

Temat numeru: Poprawa witalności ziołami - czy to działa?

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza Sroki

ZIOLA zdrowia

Nr 4/2008 Zima

Pieczętka apteki

W numerze m. in.

- **Zimowy zastrzyk odporności**
- **Fitoterapia zapalenia pęcherza moczowego**
- **Leczenie kręgosłupa - trudna sprawa**



Liota w Świąta

Idą Świąta, czyli czas przed którym należy zadbać o wiele różnych spraw. Ważne jest, aby w okresie świątecznym pamiętać także o prozdrowotnych produktach ziołowych. Tyczy się to zwłaszcza preparatów dzięki którym moglibyśmy zadbać o swoje zdrowie w trakcie konsumpcji potraw zgromadzonych na świątecznym stole. Korzystnie jest, aby przed i po obfitym posiłku zażyć krople **Gastrobonisol**. Mogą one ustrzec przed niestrawnością, zgagą, wzdęciami oraz kolkami jelitowymi.

Potrawy świąteczne nie są najczęściej zbyt dietetyczne, a czasami jest to prawdziwa bomba cholesterolowa, dlatego dobrze jest stosować kompozycje ziołowe, które mają własności normalizujące poziom cholesterolu we krwi. Taką kompozycją jest **Lipobon**, który obniża poziom cholesterolu, a jednocześnie utrudnia tworzenie się blaszki miażdżycowej w tętnicach.

Innym polecanym preparatem jest **Chitobon**, który utrudni tłuszczom wchłanianie się z przewodu pokarmowego do krwi i zadba abyśmy w czasie Świąt nie przybrali dodatkowych kilogramów.

Centrum Ziotelecznictwa Ojca Grzegorza oraz Redakcja Liota dla Zdrowia życzy swoim Pacjentom i Czytelnikom wielu Bożych błogostawieństw na ten wspaniały czas Narodzenia Pańskiego. Aby przy świątecznym stole nie zabrakło światła i ciepła rodzinnej atmosfery, a Nowy Rok przyniósł ze sobą zdrowie, szczęście i pomyślność.



SUPLEMENTY ŻYWNOSCI – NATURALNE CZY SZTUCZNE?

Suplementy żywności to nowa grupa prozdrowotnych preparatów, które uzupełniają dietę w substancje wspierające zdrowie i urodę.

Mogłoby się wydawać, że są one zawsze w równym stopniu korzystne. Otóż nie jest tak do końca. Źródłem surowców do produkcji suplementów diety mogą być zarówno naturalne ekstrakty jak i substancje syntetyczne. Źródłem witaminy C może być ekstrakt z kwiatów i owoców róży, czy aceroli, jak również syntetyczna witamina C. Zaznaczam jednak, że nawet syntetyczna wit. C jest w pełni bezpieczna dla naszego organizmu.

Gdy źródłem witaminy C jest wyciąg ziołowy to dostarcza on organizmowi dodatkowo wielu prozdrowotnych substancji takich jak np antocyjany czy karotenoidy.

Inaczej ma się sprawa z β -karotenem. Jeżeli jest on przyjmowany w postaci np. marchewki jest bezpieczny. Ale gdy zażywamy syntetyczny β -karoten i dodatkowo jesteśmy palaczami to istnieje niebezpieczeństwo statystycznie częstszego zachorowania na raka płuc, niż gdybyśmy tylko palili. Zatem β -karoten, który jest prozdrowotną substancją,

w specyficznych warunkach środowiskowych może być szkodliwy.

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza stosujemy suplementy diety w całości ze źródeł naturalnych np. zmiatacz wolnych rodników **Vitalbon** to preparat ziołowy złożony w całości z naturalnych ekstraktów. Wysoki potencjał antyoksydacyjny zawdzięcza użyciu 4 skoncentrowanych wyciągów ziołowych z owoców żurawiny, owoców aronii, zielonej herbaty i owoców borówki czarnej. Zawartość przeciwutleniaczy jest tak wysoka, że **Vitalbon** z powodzeniem można nazwać „Bombą antyoksydacyjną”.

Wolne rodniki uważane są za główną przyczynę chorób układu sercowo-naczyniowego, chorób nowotworowych oraz przyspieszenie procesów starzenia się - zwłaszcza skóry.

Inny w pełni naturalny preparat antyoksydacyjny zalecany do poprawy wyglądu skóry i likwidacji zmarszczek to **Likobon**. Jego składniki stymulują odnowę komórkową naskórka, chronią włókna kolagenu przed zniszczeniem, poprawiają gęstość skóry. Preparat zawiera Likopen z owoców pomidora, ekstrakty z soi, ziela skrzypu, witaminę C z owoców róży oraz naturalny krzem. Poza dobroczynnym działaniem na skórę **Likobon** usuwa także wolne rodniki z organizmu. Zawarty w nim ekstrakt z soi wg najnowszych badań naukowych zmniejsza także prawdopodobieństwo zachorowania na nowotwór piersi.

Zatem ponownie okazuje się, że to co naturalne jest bezpieczne i po prostu lepsze dla naszego organizmu.

*Fundacja
Pomocy
Dzieciom*



*Fundacja Pomocy Dzieciom
działa od 1998 r.*

*i posiada status Organizacji
Pożytku Publicznego.*

*Jej głównym celem jest
rehabilitacja i edukacja
dzieci niepełnosprawnych.
Fundacja prowadzi m.in.
Centrum Rehabilitacyjno
Edukacyjne dla dzieci.*

Przeznacz 1% podatku

Fundacja Pomocy Dzieciom

34-300 Żywiec, ul. Witosa 3

www.fpd.ig.pl

KRS100243

**Fundację Pomocy Dzieciom współtworzył
Ojciec Grzegorz i do końca życia był
członkiem jej Rady Nadzorczej.**



Co sprawia najwięcej trudności w leczeniu chorób kręgosłupa w Centrum Ziółolecznictwa Ojca Grzegorza?

