różne przypadłości stawowe.

Rwa kulszowa ⁵

Ściśle rzecz biorąc, trudno to schorzenie zaliczyć do chorób stawowych. Jest to raczej zapalenie nerwu kulszowego, objawiające się gwałtownym, ostrym bólem.

Po 50 g.

1. Ziele bylicy pospolitej (Herba Artemisiae)
2. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
3. Liść brzozy (Folia Betulae)
4. Liść borówki brusznicy (Folia Vitis idaeae)
5. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
6. Kwiat lawendy (Flos Lavandulae)
7. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
8. Kwiat pierwiosnka (Flos Primulae)
9. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
10. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
11. Kora kaliny koralowej (Cortex Viburni opuli)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem. Równocześnie nacierać miejsca bolące wodą chrzanową. Łyżkę rozartego chrzanu zalać szklanką przegotowanej, zimnej wody na dwie godziny i tym płynem nacierać miejsca bolące.

Zapalenie stawów

Ponieważ zapalenie stawów występuje w różnorodnych postaciach, przeto mieszanki stosujemy wielorakie.

A.

Po 50 g.

⁵ Dla porządku trzeba dodać, że rwa kulszowa zaliczana jest do chorób neurologicznych (przyp. red.).

1. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
2. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
3. Ziele nawłoci (Herba Solidaginis)
4. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
5. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
6. Kora wierzby (Cortex Salicis)
7. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
8. Liść melisy (Folia Melissa)
9. Liść czarnej porzeczki (Folia Ribis nigri)

Pić jak wyżej.

B.

Po 50 g.

1. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
2. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)
3. Ziele poziewnika (Herba Galeopsidis)
4. Liść brzozy (Folia Betulae)
5. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
6. Kora wierzby (Cortex Salicis)
7. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
8. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
9. Liść ruty (Folia Ruta)
10. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
11. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Reumatyzm

Po 50 g.

1. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
2. Kora wierzby (Cortex Salicis)
3. Kora kaliny koralowej (Cortex Viburni opuli)
4. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
5. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
6. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
7. Liść brzozy (Folia Betulae)
8. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
9. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
10. Owoc maliny (Fructus Rubi idaei)
11. Ziele przywrotnika (Herba Alchemillae)

Pić jak wyżej. Ponieważ reumatyzm, jak również wszelkie przypadłości gośćcowe upośledzają czynności serca, przeto trzeba brać równocześnie środki nasercowe. Często wyniki dobre dają kąpiele z dodatkiem otrąb pszennych,

słomy owsianej i siana. Wszystkie po równej części zalać wodą, gotować 10 minut, zlać ten płyn przez sito lub grubą szmatkę do gorącej wody w wannie i w tym roztworze kąpać się 15 minut co drugi dzień.

Gościec zniekształcający

Po 50 g.

1. Kwiat tarniny (Flos Pruni spinosae)
2. Owoc jarzębiny (Fructus Sorbi)
3. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
4. Liść brzozy (Folia Betulae)
5. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
6. Kwiat lipy (Flos Tiliae)
7. Strąk fasoli (Pericarpium Phaseoli)
8. Kora wierzby (Cortex Salicis)
9. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
10. Liść czarnej porzeczki (Folia Ribis nigri)
11. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Viola tricoloris)

Wszystko jak wyżej.

Gościec ścięgnisto-mięśniowy

Jak przy każdej chorobie zagrażającej rozwojem, w pierwszym stadium należy go zwalczać między innymi ciągłym ruchem na świeżym powietrzu i lekką gimnastyką.

Po 50 g.

1. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
2. Liść babki (Folia Plantaginis)
3. Ziele przywrotnika (Herba Alchemillae)
4. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
5. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
6. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)
7. Ziele majeranku (Herba Majoranae)
8. Owoc kopru włoskiego (Fructus Foeniculi)
9. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Gościec przewlekły

Po 50 g.

1. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
2. Liść brzozy (Folia Betulae)
3. Liść pokrzywy (Folia Urticae)

4. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
6. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
7. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
8. Kwiat bławatka (Flos Cyani)
9. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)

Pić jak wyżej.

Gościec klimakteryjny

Po 50 g.

1. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
2. Kora wierzby (Cortex Salicis)
3. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
4. Ziele rdestu ptasiego (Herba Poly goni avicularis)
5. Liść brzozy (Folia Betulae)
6. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
7. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)
8. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
9. Ziele połonicznika nagiego (Herba Herniariae)
10. Ziele szanty (Herba Marrubii)
11. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)

Pić jak wyżej.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Uczulenia-alergie

W dobie współczesnej coraz więcej pojawia się chorób alergicznych. Powstają one na skutek przyjmowania różnych antybiotyków, przedawkowania leków, zbyt częstego stykania się ze środkami chemicznymi, noszenia ubrań ze sztucznych materiałów, wdychania zatrutego gazami powietrza oraz nerwowości życia.

Uczulenia różnorodne

Po 50 g.

1. Liść babki (Folia Plantaginis)
2. Ziele przetacznika leśnego (Herba Veronicae)
3. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
4. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
5. Ziele poziewnika (Herba Galeopsidis)
6. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
7. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
8. Liść podbiału (Folia Farfarae)
9. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
10. Liść brzozy (Folia Betulae)
11. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Alergiczny nieżyt sienny

Po 50 g.

1. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
2. Ziele świetlika (Herba Euphrasiae)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
5. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
6. Owoc kolendry (Fructus Coriandri)
7. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
8. Ziele bylicy (Herba Artemisiae)
9. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)
10. Ziele bukwicy (Herba Betonicae)
11. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)

Pić jak wyżej. Objawy alergiczne tego rodzaju występują w okresie kwitnienia drzew w postaci kataru nosa, kaszlu, zadyszki. Dobrze robi spacer nad

morzem lub przynajmniej spacery wieczorem na świeżym powietrzu. Zazywać często kąpieli.

Alergia wypryskowa – swędząca

Po 50 g.

1. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
2. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Ziele nostryka (Herba Meliloti)
5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
6. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
7. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
8. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
9. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
10. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
11. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)

Pić jak wyżej.

Migrena alergiczna

Po 50 g.

1. Ziele świetlika (Herba Euphrasiae)
2. Ziele nostryka (Herba Meliloti)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Liść podbiału (Folia Farfarae)
5. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
6. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
7. Ziele bylicy pospolitej (Herba Artemisiae)
8. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
9. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
10. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
11. Ziele przetacznika leśnego (Herba Veronicae)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby układu nerwowego

Wszelkiego rodzaju nerwice i choroby psychiczne stają się, w dobie dzisiejszej, swoistą epidemią, zwłaszcza w krajach o wysokiej cywilizacji. Zaczynijmy od najgroźniejszych chorób.