Najtrudniejsze jest leczenie chorych z rzeczywistym wypadnięciem dysku międzykręgowego, a ściślej z uciskiem jądra miazdżystego dysku na korzeń nerwowy.

Co znaczy rzeczywiste wypadnięcie dysku, czy są jakieś nierzeczywiste?

Stwierdzenie „wypadnięcie dysku” jest nad wyraz często używane przez pacjentów, a czasami i lekarzy. Tylko niewielki procent tych stwierdzeń jest właściwy. Chorzy często określają każdy ból wypadnięciem dysku i uciskiem nerwu. Na 100 przypadków bólu kręgosłupa tylko w 2-5% przyczyną jest rzeczywisty ucisk, reszta to dolegliwości spowodowane zablokowaniem stawów kręgosłupa, uszkodzeniem więzadeł lub mięśni przykręgosłupowych.

Czy mógłby Pan przybliżyć czytelnikowi istotę rzeczywistego wypadnięcia dysku?

Aby zobrazować chorym na czym polega wypadnięcie jądra miazdżystego porównamy dysk do czereśni. Czereśnia ma stosunkowo

miękki, sprężysty miąższ i twardą pestkę. Jeżeli naciśniemy na czereśnię dwoma palcami, tak jak na dysk naciskają trzony kręków, pestka może przebić skórkę czereśni i wyskoczyć z owocu. Tak samo może być z dyskiem międzykręgowym. Jeżeli jądro wysunie się poza dysk uciśnie strukturę znajdującą się w kanale kręgowym. To z kolei spowoduje u chorego reakcję bólową, a w skrajnych przypadkach inne zaburzenia neurologiczne.

Czy samemu można wykryć jaki rodzaj dolegliwości mamy?

Tak choć nie jest to łatwe. Istnieją symptomy charakterystyczne dla wypadnięcia dysku, ale zazwyczaj rozstrzygające jest dopiero badanie obrazowe (tomografia komputerowa lub rezonans magnetyczny).

Jakie objawy są charakterystyczne dla wypadnięcia dysku?

Jest to nieustanny ból. Chory nie ma nawet minuty wytchnienia. Ból nie ustaje, a jedynie zmniejsza lub zwiększa swoje natężenie. Ból ma najczęściej charakter rwy kulszowej tzn. boli okolica lędźwiowo – krzyżowa i cała noga aż do stopy. Jednak przy centralnym wysunięciu dysku – czyli idealnie na sam środek kanału kręgowego, ból może być jedynie w kręgosłupie. Często ból nasila się przy kaszlu i kichnięciu. Objawów wysuniętego dysku jest bardzo dużo. Lekarz badając chorego może z dużym prawdopodobieństwem określić, czy jest to wysunięcie dysku czy nie, ale czasami potrzebne są badania dodatkowe, takie jak tomografia lub rezonans.

Czy rzeczywiste wysunięcie dysku jest niebezpieczne?

Tak, to poza nowotworem najbardziej niebezpieczna przyczyna bólu kręgosłupa i bodaj najczęstsza przyczyna operacji kręgosłupa.

Co grozi chorym z wysunięciem dysku?

Może pojawić się niedowład np. stopy, mogą pojawić się problemy z utrzymaniem moczu a nawet stolca. Na szczęście zdarza się to rzadko.



LECZENIE KRĘGOSŁUPA - TRUDNA SPRAWA

Kiedy zatem chory wymaga operacji?

Jeżeli chory nie jest w stanie utrzymać moczu lub stolca, albo też nie jest w stanie oddać moczu - wymaga operacji. W innych przypadkach należy rozpocząć leczenie rehabilitacyjne. Jednak trzeba wiedzieć, że każdy przypadek jest nieco inny i dlatego o kierunku terapii powinien decydować indywidualnie lekarz.



Jak leczyć w Centrum Ziołolecznictwa chorych w przypadku rzeczywistego wypadnięcia dysku?

Mamy wypracowaną od ponad 10 lat metodę postępowania z takimi chorymi. Polega ona na stosowaniu elementów terapii manualnej i refleksoterapii, podawaniu specjalnych organopreparatów i leków biologicznych. Metoda jest niezwykle skuteczna. Przeprowadziliśmy 10 letnie badania nad tą metodą, które były publikowane w prasie fachowej i prezentowane na sympozjach naukowych. Jedna

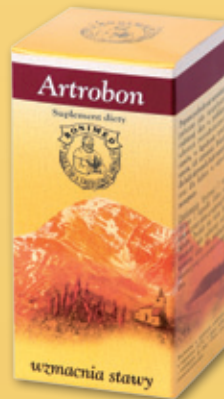
z publikacji dostępna jest na stronie internetowej www.bonimed.pl w zakładce publikacje: „Obserwacja chorych z przepukliną krążka międzykręgowego”.

Co uważa Pan za największy sukces CZOG w segmencie leczenia narządu ruchu?

Za największy sukces uważam wypracowanie metody leczenia rzeczywistej wypukliny jądra miążdżystego. Z moich obserwacji wynika, że uchroniła ona od operacji ok. 600-700 naszych pacjentów.

Czy terapię tę stosujemy w mięśniobólach i za-blokowaniu stawów kręgosłupa?

Raczej nie, wtedy wystarczą metody terapii manualnej i zioła. Najczęściej zalecamy zażywanie **Artrobonu** i wcieranie **Balsamu kręgowego** – efekt często pojawia się w ciągu 2 lub 3 dni.



ZWYRODNIENIA STAWÓW I KRĘGOSŁUPA

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza

zaprasza pacjentów do gabinetów: w Rychwałdzie (klasztor O. Franciszkanów),
w Żywcu (ul. Sempołowskiej 2) i w Bielsku-Białej (ul. Karpacka 46)

Szczegóły pod numerem: 033 861 86 21

Astma czy POCHP?



Panie doktorze, chyba mam astmę.

Dlaczego tak Pan sądzi?

Ponieważ mam straszną duszność i bardzo kaszlę.

Dialogi o tej treści często zdarzają się w gabinecie lekarskim. Wynika to z przeświadczenia, że jeżeli ma się duszności to zapewne spowodowane jest to astmą. Czasami to faktycznie „tylko” astma (w tym momencie większość czytelników pomyśli tylko? Przecież to fatalna wieść). Niestety mogą być gorzej. Ale wróćmy do dialogu.

Lekarz pyta chorego: **Jak długo Pan kaszle?**

A chyba już miesiąc, zwłaszcza rano i najgorsze jest to, że nie mogę za nic odkrztusić tej wydzieliny (pacjent powiedziałby flegmy).

Lekarz zaczyna wątpić w diagnozę postawioną przez chorego.

Dla sprawdzenia dopytuje: **Czy duszność jest raczej ciągła czy też ma Pan ataki?**

Nie raczej ciągła, a czasami się zwiększa i pogarsza jak nie mogę odpluć flegmy.

Lekarz zadaje pytanie sprawdzające: **Czy Pan pali?**

Chory ociąga się w odpowiedzi po czym stwierdza:

No trochę palę.

A dokładnie ile sztuk papierosów dziennie?

No... prawie paczkę (w tym momencie aktor w amerykańskim filmie powiedziałby bingo).

A lekarz mówi: **Pan nie ma astmy.**

Chory: **Chwała Bogu!**

Ma Pan coś gorszego?

Co?

Ma Pan przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POCHP).

A co to takiego?

To uszkodzenie płuc, które powoduje zwężenie oskrzeli i gromadzenie się w nich wydzieliny. Jest to schorzenie nieuleczalne, ale jak Pan będzie mądry i grzeczny, może uda się zatrzymać jego postęp.

Przede wszystkim musi Pan przerwać palenie. Bez tego nie ma szansy na poprawę. Po drugie musi Pan jadać częściej mniej obfite posiłki i unikać potraw wzdymających, które będą uciskały na przeponę. W POCHP lepiej spożywać więcej tłuszczu niż węglowodanów i białek (tłuszcze wymagają do trawienia mniej tlenu, w diecie najlepiej sprawdzają się ryby morskie). W diecie musi Pan również pamiętać o naturalnych antybiotykach jak czosnek i cebula.

Po trzecie musi Pan unikać przeziębień, poprzez stosowanie immunostymulatorów, najlepiej ziołowych (w Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza stosujemy Immunobon + Apibon).

Po czwarte musi Pan dużo pić, aby rozrzedzić wydzielinę w oskrzelach (będzie się ona lepiej wykrztuszać). Powinien Pan również stosować preparaty wykrztusne, najlepiej ziołowe, bo wtedy będą one działały dodatkowo przeciwbakteryjnie (np. krople Pectobonisol lub zioła Pulmobonisan). Powinien Pan raz w roku wykonywać także badanie spirometryczne.

Dialog zainscenizowany w artykule jest codziennością w gabinetach lekarzy rodzinnych. Ale może również stać się rzadkością. Oczywiście pod warunkiem, że wypleni się nałóg palenia, który jest głównym powodem POCHP.

Obowiązek powstrzymanie rozwoju tej choroby to potrzeba chwili, gdyż szacuje się, że choruje na nią 15 % dorosłych Polaków.





CENTRUM ZIOŁOLECZNICTWA OJCA GRZEGORZA ODPOWIADA NA PYTANIA PACJENTÓW

Mam problem z opryszczką. Wystarczy, że trochę przemarznę, zaraz ją mam. Kiedy stosuję wysuszające maści znika na kilka dni, ale ponownie wraca. Czy zioła mogą mi jakoś pomóc?

Tak. Polecamy Pani stosowanie kremu ziołowego **Apibon**. Najlepiej użyć go w momencie pojawienia się opryszczki, wtedy znika ona po kilku godzinach. Zalecamy pacjentom stosować **Apibon** krem, co 1-2 godziny nanosząc go na chore miejsce. Z informacji jakie Pani podaje, wynika, że ma Pani obniżoną odporność organizmu. Aby ją wzmocnić (a wtedy prawdopodobnie znikną nawracające się opryszczki) należy zastosować syrop **Immunobon** oraz preparat w kapsułkach **Apibon**.

Od dawna cierpię na wypadanie włosów. Nasila się ono zwłaszcza gdy mam stresy. Stosowałam różne szampony i odżywki, ale nie przyniosły one rezultatów.

Stres jest częstą przyczyną wypadania włosów. Jeżeli jest to napięcie psychiczne związane z dużym, przewlekłym lękiem zalecamy **Nerwobon** lub krople **Nerwobonisol**. Jeżeli są to zaburzenia depresyjne zalecamy stosowanie **Depribonu**.

Co do samych włosów, bardzo dobrze podziała na ich wygląd i gęstość preparat **Dermobon** stosowany 2 x dziennie po 1 kapsułce. Poprawi on dodatkowo wygląd skóry i paznokci.

Mój problem może być dla kogoś śmieszny i mało ważny, gdyż nie dotyczy on w zasadzie choroby, ale może mogłabym się dowiedzieć jak stracić kilka kilogramów i nie czuć się nieswojo w obcistej sukni na balu karnawałowym. Jestem wrogiem leków, dlatego chciałabym coś naturalnego.