Padaczka ⁶

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
3. Ziele ruty (*Herba Rutae*)
4. Liść melisy (*Folia Melissa*)
5. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
6. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
7. Szyszka chmielu (*Strobilus Lupuli*)
8. Korzeń kozika (*Radix Valeriana*)
9. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)
10. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
11. Liść orzecha włoskiego (*Folia Juglandis*)

Wszystkie te składniki razem zmieszać i na każdy raz brać czubatą łyżkę mieszanki, zalać szklanką wrzątku, przykryć na 3 godziny. Przecedzić, lekko podgrzać i pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Równocześnie stosować kąpiele:

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*) 300 g
2. Owoc jałowca (*Fructus Juniperi*) 200 g
3. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*) 400 g
4. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*) 200 g

Wszystkie składniki razem wymieszać i na każdą kąpiel brać 7 łyżek mieszanki, zalać 2 litrami wody, gotować 10 minut. Odstawić pod przykryciem na 30 minut. Przecedzić, wlać odwar do gorącej wody w wannie i kąpać się przez 15 minut, co drugi dzień. Dla dzieci wszystkiego o połowę mniej.

Kuracja trwa do 3 miesięcy.

Schizofrenia

Schizofrenia należy do najgroźniejszych chorób psychicznych. Choroba ta często występuje okresowo, o różnym nasileniu i z przerwami, nieraz dość długimi. Schizofrenicy, poza atakami, mają zadziwiającą spostrzegawczość,

⁶ Zioła mają znaczenie wspomagające leczenie farmakologiczne (przypr. red.).

świeżość pamięci i logiczne myślenie. Chorych, dotkniętych tą chorobą leczy się zasadniczymi, silnymi środkami psychotropowymi, ale warto uzupełnić dodatkowo leczenie odpowiednimi ziołami.

Po 50 g.

1. Liść rozmarynu (*Folia Rosmarini*)
2. Kwiat tarniny (*Flos Pruni spinosa*)
3. Szyszka chmielu (*Strobili Lupuli*)
4. Liść melisy (*Folia Melissa*)
5. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
6. Korzeń kozłka (*Radix Valeriana*)
7. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
8. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
9. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
10. Liść ruty (*Folia Ruta*)
11. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)

Picie ziół i kąpiele stosować jak przy padaczce. Przebywać jak najczęściej nad morzem i w lasach. Zaleca się dodatkową terapię rozluźniającą nerwy przy pomocy miedzi. Druty miedziane połączyć z rurami w łazience, a końce drutów trzymać w lewej i prawej ręce przez pół godziny. Robić to wieczorem. Uzasadnienie – według opinii naukowców natężenie czy też napięcie prądów mózgowych u schizofreników jest dwukrotnie wyższe niżeli u ludzi zdrowych. Trzeba więc to napięcie, przez podany wyżej zabieg, obniżyć do normy.

Stwardnienie rozsiane

Etiologia tej choroby jest dotąd nieznaną. Jest to schorzenie ośrodkowego układu nerwowego i rdzenia kręgowego. Powoduje ono oczopląs, skandowanie mowy i porażenie dolnych kończyn. Występuje najczęściej u kobiet między 18 a 35 rokiem życia. Nie omija również mężczyźni. Jest w zasadzie chorobą niewyleczalną. Można jedynie na pewne okresy zahamować jej przebieg.

Po 50 g.

1. Ziele świetlika (*Herba Euphrasia*)
2. Ziele jemioly (*Herba Visci*)
3. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)
4. Liść ruty (*Folia Ruta*)
5. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Viola tricoloris*)
6. Morszczyk pęcherzykowy (*Fucus vesiculosus*)
7. Kwiat bzu czarnego (*Flos Sambuci*)
8. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
9. Kora kruszyny (*Cortex Frangulae*)
10. Korzeń wilżyny (*Radix Ononidis*)

11. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)

Udar mózgu

Mózg jest centralą kierującą wszystkimi czynnościami psychicznymi i fizjologicznymi organizmu ludzkiego. Mózg ludzki to struktura najcudowniejsza, najwzschodniejsza i najpotężniejsza, ale *zarazem* najdelikatniejsza w całym wszechświecie. Mózg – mój byt, moja osobowość, moje ja. Pamiętać musimy, że komórki mózgowie nie regenerują się.

Następstwem udaru mózgu jest paraliż połowiczny ciała, afazja, czyli częściowa lub całkowita utrata mowy, czasami śmierć. W tych wypadkach potrzebna jest zawsze natychmiastowa pomoc lekarska. Po zażegnaniu choroby oprócz leków farmakologicznych można stosować leki roślinne.

Po 50 g.

1. Ziele jemioli (Herba Visci)
2. Morszczyk pęcherzykowy (Fucus vesiculosus)
3. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
4. Kora wierzby (Cortex Salicis)
5. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
6. Liść ruty (Folia Rutae)
7. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
8. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
9. Owoc róży (Fructus Rosae)
10. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
11. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Bezsenność

Źródłem bezsenności są nerwice, stresy, przemęczenie oraz niedyspozycje przewodu pokarmowego. Jako remedium na bezsenność wskazana jest praca fizyczna, długie spacerowanie na świeżym powietrzu oraz unormowanie trybu życia na co dzień.

Po 50 g.

1. Liść melisy (Folia Melissa)
2. Ziele marzanki (Herba Asperulae)
3. Ziele nostryka (Herba Meliloti)
4. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
5. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
6. Szyszka chmielu (Strobili Lupuli)
7. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
8. Ziele bylicy pospolitej (Herba Artemisiae)

9. Kwiat wrzосу (Flos Ericae [Callunae])
 10. Kwiat pierwiosnka (Flos Primulae)
 11. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
- Pić jak wyżej.

Nerwobóle

Neurologiczne bóle są nie do wytrzymania. Powstają na skutek zapalenia lub uszkodzenia pnia nerwulub jego odgałęzienia.

Po 50 g.

1. Korzeń kozika (Radix Valerianae)
2. Korzeń wilżyny (Radix Ononidis)
3. Kora wierzby (Cortex Salicis)
4. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
5. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
6. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
7. Kwiat słonecznika (Flos Helianthi)
8. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
9. Ziele tymianku (Herba Thymi)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem. Kompresy – 3 łyżki Flos Arnicae (kupalnika) i 3 łyżki Hb. Thymi (tymianku) zalać 3/4 litra wody, gotować 5 minut, odstawić na 30 minut, przecedzić, nasączać czysty ręcznik tym odwarem i przykładać na miejsce bolące.

Histeria

Histeria, to nie kaprys, lecz ciężka nerwicowa choroba. Trzeba ją leczyć z powagą i starannie.

Po 50 g.

1. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
2. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
3. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
4. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
5. Szyszka chmielu (Strobili Lupuli)
6. Kwiat lawendy (Flos Lavandulae)
7. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
8. Liść rozmarynu (Folia Rosmarini)
9. Liść melisy (Folia Melissa)
10. Kwiat wrzосу (Flos Ericae [Callunae])
11. Ziele marzanki (Herba Asperulae)

Pić jak wyżej. Równocześnie stosować kąpiele.