Droga Pani najważniejsza jest aktywność fizyczna, ale to pewnie Pani już wie. Po drugiej dieta, ale nie redukcja ilości zjadanych posiłków a rozłożenie ich na 3-5 porcji.

Po trzecie proszę stosować przed jedzeniem 1-2 x dziennie po 3 kapsułki **Chitobonu** – zmniejszy on wchłanianie się tłuszczu z przewodu pokarmowego a jednocześnie przyczyni się do szybszego odczuwania sytości. Jeżeli uprawia Pani jakiś sport to na pół godziny przed wysiłkiem fizycznym proszę zażyć 2 kapsuł-

ki **Adipobonu mono** – przyspieszy on spalanie tłuszczu. Zazwyczaj po 3 miesiącach stosowania terapii redukcja wagi wynosi między 4-12 kg. Powodzenia!

Droga Redakcjo, choruję na cukrzycę od kilkunastu lat. Niedawno w czasie kontroli u okulisty dowiedziałam się, że mam jakieś uszkodzenie na dnie oka, co mogłabym zażywać, aby nie dochodziło do dalszych uszkodzeń.

Szanowna Pani, powinna Pani stosować **Oculobon** 2 x dziennie po 1 kapsułce. Działa on ochronnie na siatkówkę oka, zwłaszcza przy uszkodzeniu przez cukrzycę i nadciśnienie. Poprawia też ostrość widzenia, zwłaszcza przy słabym oświetleniu. Drugim preparatem polecanym w tym schorzeniu jest **Venobon**. Zwiększa on ukrwienie w obrębie całego organizmu, zwłaszcza w naczyniach żylnych i włosowatych. Lekarz widział uszkodzenie dna oka właśnie w naczyniach włosowatych.



Moja mama od pewnego czasu skarży się na zawroty głowy i szumy uszne. Mamusia ma prawie 80 lat.

Szanowna Pani. Są dwie najczęstsze przyczyny zawrotów głowy u osób starszych:

1. Zaburzenia ukrwienia mózgu.
2. Zwrodnienia kręgosłupa.

Jeżeli zaburzone jest ukrwienie proszę, aby mamusia zażywała preparat **Memobon** 2 x dziennie 1 kaps., a gdy stan się poprawi 1 x dziennie 1 kaps. Jeżeli przyczyną jest zaburzenie odkręgosłupowe zalecamy rehabilitację. W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza najczęściej łączymy obie metody i to jest najskuteczniejsze. 7

POPRAWA WITALNOŚCI ZIOŁAMI – CZY TO DZIAŁA?

Tak, to działa. W zasadzie poprawa witalności i sprawności seksualnej w sposób bezpieczny dla organizmu możliwa jest tylko poprzez zioła. Ta teza może niektórych poruszyć, ale zaraz postaram się ją udowodnić.

Najczęstszą przyczyną zmniejszonej witalności jest obniżenie się we krwi poziomu testosteronu – męskiego hormonu płciowego. Powodowane jest to czynnikiem jak najbardziej fizjologicznym tzn. starzeniem się.

W jaki sposób zioła mogą ten proces za-



sobie z tym problemem stosując znaną na całym świecie „niebieską tabletkę”. Ale ta tabletkę działa przez chwilę (około 2 godzin). Po 2 godzinach męczyzna zostaje ponownie ze swoim problemem. Jak zatem można temu zaradzić? Przede wszystkim stosując preparaty z miłorzębem japońskim, który nie powoduje tak gwałtownego napływu krwi w wiadome miejsce jak w/w tabletkę, ale trwale modyfikuje ukrwienie. Dzieje się tak ponieważ ekstrakty z miłorzębu japońskiego poprawiają ukrwienie m.in. poprzez stymulację wydzielania przez śródbłonek naczyń tej samej substancji co niebieska tabletkę – tlenku azotu (NO).

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza zalecamy chorym stosowanie preparatu **Memobon**

2 x dziennie po 1 kaps. Zawiera on w swym składzie oprócz miłorzębu również ekstrakt z korzenia żeń-szenia, który zwiększa aktywność fizyczną i psychiczną i od kilku tysięcy lat jest stosowany w zaburzeniach witalności u mężczyzn.

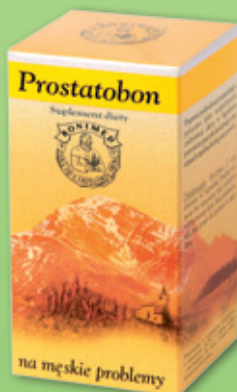
Najczęściej sugerujemy łączne stosowanie **Memobonu** i **Prostatobonu**, aby naturalnie odzyskać i utrzymać prawidłową sprawność w tej jakże ważnej sferze życia.



trzymać, a nawet odwrócić?

Ziołem, które zwiększa poziom testosteronu jest owoc Palmy sabalowej, który można stosować np. poprzez zażywanie preparatu **Prostatobon**.

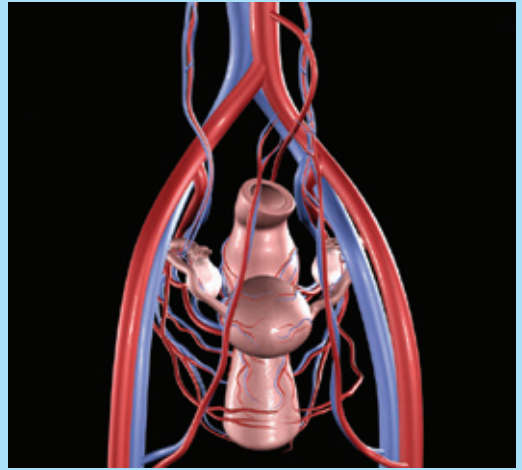
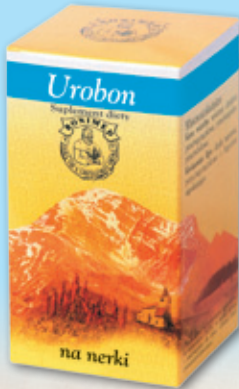
Drugą przyczyną obniżonej witalności u mężczyzn jest zaburzenie ukrwienia w obrębie niektórych stref intymnych. Zaburzenie ukrwienia najczęściej spowodowane jest miażdżycą tętnic. Współczesna farmakologia radzi



ZAPALENIE PĘCHERZA MOCZOWEGO

Zima to czas gdy łatwo dochodzi do infekcji dróg moczowych, zwłaszcza u kobiet. Spowodowane jest to specyfiką budowy żeńskiego układu moczowego. Objawy są często wyjątkowo przykre. Pannie cierpią na nieznośny ból w dole brzucha i dyskomfort w czasie oddawaniu moczu. Częstość pobytów w toalecie znacznie wzrasta, a efektem próby załatwienia się jest kilka „wymęczonych” kropli. Czasami trudno jest nawet zdążyć dobiec do toalety. Zapalenie pęcherza moczowego ma tendencję do częstych nawrotów. Czasami wystarczy tylko lekkie wychłodzenie organizmu np. gdy kobieta usiądzie na zimnym krześle i już choroba nawraca się błyskawicznie.

Leczenie nie jest łatwe. Po podaniu antybiotyku dolegliwości ustępują, ale często tylko na kilka dni czy tygodni. Dlatego w tym „złośliwym” schorzeniu znakomicie sprawdzają się zioła.



W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza zalecamy stosowanie ziół **Nefrobonisan** w stanie ostrym napar, z 2 szklanki wrzątku. Można go zastąpić **Nefrobonisolem** (preparat w płynie). Do tych ziół należy dodać **Urobon** 2-3 x dziennie po 2 kapsułki. Gdy stan chorego się normalizuje zalecamy profilaktycznie **Nefrobonisan** lub **Nefrobonisol** 1 x dziennie + **Urobon** 1 x dziennie po 2 kapsułki. Leczenie tymi ziołami najczęściej trwa dłużej, ale ilość nawrotów choroby po terapii jest znacznie mniejsza.



ZIOŁOLECZNICTWO NADZIEJĄ GERIATRII

Fitoterapia to metoda leczenia i profilaktyki niejako stworzona dla ludzi starszych. Starość to czas w którym zmuszeni jesteśmy do stosowania leków. Nasuwa się więc pytanie, czy zawsze muszą być to leki syntetyczne, zwłaszcza gdy są one czasami zażywane na wszelki wypadek, np. aspiryna, która ma zmniejszać skłonność do zawałów, czy też statyny, które mają zredukować poziom cholesterolu.

Rozwój nauk medycznych to także dokładne przyjrzenie się farmakologii, a zwłaszcza wzajemnemu oddziaływaniu leków na siebie.

Człowiek starszy zmuszony jest najczęściej do stosowania wielu leków. Jednak większa ilość leków to także zwielokrotniona ilość działań niepożądanych.

Statystyki są dramatyczne: Jeżeli ktoś za-

żywa 8 lub więcej rodzajów leków, to statystycznie ma 100% pewność wystąpienia powikłań.

Przyczyną 10% przyjęć do szpitala osób starszych są powikłania polekowe tzw. Geriatryczny Zespół Jatrogenny. Uważa się, że jest on przyczyną 20% zgonów u osób w wieku podeszłym.

Wszystkie te informacje skłaniają do sięgnięcia po środki słabiej działające, ale u osób starszych bardzo skuteczne – po zioła.

Zioła działają wielokierunkowo, dlatego mogą zastąpić kilka leków na raz. Dobrym przykładem jest **Lipobon**. To połączenie ekstraktu z karczocha i liścia miłorzębu. Poprawi on ukrwienie w całym organizmie, działa przeciwmiażdżycowo i zmniejszy skłonność do zakrzepów, ponadto usprawni proces trawienia likwidując wzdęcia i zaparcia.

MIESZANKI ZIOŁOWE WG ZASAD MEDYCYNY CHIŃSKIEJ

Tajemnice Chińskiej Medycyny

- CHOROBY NEREK



- NERWICE



- PRZEZIĘBIENIE

- ZABURZENIA TRAWIENIA

- PRZEMĘCZENIE

CZY ZIOŁA MOGĄ ZASTĄPIĆ LEKI SYNTETYCZNE?

W przypadku początkowego stadium nadciśnienia tętniczego lub niewydolności krążenia dobrze sprawdza się **Cardiobonisol + Cardiobon**.

To tylko nieliczne przykłady. Warto spróbować ziołowej alternatywy, bo zioła to potęga natury stosowana od pokoleń bezpiecznie i skutecznie.



To pytanie często pojawia się w telefonach i listach, które otrzymujemy. Zioła mogą zastąpić leki syntetyczne zarówno w leczeniu jak i w profilaktyce, która jest podstawą zachowania zdrowia.

Amerykanie opublikowali w 2008 r. badania z których wynika, że spadek śmiertelności z powodu choroby wieńcowej o 43% w latach 1980-2000 wynikał tylko w 5% z metod kardiologii inwazyjnej np. tzw. balonikowania, a w 90% z powodu profilaktyki, a do profilaktyki właśnie zioła nadają się lepiej niż preparaty syntetyczne.