Kąpiele

Po 100 g.

1. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)
2. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
3. Liść szalwii (Folia Salviae)
4. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)

Wszystkie zioła zmieszać razem. Na każdą kąpiel brać 7 łyżek mieszanki, zalać 2 litrami wody, gotować 10 minut pod przykryciem, odstawić na 30 minut, precedzić. Wlać odwar do gorącej wody w wannie i kąpać się 15 minut co drugi dzień.

Neurastenia

Objawy neurasteniczne przejawiają się zaburzeniami trawiennymi, wzmocnionymi odruchami, bezsennością, zawrotami głowy. Neurastenicy wmawiają sobie ich jeszcze więcej. Wiele z nich trzeba ośmieszyć. Prawdziwe zaś zaburzenia trzeba niestety leczyć.

Po 50 g.

1. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
2. Liść melisy (Folia Melissae)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Kwiat wrzосу (Flos Ericae [Callunae])
5. Szyszka chmielu (Strobili Lupuli)
6. Korzeń cykorii (Radix Cichorii)
7. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
8. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
9. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
10. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
11. Kwiat lawendy (Flos Lavandulae)

Pić 2-3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Moczenie mimowolne

Ma ono przede wszystkim podłoże nerwicowe, choć jego powodem może być również rozszczępienie kręgosłupa, osłabienie zwieracza i cały szereg innych nieprawidłowości ustroju.

Po 50 g.

1. Liść mącznicy (Folia Uvae ursi)
2. Liść melisy (Folia Melissae)
3. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
4. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
5. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
6. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)

7. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
8. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
9. Koszyczki arniki (Anthodia Arnicae)

Pić 2 razy dziennie po szklance. Równocześnie stosować kąpiele następująco:

1. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami) 400 g
2. Pączki sosny (Gemmae Pini) 300 g
3. Ziele macierzanki (Herba Serpylli) 200 g
4. Liść pokrzywy (Folia Urticae) 200 g

Wszystko zmieszać. Dla dzieci brać 5, dla dorosłych 7 łyżek mieszanki. Zalać 2 litrami wody, gotować 10 minut, odstawić na 30 minut, przecedzić. Wlać do wody kąpielowej i w niej się kąpać – dzieci 10, starsi 15 minut co drugi dzień.

Impotencja

Niemoc płciowa polega na niezdolności mężczyzny do aktu płciowego z powodu braku erekcji lub przedwczesnego wytrysku nasienia; zanim jeszcze dojdzie do kopulacji. U niektórych osobników występuje tzw. impotencja względna, której powodem są czynniki psychologiczne. Ten rodzaj niemocy polega na niezamierzonej selekcji partnerek. Otóż – ten sam mężczyzna jest niezdolny do kopulacji z jedną kobietą, z inną natomiast nie wykazuje żadnego odchylenia od normy.

Po 50 g.

1. Liść melisy (Folia Melisae)
2. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
5. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
6. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
7. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
8. Porost islandzki (Lichen Islandicus)
9. Sproszkowane nasienie kozieradki (Semen Foenugraeci pulv.)

Pić 2 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Kąpiele

1. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami) 400 g
2. Nasiona gorczycy białej (Semen Sinapis albae) 200 g
3. Liść pokrzywy (Folia Urticae) 300 g
4. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae) 100 g

Stosować jak każdą kąpiel ziołową. W dzień wolny od kąpeli nacierać wieczorem mokrym i zimnym ręcznikiem całe ciało, potem zaś wytrzeć dobrze suchym. Kuracja trwa do 2 miesięcy.

Świąd

Przyczyny tej tak przykłej przypadłości nie są znane. Może być nimi cuczrzyca, zaburzenia hormonalne, nerwice, itp.

A.

Po 50 g.

1. Kora kaliny koralowej (*Cortex Viburni opuli*)
2. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
3. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Violae tricoloris*)
4. Korzeń mniszka lekarskiego (*Radix Taraxaci*)
5. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
6. Liść brzozy (*Folia Betulae*)
7. Ziele nostryka (*Herba Meliloti*)
8. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
9. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Kąpiele

1. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*) 100 g
2. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*) 200 g
3. Nasiona gorczycy białej (*Semen Sinapis albae*) 300 g
4. Pączki sosny (*Gemmae Pini*) 200 g
5. Ziele nostryka (*Herba Meliloti*) 200 g

Na każdą kąpiel brać 7 łyżek, kąpać się 15 minut co drugi dzień.

B.

Po 50 g.

1. Kwiat wrzосу (*Flos Ericae [Callunae]*)
2. Ziele przywrotnika (*Herba Alchemillae*)
3. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
4. Szyszka chmielu (*Strobili Lupuli*)
5. Kwiat jasnoty białej (*Flos Lamii albi*)
6. Liść bobrka (*Folia Manyanthiais*)
7. Korzeń kozika (*Radix Valerianae*)
8. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
9. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)

Kąpiele

Po 200 g.

1. Kora dębu (*Cortex Quercus*)
2. Ziele macierzanki (*Herba Serpylli*)

3. Liść szalwii (Folia SaMae)
 4. Pączki sosny (Gemmae Pini)
 5. Koszyczki arniki (Anthodia Arnicae)
- Pić i kąpać się jak wyżej.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO
Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby skórne

Skóra jest nie tylko osłoną, lecz integralną częścią całego organizmu, jak każdy inny narząd. Dlatego ulega schorzeniom na skutek zaburzeń powstających wewnątrz naszego ustroju. Trzeba więc leczyć cały organizm, wówczas zaniknie choroba skórna. Co prawda, schorzenia te są bardzo trudne do wyleczenia, dlatego trzeba się imać wielu sposobów, by je zwalczyć.

Łuszczyca

Etiologia tej choroby jest dotąd nieznana. Przypuszcza się, że wątroba nie wytwarza po prostu pewnych substancji, z braku których powstaje łuszczyca.

Po 50 g.

1. Liść bobrka (*Folia Menyanthidis*)
2. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
3. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
4. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
5. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
6. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
7. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedic.*)
8. Ziele skrzypu polnego (*Herba Equiseti*)
9. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Violae tricoloris*)
10. Ziele poziomki (*Herba Fragariae*)
11. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Kąpiele

- 2 garści słomy owsianej lub siewki
- 2 szklanki otrąb pszennych
- 3 łyżki ziaren gorczycy białej
- 4 łyżki pączków sosny

Porcja wystarcza na jedną kąpiel. Kąpiele takich przeprowadzić 9 (co drugi dzień). Wszystkie wymienione składniki zmieszać, włożyć do dużego garnka, zalać wodą i gotować 10 minut. Odstawić na 30 minut, przecedzić wprost do gorącej wody w wannie i kąpać się przez 15 minut co drugi dzień.

Wyprysk ostry

Występuje przeważnie na rękach w postaci małych krostek lekko swędzących i pękających. Czasami giną one same, by wkrótce na nowo się pojawić już w formie ostrzejszej. Choroba jest do wyleczenia.