Nie namawiamy broń Boże do samowolnego odstawiania leków jakie stosują chorzy, ale do zapytania lekarza prowadzącego leczenie, czy leki można zastąpić lub uzupełnić jakimiś preparatami ziołowymi.

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza staramy się ograniczać ilość syntetycznych leków na rzecz ziołowych. Zazwyczaj nam się to udaje.

Najczęściej na początku „przestawiania” pacjenta, podajemy równocześnie leki zażywane przez niego do tej pory i leki ziołowe, a później redukujemy dawki leków chemicznych, a czasami je odstawiamy.

Bardzo dobrze sprawdza się to w chorobach układu pokarmowego takich jak: refluks żołądkowo-przełykowy, jelito drażliwe, czy zaburzenia trawienne związane z kamicą pęcherzyka żółciowego. Polecamy wtedy najczęściej **Gastrobonisol + Gastrobonisan**.

Dobre efekty widać również w zastąpieniu lub wsparciu ziołowym leczenia astmy oskrzelowej czy też przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POCHP), zalecamy wtedy **Pectobonisol + Pulmobonisan**.



STRES A UKŁAD ODPORNOŚCIOWY



Wiadomo nie od dziś, że układ odpornościowy organizmu można osłabić przez stosowanie antybiotykoterapii, nadmierne wyziębienie organizmu, czy też nieprawidłową dietę. Ale mało kto wie, że także stres, zwłaszcza długotrwały bardzo osłabia odporność.

Często po długim stresie zapada się na infekcje układu oddechowego, czy też dróg moczowych.

Ale obniżenie odporności to nie tylko większa zapadalność na infekcje, to także możliwość indukcji choroby nowotworowej. Dzieje się tak dlatego, że sprawny układ odpornościowy eliminuje wadliwe komórki nowotworowe z organizmu, a źle funkcjonują nie.

Umożliwia to mnożenie się tych patologicznych komórek i w konsekwencji rozwój nowotworu.

Jak temu zaradzić?

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza chorym w przewlekłym stresie zalecamy:

1. Stosowanie środków łagodzących emocje np. **Nerwobon** lub krople **Nerwobonisol**
2. Podnoszenie odporności przez stosowa-

nie syropu **Immunobon** i kapsułek **Apibon**

3. Profilaktykę przeciwnowotworową poprzez stosowanie **Vitalbonu**

4. Jeżeli ktoś w wyniku przewlekłego stresu cierpi na depresyjne zaburzenia nastroju, zalecamy **Depribon** 1-2 x dziennie 1 kaps.



Okres jesienno-zimowy to czas zwiększonej zapadalności na infekcje zwłaszcza infekcje górnych dróg oddechowych.

Najprościej ustrzec się można przed tym problemem zwiększając swoją odporność. Większość infekcji w swoim początkowym stadium jest wirusowa, a nie bakteryjna, dlatego nie poddaje się leczeniu antybiotykami.

Stymulacji układu odpornościowego można dokonać poprzez stosowanie preparatu **Immunobon** (syrup z zieleńki purpurowej, zieleńki melisy i kwiatu rumianku). Najważniejsza jest w tym składzie zieleńka purpurowa, która:

- * nasila proces fagocytozy,
 - * pobudza leukocyty do wydzielania substancji przeciwwirusowych (głównie interferonu β)
 - * podnosi aktywność makrofagów powodując pobudzenie limfocytów do swoistej obrony organizmu
 - * wykazuje działanie przeciwzapalne
- Należy ją stosować w sposób pulsacyjny.

Dlatego też stosowanie **Immunobonu** zalecane jest przez okres 7 dni, po którym to należy zrobić 3 tygodnie przerwy i ponownie terapię.

Takie stosowanie polecane jest szczególnie u osób z nawracającymi infekcjami. **Immunobon** można stosować profilaktycznie, co 3 tygodnie między październikiem a grudniem. To w dużym stopniu zabezpiecza przed infekcjami górnych dróg oddechowych.

Drugi preparat, który stymuluje odporność to **Apibon** - połączenie ekstraktu z pyłku pszczelego i propolisu. Poza stymulacją odporności działa on przeciwbakteryjnie, przeciwwirusowo - własności przeciwdrobnoustrojowe zawdzięcza szczególnie propolisowi, który jest jednym

z najsilniejszych naturalnych antybiotyków.

Apibon stosuje się 4-5 tygodni, po czym sugeruje się przerwę i ponowienie terapii. **Immunobon** i **Apibon** można łączyć ze sobą.



WSZYSTKO O HEMOROIDACH

Guzki krwawnicze zwane popularnie hemoroidami to schorzenie dość często spotykane zarówno u kobiet jak i u mężczyzn.

Choroba może przebiegać z różnym nasileniem i na to czy przebieg jest ciężki czy łagodny ma wpływ odpowiednia dieta i preparaty ziołowe.



Produktem żywnościowym, który wybitnie sprzyja leczeniu hemoroidów są jabłka zawierające dobroczynne pektyny. Kolejnym niezbędnym elementem diety powinny być kasza gryczana oraz kwaśne mleko. Generalnie warzywa, owoce oraz potrawy gotowane i duszone lepiej służą leczeniu hemoroidów niż potrawy tłuste i smażone, których należy unikać.

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza w wypadku hemoroidów stosujemy dostnie ekstrakty z owocu kasztanowca i z liści miłorzębu japońskiego. Oba te składniki znajdują się w preparacie **Venobon**. Miejsowo zastosowanie mają dwa specyfiki. Pierwszy z nich to: **Venobon krem**, który zawiera destylat oczarowy, ekstrakt z kasztanowca oraz olejki: lawendowy i cyprysowy. Wszystkie te składniki działają łagodząco, przeciwzapalnie i osłonowo na ściany naczyń krwionośnych. Czasami lepsze efekty pojawiają się po drugim preparacie stosowanym zewnętrznie. Jest nim **Apibon krem**, który zawiera

ekstrakt z propolisu oraz olejki: melisowy i z drzewa herbacianego. Przy łagodnych postaciach choroby **Venobon krem** lub **Apibon krem** można stosować 1 x dziennie najlepiej przed snem. Przy zaostrzeniu należy zwiększyć przyjmowanie do 2-3 x dziennie.