Po 50 g.

1. Liść melisy (Folia Melissae)
2. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
3. Korzeń kozika (Radix Valerianae)
4. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
5. Kora wierzby (Cortex Salicis)
6. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
7. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
8. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
9. Pączki topoli czarnej (Gemmae Populi)

Pić jak wyżej.

Maść. Czysty wosk pszczeli i żywicę ze świerka lub sosny każdego po 30 g, stopić. Po stopieniu dolać 30 g świeżego masła. Wymieszać i maścią tak uzyskaną smarować wieczorem miejsca zaatakowane. Lekko obwinąć bandażem. Rano zmyć spirytusem salicylowym, rozcieńczonym pół na pół z przygotowaną wodą. Stosować przez kilka dni codziennie.

Wyprysk przewlekły

Po 50 g.

1. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
2. Kwiat jasnoty białej (Flos Lamii albi)
3. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
4. Liść brzozy (Folia Betulae)
5. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
6. Liść jeżyny fałdowanej (Folia Rubi fruticosi)
7. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
8. Owoc kminku (Fructus Carvi)
9. Nasienie kozieradki sproszkowanej (Semen Foenugraeci pulv.)

Sposób kuracji identyczny jak wyżej.

Dodatek na kompresy

Po 100 g.

1. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
2. Kora wierzby (Cortex Salicis)
3. Kora dębu (Cortex Quercus)
4. Koszyczki arniki (Anthodia Arnicae)
5. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)

Wszystko wymieszać razem i na każdy raz używać 4 łyżki tej mieszanki. Zalać 3/4 litra wody, gotować 5 minut, odstawić na 30 minut, nasączać czystą szmatką odwarem i kłaść na miejsce zaatakowane.

Róża

Jest to choroba zakaźna, którą trzeba leczyć antybiotykami, zwłaszcza penicyliną. Równocześnie stosować zioła.

Po 50 g.

1. Kwiatostan kocanki (Inflorescentia Helichrysi)
2. Liść brzozy (Folia Betulae)
3. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
4. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
5. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)
6. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
7. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Viola tricoloris)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
10. Liść ruty (Folia Ruta)
11. Kora wierzby (Cortex Salicis)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Robić okłady ze świeżego twarogu na schorzałe miejsca.

Pólpasiec ⁷

Choroba najczęściej objawia się nagle ostrym bólem. Powoduje ją *zarazek*, który wywołuje stan zapalny nerwów obwodowych i tylnych zwojów rdzenia. Po kilku dniach pojawiają się na skórze pęcherzyki. Kuracja trwa dłużej.

Po 50 g.

1. Kwiat wiązówki błotnej (Flos Ulmariae)
2. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)
3. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
4. Kora wierzby (Cortex Salicis)
5. Kora dębu (Cortex Quercus)
6. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
7. Korzeń kozika (Radix Valerianae)
8. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
9. Liść szalwii (Folia Salviae)

Pić 3 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem.

Kąpiele

Po 200 g.

1. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)
2. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
3. Koszyczki arniki (Anthodia Arnicae)

⁷ Leczenie ziołami ma znaczenie pomocnicze, gdyż pólpasiec jest chorobą wirusową (przyp. red.).

4. Kwiat wiązówki (Flos Ulmariae)

5. Nasiona kozieradki sproszkowanej (Semen Foenugraeci pulv.)

7 łyżek tej mieszanki użyć na 2 litry wody. Gotować 5 minut, przecedzić do wody kąpielowej i kąpać się 15 minut, co drugi dzień.

Łysienie plackowate

Niemiałym przeżyciem dla mężczyzny jest przedwczesne łysienie. Co powoduje przedwczesną siwiznę i łysienie naprawdę nie wiadomo. Zapewne brak pewnych hormonów, jakaś awitaminoza i zaburzenie ustrojowe. W dużym stopniu zabezpieczają przed łysieniem zioła, które należy cierpliwie stosować.

Po 50 g.

1. Liść brzozy (Folia Betulae)
2. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
4. Ziele przywrotnika (Herba Alchemillae)
5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
6. Ziele tymianku (Herba Thymi)
7. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
8. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
9. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
10. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
11. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)

Pić 2 razy dziennie po szklance, 20 minut przed posiłkiem. 3 łyżki ziela pokrzywy i 3 łyżki liści brzozy zalać 3/4 litra spirytusu rozcieńczonego pół na pół z wodą. Po 10 dniach nalewka gotowa do użycia. Przecedzić i co drugi dzień nacierać włosy i głowę tą nalewką 9 razy.

Łysienie lojotokowe

Po 50 g.

1. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
2. Liść szalwii (Folia Sahaae)
3. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
4. Ziele jemioly (Herba Visci)
5. Liść ruty (Folia Rutaе)
6. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
7. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
8. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
9. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
10. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
11. Kora wierzby (Cortex Salicis)

Pić 3 razy dziennie, po szklance przed posiłkiem. Poleca się równocześnie zwalczanie łojotoku przez mycie głowy odwarem.

1. Liść pokrzywy (Folia Urticae) 100 g
2. Kora wierzby (Cortex Salicis) 200 g
3. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti) 100 g
4. Korzeń łopianu (Radix Bardanae) 200 g
5. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae) 100 g

Wszystko to zmieszać razem i na każdy raz brać 7 łyżek tej mieszanki, zalać półtora litrem wody, gotować 5 minut (wrzenie), odstawić na 30 minut pod przykryciem. Przecedzić i tym odwarem myć głowę wieczorem co drugi dzień.

Nadmierne pocenie

Przypadłość nadmiernego pocenia się powstaje na tle gruźlicy płuc, nerwicy, zaburzenia procesów trawiennych, a u kobiet nieprawidłowości miesiączkowania.

Po 50 g.

1. Korzeń omanu (Radix Inulae)
2. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
3. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
4. Ziele poziewnika (Herba Galeopsidis)
5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
6. Ziele szanty (Herba Marrubii)
7. Liść szalwii (Folia Salviae)
8. Liść melisy (Folia Melissa)
9. Kora wierzby (Cortex Salicis)
10. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
11. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)

Pić jak wyżej. Przy poceniu nóg lub rąk, albo obu kończyn moczyć nogi w ciepłym odwarze z liści orzecha włoskiego wieczorem przez 10 minut codziennie przez 7 dni.

Toczeń pospolity i rumieniowaty

Pierwszy wywołują prątki gruźlicy, które mogą się przedostać drogą krwionośną do skóry. Drugi zaś jest efektem różnych chorób zakaźnych oraz złej przemiany materii. Jeden i drugi rodzaj leczy się jednakowo.

Po 50 g.

1. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
2. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
3. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)

4. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
5. Kora dębu (Cortex Quercus)
6. Liść podbiału (Folia Farfarae)
7. Liść rozmarynu (Folia Rosmarini)
8. Liść szalwii (Folia Satoae)
9. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Dodatkowo stosować kompresy:

Po 100 g.

1. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
2. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
3. Nasiona kozieradki sproszkowanej (Semen Foenugraeci pulv.)

Wszystko to zmieszać i brać na raz 5 łyżek mieszanki. Zalać litrem wody, gotować 10 minut, odstawić na 30 minut, przecedzić, nasączać czystą szmatkę odwarem i przykładać na miejsce chore aż do wyczerpania odwaru.

Grzybica skóry

Po 50 g.

1. Liść szalwii (Folia SaMae)
2. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
4. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
5. Ziele tasznika (Herba Bursae pastor.)
6. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
7. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)

Pić jak wyżej.

Stosować kąpiele w takim zestawie:

1. Septosan 100 g
2. Koszyczki arniki (Anthodia Arnicae) 100 g
3. Otręby pszenne 500 g
4. Siano suche 500 g.

Zmieszać razem i na każdą kąpiel brać 5 szklanek mieszanki. Zalać 3 litrami wody, gotować 5 minut (wrzenie), odstawić na 30 minut, przecedzić wprost do gorącej wody w wannie i w niej się kąpać 15 minut co drugi dzień. Można się też nacierać maceratem chrzanowym. Łyżkę rozartego chrzanu zalać szklanką przegotowanej, zimnej wody na 2 godziny, lekko zmieszać, 5 minut poczekać i tą wodą nacierać miejsca zaatakowane.

Pęcherzyca pospolita

Po 50 g.

1. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
2. Korzeń omanu (*Radix Inulae*)
3. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
4. Ziele skrzypu polnego (*Herba Equiseti*)
5. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
6. Liść podbiału (*Folia Farfarae*)
7. Owoc róży (*Fructus Rosae*)
8. Ziele serdecznika (*Herba Leonuri*)
9. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)

Pić jak wyżej. Stosować również kąpiele z otrąb pszennych i słomy owsianej.

Trądzik różowaty

Występuje na twarzy i nosie. Powstaje głównie ze złego krążenia i przemrożenia oraz ze złej przemiany materii. Zwalczać opalaniem się na słońcu, spożywać wiele surówek.

Po 50 g.

1. Kwiat pierwiosnka (*Flos Primulae*)
2. Kwiat stokrotki (*Flos Bellidis*)
3. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
4. Liść jeżyny fałdowanej (*Folia Rubi fruct.*)
5. Owoc róży (*Fructus Rosae*)
6. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
7. Korzeń łopianu (*Radix Bardanae*)
8. Ziele nawłoci (*Herba Solidaginis*)
9. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Violae tricoloris*)
10. Owoc jałowca (*Fructus Juniperi*)
11. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Kompresy

Po 50 g.

1. Koszyczki arniki (*Anthodia Arnicae*)
2. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)
3. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)

Zmieszać. 4 łyżki mieszanki zalać litrem wody, gotować 5 minut. Odstawić na 5 minut pod przykryciem, precedzić, nasączyć czystą szmatkę odwarem i kłaść na chore miejsce.

Trądzik pospolity

Trądzik ten zwykle nazywamy młodzieńczym, występuje zwłaszcza u chłopców w okresie przed dojrzałością, w postaci pęcherzyków.

Po 50 g.

1. Ziele marzanki (Herba Asperulae)
2. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
3. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
4. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
5. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
6. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
7. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
8. Liść brzozy (Folia Betulae)
9. Liść szalwii (Folia Sahaae)
10. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
11. Kwiat bzu czarnego (Flos Sambuci)

Pić jak wyżej. Stosować również kąpiele

Po 50 g.

1. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
2. Pączki sosny (Gemmae Pini)
3. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
4. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)

7 łyżek mieszanki zalać 2 litrami wody, gotować 10 minut, odstawić pod przykryciem na 30 minut. Przecedzić do gorącej wody w wannie i kąpać się 15 minut, co drugi dzień.

Rybia łuska

Choroby skórne są trudne do wyleczenia. Trzeba na ich zwalczenie poświęcić wiele czasu i wiele metod stosować.

Po 50 g.

1. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
2. Liść brzozy (Folia Betulae)
3. Ziele majeranku (Herba Majoranae)
4. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
5. Owoc jałowca (Fructus Juniperi)
6. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Violae tricoloris)
7. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
8. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)

Pić 3 razy dziennie po szklance 20 minut przed posiłkiem. Poleca się równocześnie stosować kąpiele: 5 szklanek otrąb pszennych zalać 4 litrami wody, gotować 10 minut, odcedzić. Do odwaru pszennego dolać 3 litry świeżej ser-

watki. Wlać do gorącej wody w wannie i kąpać się przez 20 minut, co trzeci dzień.

Liszajec zakaźny

Objawia się w postaci małych strupków koloru brązowego lub bladoróżowego. Wspaniałe wyniki w w leczeniu tej choroby daje odpoczynek na słonecznej plaży i kąpiele morskie. Jednocześnie pić zioła.

Po 50 g.

1. Liść poziomki (Folia Fragariae)
2. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
3. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
4. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
5. Korzeń arcydzięgla (Radix Archangelicae)
6. Kłącze perzu (Rhizoma Agropyri)
7. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
8. Liść ruty (Folia Rutae)
9. Pączki topoli (Gemmae Populi)

Pić jak wyżej.

Liszaj czerwony płaski

Po 50 g.

1. Ziele majeranku (Herba Majoranae)
2. Korzeń mniszka lekarskiego (Radix Taraxaci)
3. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
4. Liść melisy (Folia Melissa)
5. Liść bobrka (Folia Menyanthidis)
6. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
7. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)
8. Owoc kolendry (Fructus Coriandri)
9. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)

Pić jak wyżej.

Piegi

W czasie kuracji unikać słońca. Dojrzałe poziomki pognieść na papkę i z niej zrobić maseczkę. Całą twarz obłożyć cienką warstwą papki na godzinę. Umyć twarz, a miejsce pokryte piegami przemyć świeżą maślaną lub serwatką. Nie wycierać się. Dopiero po kilku godzinach można się umyć wodą. Równocześnie pić zioła w takim składzie:

Po 50 g.

1. Kwiat stokrotki (Flos Bellidis)

2. Kwiatostan lipy (Inflorescentia Tiliae)
3. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
4. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
5. Ziele tymianku (Herba Thymi)
6. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
7. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
8. Kora wierzby (Cortex Salicis)
9. Liść szalwii (Folia Salviae)

Pić 1 szklankę przed snaniem, tylko raz na dzień.

Brodawki

W wodzie deszczowej lub otrzymanej ze stopionego śniegu trzymać ręce tak długo, by brodawki rozmiękły. Wcierać w nie wówczas sok wyciskany z żywego, zielonego glistnika, czyli jaskółczego ziela. Po paru takich zabiegach brodawki giną.

Po 50 g.