Działanie na same guzki krwawnicze to nie wszystko, należy również zadbać o prawidłowe wypróżnianie, gdyż właśnie zatwardzenie najczęściej nasila procesy chorobowe. W tym przypadku zalecamy dodatkowo stosowanie 1 łyżeczki kropli **Gastrobonisol** lub 1 kapsułki **Gastrobonu**, przed jedzeniem 2-3 x dziennie.

Uwaga! Jeżeli hemoroidom towarzyszą zaparcia, a zwłaszcza gdy stolec ma kształt ołówka lub tzw. kozich bobków, należy sprawdzić czy u chorego nie rozwija się rak odbytu. Jest on szczególnie późno

diagnozowany u chorych mających hemoroidy, gdyż zaparcia i towarzyszące im inne objawy powodowane przez raka składane są na karb hemoroidów.

Dlatego każde niepokojące objawy tego typu powinny być konsultowane przez lekarza.



PORADNIK OJCA GRZEGORZA

Można stosować zamiennie preparaty w kapsułkach - rubryka 3 lub mieszanki ziołowe i krople - rubryka 2.

1 - SCHORZENIE	2 - MIESZANKI ZIOŁOWE, KROPLE, BONIMELE, KREMY	3 - KAPSUŁKI	1 - SCHORZENIE	2 - MIESZANKI ZIOŁOWE, KROPLE, BONIMELE, KREMY	3 - KAPSUŁKI
CHOROBY UKŁADU KRĄŻENIA	Niewydolność krążenia	Cardiobonisan lub Cardiobonisol 2-3 x dz.	Zaparcia	Adipobonisan + Gastrobonisol terapia co najmniej 3 tygodnie	Gastrobon 2 x 2 kaps.
	Nadciśnienie tętnicze	Cardiobonisan lub Cardiobonisol + Nerwobonisol 3 x dz. przy nadciśnieniu na tle emocjonalnym.	Jelito nadwrażliwe, wzdęcia	Gastrobonisol + Bobonisan, Nerwobonisol (doraźnie).	Gastrobon + Nerwobon lub Depribon
	Choroba wieńcowa	Cardiobonisan lub Cardiobonisol. Dodatkowo Nerwobonisol przy dolegliwościach wywołanych przez stres.	Stany zapalne jelit	Gastrobonisan + Gastrobonisol + Bonimel pyłkowo-propolisowy.	Gastrobon + Apibon
	Podwyższony poziom cholesterolu	Cardiobonisol 3 x dz. 2,5 ml. Bonimel pyłkowo-propolisowy.	Nadwaga	Adipobonisan 3 x dz. przed jedzeniem.	Chitobon + Adipobon
	Żylaki, pajęczki	Venobon krem ziołowy.	Kamica i stan po usunięciu pęcherzyka żółciowego,	Gastrobonisol 3 x dz. 2,5 ml przed jedzeniem. <i>W zastrzeżeniu kamicy żółciowej konieczna konsultacja lekarska!</i>	Hepatobon
CHOROBY UKŁADU NERWOWEGO	Niedokrwienie mózgu, zawroty głowy	Cardiobonisol 2 x dz. 5 ml. Pomocniczo Bonimel pyłkowo-propolisowy.	Uszkodzenia wątroby	Bonimel pyłkowo-propolisowy 4-6 tyżeczek.	Hepatobon + Apibon
	Pamięć	Cardiobonisol 2 x dz. 5 ml.	Kamica i infekcje dróg moczowych	Stan ostry - Nefrobonisan 3 x dz. lub Nefrobonisol 3 x dz. Profilaktyka - Nefrobonisan 1 x dz.	Urobon 2 x 2 kaps.
	Zespół nerwicowy, bezsenność	Nerwobonisol 3 x dz. 2,5 ml, a przy bezsenności 5 ml przed snem lub Nerwobonisan.	Przerost prostaty	Nefrobonisan lub Nefrobonisol 2 x dz.	Prostatobon + Apibon
	Ból głowy	Gastrobonisol 2,5 ml, minimalnie rozcieńczony wodą, co 15 minut do ustania bólu.	Zaburzenia witalności		Prostatobon + Memobon
	Nastroje depresyjne	Nerwobonisol 2-3 x dziennie 2,5 ml.	Bóle kregostupa i stawów,	Reumobonisol lub Balsam kręgowy	Artrobon 2 x 2 kaps.
CHOROBY UKŁ. ODDECHOWEGO	Grypa, angina, zapalenie oskrzeli i chrypka	Pulmobonisan lub Pectobonisol 4-5 x dz. Chrypka - płuca gardło roztworem Pectobonisolu 5-6 x dz. i połknąć ciecz + Bonimel prawoślazowo-koprowy.	Zmarszczki		Likobon
	Przewlekłe zapalenie oskrzeli, astma	Pulmobonisan 1-2 x dziennie od jesieni do wiosny 4-tyg. terapie co drugi miesiąc + Bonimel prawoślazowo-koprowy.	Cellulit		Adipobon mono
	Nawracające infekcje	Pectobonisol 2 x dziennie 2,5 ml lub Pulmobonisan 2 x dziennie 1 szklanka przez 5 tygodni + Bonimel pyłkowo-propolisowy.	Łuszczycyca, trądzik, alergia skórna, łysienie	Boniderm na chore miejsca 2-3 x dz. Nefrobonisol 5 ml rano i Gastrobonisol 2 x dz. 2,5 ml + Dermobon krem.	Dermobon 2 x 1 kaps. + Likobon
CHOR. UKŁ. POKARMOW.	Zatrucia pokarmowe, niestrawność	Stan ostry: napar z Gastrobonisanu + Gastrobonisol 2,5 ml 4 x dz. Stan przewlekły: Gastrobonisol 2 x dziennie przed jedzeniem.	Zatrucie subst. chemicznymi np. papierosy, alkohol	Nefrobonisol 1 x dz. 5 ml rano, Gastrobonisol 1 x dz. 5 ml przed obiadem + Bonimel pyłkowo-propolisowy 4-6 tyżeczek dz.	Hepatobon 2 x 1 kaps. + Apibon + Vitalbon
	Choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy	Zaostrzenia: Gastrobonisan 3 x dz. Profilaktyka: Gastrobonisan 1-2 x dziennie jesienią i wiosną.	Klimakterium, napięcie przedmiesiączkowe	Nerwobonisol 3 x dz. 2,5 ml lub Nerwobonisan 2-3 x dz. + Bonimel pyłkowo-propolisowy	Klimaktobon 2 x 1 kaps.
	Alergia pokarmowa	Bobonisan 2 x dz. - u dzieci Gastrobonisol 2 x dz. - u dorosłych	Nowotwory (pomocniczo wraz z leczeniem zalecanym przez lekarza)	Nefrobonisol 5 ml rano i Gastrobonisol 2,5 ml przed obiadem i kolacją, Vitalbon 3 x dz. 1 kaps. Apibon 2 x dz. 1 kaps. Przy nowotworze płuc dodatkowo Pulmobonisan 2 x dz. Terapię stosować do 5-6 tygodni, potem 3 tygodnie przerwy i powtórzyć.	
			Cukrzyca - leczenie wspomagające	Venobon - chroni naczyńia krwionośne Oculobon - chroni oczy Vitalbon - usuwa wolne rodniki Ginsengbon - reguluje poziom cukru we krwi	
			Niedowidzenie, zaćma, jaskra		Oculobon + Venobon