1. Ziele glistnika (Herba Chelidonii)
2. Ziele drapacza (Herba Cnici benedicti)
3. Ziele fiołka trójbarwnego (Herba Viola tricoloris)
4. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
5. Korzeń lukrecji (Radix Glycyrrhizae)
6. Liść brzozy (Folia Betulae)

Pić 2 razy dziennie po szklance 20 minut przed posiłkiem.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO

Wróćmy do ziół leczniczych

Choroby kobiece

Do schorzeń kobiecych⁸, które zlikwidować można kuracją ziołową należą: zapalenie przydatków, szyjki macicznej, nadżerki, zaburzenia menstruacyjne, niedobory hormonalne, a nawet niepłodność.

Brak miesiączkowania ⁸

Wiadomo, że u dojrzałych płciowo i zdrowych kobiet występuje co miesiąc krwawienie z narządu rodnego, trwające normalnie przez 3-4 dni. U niektórych kobiet okres międzymiesiączkowy może trwać nawet 40 dni. To jeszcze nic groźnego, byle ten okres regularnie się powtarzał. Niestety u wielu kobiet występuje nierzadko zaburzenie normalnego cyklu miesiączkowania: całkowity brak krwawienia albo krwawienie nadmierne, wyniszczające.

Po 50 g.

1. Liść rozmarynu (*Folia Rosmarini*)
2. Liść melisy (*Folia Melissa*)
3. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
4. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
5. Kwiat nagietka (*Flos Calendulae*)
6. Kwiat jasnoty białej (*Flos Lamii albi*)
7. Kwiat ślazu (*Flos Malvae*)
8. Liść ruty (*Folia Ruta*)
9. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
10. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
11. Korzeń kozłka (*Radix Valeriana*)

Pić 3 razy dziennie po szklance 20 minut przed posiłkiem.

a) Przy złej przemianie materii stosujemy:

Po 50 g.

1. Kora wierzby (*Cortex Salicis*)
2. Kora kruszyny (*Cortex Frangulae*)
3. Kłącze tataraku (*Rhizoma Calami*)
4. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelica*)
5. Korzeń kozłka (*Radix Valeriana*)
6. Korzeń pietruszki (*Radix Petroselin*)
7. Owoc jałowca (*Fructus Juniperi*)
8. Ziele fiołka trójbarwnego (*Herba Viola tricoloris*)
9. Ziele nawłoci (*Herba Solidaginis*)

⁸ Nie należy zapominać o konieczności okresowych badań ginekologicznych, które w większości przypadków pozwalają na wczesne rozpoznanie choroby, a tym samym pozytywną terapię (przyj. red.).

10. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)

11. Liść brzozy (Folia Betulae)

Pić jak wyżej. Dla wywołania miesiączkowania oprócz picia ziół często dobre wyniki daje irygacja z Vagosanu. Brać 4 łyżki ziół Vagosanu, zalać litrem wody, gotować 5 minut, odstawić na 30 minut pod przykryciem. Przepędzić i tym odwarem robić wieczorem za pomocą irygatora lub gumowej gruszki płukanie pochwy codziennie przez 7 dni.

b) Przy zaburzeniach w krążeniu

Po 50 g.

1. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)
2. Ziele serdecznika (Herba Leonuri)
3. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
4. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
5. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
6. Liść ruty (Folia Rutae)
7. Kwiatostan głogu (Inflorescentia Crataegi)
8. Liść melisy (Folia Melissa)
9. Kora kruszyny (Cortex Frangulae)

Pić 2 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Skąpa miesiączka

Po 50 g.

1. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
2. Ziele przywrotnika (Herba Alchemillae)
3. Korzeń lubczyka (Radix Levistici)
4. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
5. Ziele szanty (Herba Marrubii)
6. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
7. Liść ruty (Folia Rutae)
8. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
9. Liść melisy (Folia Melissa)

Pić jak wyżej.

Nadmierne krwawienie miesiączkowe

Zbyt obfite krwawienie pojawia się albo poza zwyczajnym cyklem, bądź w bardzo przedłużającym się cyklu regularnym. Krew wyciekająca z pochwy nie w czystej postaci, lecz połączona z gęstymi zakrzepami sygnalizuje poważną chorobę narządu rodneho.

Po 50 g.

1. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)

2. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)
 3. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
 4. Ziele jemioły (Herba Visci)
 5. Ziele skrzypu polnego (Herba Equiseti)
 6. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
 7. Liść melisy (Folia Melissa)
 8. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
 9. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
 10. Korzeń omanu (Radix Inulae)
 11. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
- Pić jak wyżej.

Bolesne miesiączkowanie

Po 50 g.

1. Kwiat ślazu (Flos Malvae)
2. Kwiat jasnoty białej (Flos Lamii albi)
3. Liść mięty pieprzowej (Folia Menthae piperitae)
4. Liść melisy (Folia Melissa)
5. Kwiat wrzosu (Flos Erica [Callunae])
6. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
7. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
8. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
9. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)

Pić jak wyżej.

Miesiączkowanie bolesne i skape

Po 50 g.

1. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
2. Owoc kminku (Fructus Carvi)
3. Ziele srebrnika (Herba Anserinae)
4. Liść melisy (Folia Melissa)
5. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)
6. Liść ruty (Folia Ruta)
7. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
8. Liść szalwii (Folia Salvia)
9. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)

Miesiączkowanie bolesne, obfite

Po 50 g.

1. Kłącze pięciornika (*Rhizoma Tormentillae*)
2. Liść mięty pieprzowej (*Folia Menthae piperitae*)
3. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
4. Liść melisy (*Folia Melissa*)
5. Ziele jemioli (*Herba Visci*)
6. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
7. Ziele tasznika (*Herba Bursae past.*)
8. Ziele srebrnika (*Herba Anserinae*)
9. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)

Tak przy miesiączce skąpej, jak i obfitej pić przez 3 dni po szklance, 3 razy dziennie, zarówno przed spodziewaną miesiączką i w czasie jej trwania.

Alergia związana z miesiączkowaniem

U niektórych kobiet występują podczas normalnej miesiączki objawy alergiczne w postaci pokrzywek, podrażnień skóry, dychawicy oskrzelowej i migreny. W tych przypadkach często przynosi dobre wyniki kuracja ziołowa.

A.

Po 50 g.

1. Korzeń kozłka (*Radix Valerianae*)
2. Korzeń arcydzięgla (*Radix Archangelicae*)
3. Korzeń lukrecji (*Radix Glycyrrhizae*)
4. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)
5. Kwiat jasnoty białej (*Flos Lamii albi*)
6. Ziele przywrotnika (*Herba Alchemillae*)
7. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)
8. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
9. Ziele dziurawca (*Herba Hyperici*)

Pić dwa razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

B.

Po 50 g.

1. Liść szalwii (*Folia Salviae*)
2. Liść brzozy (*Folia Betulae*)
3. Liść orzecha włoskiego (*Folia Juglandis*)
4. Ziele poziewnika (*Herba Galeopsidis*)
5. Ziele marzanki (*Herba Asperulae*)
6. Ziele przetacznika leśnego (*Herba Veronicae*)
7. Ziele tysiącznika (*Herba Centaurii*)
8. Ziele szanty (*Herba Marrubii*)
9. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)

Pić jak wyżej.

Stosunek bolesny

Przypadłość ta powstaje najczęściej na podłożu psychicznym. Kobieta mimo zdrowych organów rodnych odczuwa ból w czasie stosunku. Urazy te dają się leczyć przez perswazję ze strony kogoś, kogo darzymy pełnym zaufaniem, albo własną autosugestią. W ostateczności można posłużyć się hipnozą. Pomocniczym środkiem są zioła.

Po 50 g.

1. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
2. Kwiat lawendy (Flos Lavandulae)
3. Liść szalwii (Folia Salviae)
4. Liść melisy (Folia Melissa)
5. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
6. Ziele krwawnika (Herba Millefolii)
7. Ziele dziurawca (Herba Hyperici)
8. Korzeń łopianu (Radix Bardanae)
9. Korzeń kozłka (Radix Valerianae)

Pić szklankę przed obiadem i szklankę przed kolacją. Stosować równocześnie i r y g a c j e.

Po 50 g.

1. Kora dębu (Cortex Quercus)
2. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
3. Liść melisy (Folia Melissa)
4. Liść szalwii (Folia SaMae)
5. Ziele macierzanki (Herba Serpylli)

Wszystkie zioła zmieszać razem. Brać 3 łyżki mieszanki, zalać litrem wody. Gotować 10 minut (wrzenie), odstawić pod przykryciem na 30 minut, przeceździć. Odwarem robić wieczorem płukanie pochwy, co drugi dzień przez okres trzech tygodni.

Zapalenie pochwy

Tego rodzaju zapalenia prawie nigdy nie ograniczają się do samej pochwy, lecz obejmują część pochwową macicy i wargi sromowe. Przejawiają się ostrymi, piekącymi upławami, świądem pochwy i warg sromowych. Schorzenie to zwalcza się stosowaniem irygacji oraz zakładaniem do pochwy tamponów.

Po 50 g.

1. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)
2. Liść pokrzywy (Folia Urticae)
3. Liść szalwii (Folia SaMae)
4. Ziele rdestu ptasiego (Herba Polygoni avicularis)

5. Kora dębu (Cortex Quercus)

Brać 4 łyżki mieszanki na litr wody. Do odwaru przygotowanego każdorazowo dolewać łyżeczkę soku z surowego czosnku. Irygację stosować w pierwszym tygodniu codziennie, w drugim i trzecim, co drugi dzień, w czwartym zaś i piątym tygodniu, co trzeci dzień. W sumie przez pięć tygodni. Można też, z tego samego odwaru, robić kompresy na narząd rodny.

Nadżerka części pochwowej macicy

Nadżerkę likwiduje się w przeciągu 15 dni odpowiednio spreparowaną maścią propolisową. Przed snem kulkę z maści o objętości dojrzałej czereśni włożyć głęboko do pochwy. Zabezpieczyć watą przed wyciekami na zewnątrz. Postępować tak aż do skutku. Maść można zastąpić tamponami Asulanu. Wieczorem zrobić irygację pochwy, założyć tampon, a rano wyjąć.

Ziolo do irygacji:

Po 50 g.

1. Kwiat krwawnika (Flos Millefolii)
2. Kwiat nagietka (Flos Calandulae)
3. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
4. Kora dębu (Cortex Quercus)
5. Ziele szanty (Herba Marrubii)

Brać 4 łyżki ziół na litr wody. Stosować w pierwszym tygodniu codziennie, w drugim i trzecim, co drugi dzień.

Ostre swędzenie warg sromowych i przedstonka pochwy

Przypadłości te występują przy zapaleniu pochwy, grzybicy i opryszczce sromu. Najlepsze wyniki w leczeniu tych schorzeń dają kompresy ziołowe, które stosuje się codziennie wieczorem, aż do uzyskania całkowitej poprawy.

Po 50 g.

1. Kora dębu (Cortex Quercus)
2. Liść szalwii (Folia Salviae)
3. Liść orzecha włoskiego (Folia Juglandis)
4. Ziele macierzanki (Herba Serpyllii)
5. Koszyczki rumianku (Anthodia Chamomillae)

Zmieszać zioła razem. Brać na każdy raz 3 łyżki, zalać litrem wody, gotować 5 minut, odstawić pod przykryciem na 30 minut. Nasączyć czystą szmatkę odwarem i kłaść na narząd rodny, aż do wyczerpania odwaru.

Zapalenie przydatków

Przydatki to zarówno jajniki i jajowody. Stan zapalny występuje najczęściej w jajowodach, a niekiedy równocześnie w jajowodach i jajnikach. Zapalenie

przydatków może być ostre lub przewlekłe. Leczenie stanów zapalnych powinno się zacząć jak najwcześniej. Równocześnie z podawaniem chorej leków farmaceutycznych, trzeba stosować zioła.

Po 50 g.

1. Liść rozmarynu (*Folia Rosmarini*)
2. Liść mącznicy (*Folia Uvae ursi*)
3. Kwiat stokrotki (*Flos Bellidis*)
4. Kwiat jasnoty białej (*Flos Lamii albi*)
5. Kwiat tarniny (*Flos Pruni spinosa*)
6. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
7. Ziele rdestu ptasiego (*Herba Polygoni avicularis*)
8. Ziele przywrotnika (*Herba Alchemillae*)
9. Ziele drapacza (*Herba Cnici benedicti*)
10. Korzeń mniszka lekarskiego (*Radix Taraxaci*)
11. Owoc róży (*Fructus Rosae*)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem.

Zioła do irygacji:

Po 50 g.

1. Kora dębu (*Cortex Quercus*)
2. Liść pokrzywy (*Folia Urticae*)
3. Liść szalwii (*Folia SaMae*)
4. Koszyczki rumianku (*Anthodia Chamomillae*)
5. Koszyczki arniki (*Anthodia Arnicae*)
6. Ziele macierzanki (*Herba Serpyllii*)
7. Ziele skrzypu polnego (*Herba Equiseti*)

Zioła zmieszać. Na każdy raz brać 3 łyżki mieszanki, zalać litrem wody, gotować 5 minut, odstawić pod przykryciem na 30 minut, przecedzić. Wieczorem robić irygację pochwy w pierwszym tygodniu codziennie, w drugim i trzecim, co drugi dzień. W sumie tylko przez trzy tygodnie.

Nieplodność

Przyczyną nieplodności są przeważnie zrosty pozapalne jajowodów, niedorozwój narządu płciowego, niewydolność jajeczkowania, a także tożsamość układu biegunów bioelektrycznych u obu partnerów całkowicie zdrowych.

Po 50 g.

1. Szyszka chmielu (*Strobili Lupuli*)
2. Ziele przywrotnika (*Herba Alchemillae*)
3. Ziele krwawnika (*Herba Millefolii*)
4. Liść ruty (*Folia Rutae*)
5. Ziele nostrzyka (*Herba Meliloti*)
6. Kwiat lawendy (*Flos Lavandulae*)

7. Kłącze tataraku (Rhizoma Calami)
8. Kwiat nagietka (Flos Calendulae)
9. Owoc róży (Fructus Rosae)

Pić 3 razy dziennie przed posiłkiem po szklance. Przed stosunkiem zrobić irygację Vagosanem.

Mięśniaki maciczne

Są to schorzenia nowotworowe o charakterze niezłośliwym. Występują u kobiet przeważnie bezdzietnych i niezamężnych. Objawem tej choroby są zbyt obfite krwawienia trwające 8-14 dni.

Gdy chodzi o leczenie ziołowe, stwierdza się, że w wielu przypadkach daje ono pozytywny rezultat, a przynajmniej hamuje rozwój schorzenia. Jeśli natomiast leczenie ziołowe nie da pożądaných wyników, pozostaje jedynie operacja.

Po 50 g.

1. Kłącze pięciornika (Rhizoma Tormentillae)
2. Ziele jemioly (Herba Visci)
3. Ziele skrzyphu polnego (Herba Equiseti)
4. Ziele tasznika (Herba Bursae past.)
5. Ziele rdestu ostrogorzkiego [pieprz wodny] (Herba Polygoni hydro-piper)
6. Kora kaliny koralowej (Cortex Viburni opuli)
7. Kwiat kasztanowca (Flos Hippocastani)
8. Liść borówki czernicy (Folia Myrtilli)
9. Liść brzozy (Folia Betulae)

Pić 3 razy dziennie po szklance przed posiłkiem. Irygację stosować taką samą, jak przy zapaleniu przydatków.

O. ANDRZEJ CZESŁAW KLIMUSZKO
Wróćmy do ziół leczniczych

Spis treści w oryginale

III. Choroby płucno-oskrzelowe.....	104
Gruźlica płuc	104
Płucne krwotoki.....	105
Gruźlica oporna na antybiotyki	105
Rozedma płuc i nieżyt oskrzeli	105
Krzusiec	106
Gorączka i grypa	106
Dychawica oskrzelowa	107
Pylica płuc.....	107
Gruźlica kości.....	108
IV. Układ krążenia	109
Osłabienie mięśnia sercowego	110
Niewydolność wieńcowa – dusznica bolesna	110
Nadciśnienie tętnicze	110
Podciśnienie tętnicze	111
Stwardnienie tętnic	111
Zapalenie zakrzepowe żył	112
Żylaki goleni	112
Żylaki odbytu – hemoroidy	113
Zapalenie mięśnia sercowego.....	114
Dychawica sercowa	114
Nerwica serca	115
Uzupełnienie praktyczne.....	116
V. Choroby krwi	117
Naprawa szkód po antybiotykach.....	117
Anemia złośliwa	118
Białaczka.....	119
Ziarnica złośliwa	119
Błednica	120
Czerwienica.....	120
Agranulocytoza	121
Plamica	121
Krwawiaczka.....	122
Zaburzenia czynności śledziony	122
Brak witamin	122
VI. Zaburzenia w przemianie materii	124
Cukrzyca	125
Otyłość	126
.....	126
Wychudzenie	127

Nadczynność tarczycy	127
Wole zwykłe	128
Przerost gruczołu krokowego	128
Migrena	128
Pokrzywka	129
Pokrzywka powstała na tle zaburzenia miesiączkowania	129
VII. Choroby wątroby i dróg żółciowych	130
Ostre zapalenie wątroby	130
Marskość wątroby	130
Kamica żółciowa	131
VIII. Choroby przewodu pokarmowego	132
Niedokwaśność żołądka	132
Nadkwaśność żołądka	132
Przewlekłe zapalenie żołądka	133
Wrzód żołądka	133
Wrzód dwunastnicy	134
Rak żołądka	134
Mdłości i wymioty nerwowe	135
Niestrawność nerwowa	135
Zwiotczenie żołądka	136
Wzdęcie żołądka	137
Rozstrój żołądka (biegunki)	137
Zaparcia	137
Ostre zapalenie przełyku	138
Zapalenie wrzodziejące jelita grubego	138
Nieżyt jelita grubego	139
Wzdęcia jelitowe (bębnica)	139
Puchlina wodna brzucha	140
Tasiemiec	140
Owsiki	141
IX. Choroby dróg moczowych	142
Zapalenie nerek ostre	142
Zapalenie kłębuszków nerkowych	142
Zapalenie miedniczek nerkowych	143
Kamice nerkowe	143
Kamica szczawianowa	143
Kamica moczanowa	144
Kamica fosforanowa i węglanowa	144
Mocznica	145
Zapalenie pęcherza moczowego	145
Nerczyca	146
X. Choroby gośćcowo-reumatyczne	147

Rwa kulszowa	147
Zapalenie stawów	147
Reumatyzm	148
Gościec zniekształcający.....	149
Gościec ścięgnisto-mięśniowy	149
Gościec przewlekły.....	150
Gościec klimakteryjny	150
XI. Uczulenia-alergie.....	151
Uczulenia różnorodne.....	151
Alergiczny nieżyt sienny.....	151
Alergia wypryskowa–swędząca	152
Migrena alergiczna	152
XII. Choroby układu nerwowego	153
Padaczka	153
Schizofrenia	153
Stwardnienie rozsiane.....	154
Udar mózgu.....	155
Bezsensowność	155
Nerwobóle.....	156
Histeria	156
Neurastenia.....	157
Moczenie mimowolne.....	158
Impotencja.....	158
Świad	159
XIII. Choroby skórne.....	161
Łuszczyca.....	161
Wyprysk ostry	162
Wyprysk przewlekły	162
Róża.....	163
Półpasiec	163
Łysienie plackowate	164
Łysienie łojotokowe	165
Nadmierne pocenie	165
Toczeń pospolity i rumieniowaty	166
Grzybica skóry	166
Pęcherzyca pospolita	167
Trądzik różowaty.....	167
Trądzik pospolity.....	168
Rybia łuska.....	169
Liszajec zakaźny.....	169
Liszaj czerwony płaski.....	170
Piegi	170

Brodawki.....	170
XIV. Choroby kobiece	172
Brak miesiączkowania	172
Skąpa miesiączka.....	173
Nadmierne krwawienie miesiączkowe	174
Bolesne miesiączkowanie	174
Miesiączkowanie bolesne i skąpe.....	174
Miesiączkowanie bolesne, obfite.....	175
Alergia związana z miesiączkowaniem	175
Stosunek bolesny	176
Zapalenie pochwy.....	177
Nadżerka części pochwowej macicy	177
Ostre swędzenie warg sromowych i przedsionka pochwy	178
Zapalenie przydatków.....	178
Niepłodność	179
Mięśniaki maciczne	179