UWAGA: nawet z pozoru banalne schorzenie wymagać może konsultacji lekarskiej.

Skuteczność potwierdzona wieloletnią praktyką

Ojciec Grzegorz Sroka - franciszkanin, przez ponad 50 lat zajmował się ziołolecznictwem.

Udzielił porad ponad półmilionowej rzeszy chorych. Jest autorem kilku poradników zielarskich.

Zakonnik ten był niekwestionowanym autorytetem w dziedzinie fitoterapii.

Dotarliśmy wszelkich starań, aby informacje o produktach zawarte w niniejszym opracowaniu były zgodne z aktualnym stanem wiedzy. Ze względu na nieprzerwany napływ nowych doniesień naukowych oraz aby nie przeoczyć ewentualnych zmian przed zastosowaniem zapoznaj się z ulotką lub informacją na opakowaniu, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skontaktuj się z lekarzem lub farmaceutą.

Dostępne w aptekach, sklepach zielarskich i w **sprzedaży wysyłkowej - tel. 033 861 86 21, tel./fax 033 861 03 97**

BONIMED Żywiec, ul. Stawowa 23, www.bonimed.pl

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza Sroki poleca

OCHRONA SIATKÓWKI OKA,
POMOC W JASKRZE I ZACMIE
Oculobon + Venobon

METEOPATIA,
SENNOŚĆ
Activbon

TRĄDZIK
*Boniderm
+ Apibon krem*

NASTROJE
DEPRESYJNE
Depribon

ASTMA, PRZEZIĘBIENIE,
ZAPALENIE OSKRZELI
Pulmobonisan + Pectobonisol

ZMARSZCZKI
Likobon

NERWICA, BEZSENNOŚĆ
*Nerwobonisol lub
Nerwobonisan + Nerwobon*

POPRAWA ODPORNOŚCI
Immunobon + Apibon

OPRYSZCZKA
Apibon krem

BÓL GARDŁA
Anginbon

ZAWROTY GŁOWY,
SZUMY USZNE
I ZABURZENIA PAMIĘCI
Memobon

MIAŻDŻYCA
Lipobon + Cardiobonisol

WZMACNIA
WŁOSY
Dermobon

SERCE I NADCIŚNIENIE
*Cardiobonisol
lub Cardiobonisan
+ Cardiobon*

ALERGIA POKARMOWA
*Bobonisan - doustnie
+ Boniderm - zewnętrznie*

WRZODY ŻOŁĄDKA
I DWUNASTNICY
Gastrobonisan + Apibon

OCHRONA
WĄTROBY
*Hepatobon
+ Apibon*

KAMICA ŻÓLCIOWA,
NIESTRAWNOŚĆ,
*Gastrobonisol
+ Gastrobon*

ZAPALENIE DRÓG
MOCZOWYCH, KAMICA
*Nefrobonisol lub
Nefrobonisan + Urobon*

NADWAGA,
CELLULIT
Adipobon + Chitobon

REFLUKS ŻOŁĄDKOWO-
PRZELYKOWY
*Gastrobonisan
+ Gastrobonisol*

PRZEROST PROSTATY
Prostatobon + Apibon

KLIMAKTERIUM
Klimaktobon

ZAPARCIA, WZDĘCIA,
JELITO DRAŻLIWE
*Gastrobonisol lub
Bobonisan + Gastrobon*

POPRAWA WITALNOŚCI
Prostatobon + Memobon

BÓLE STAWÓW
I KRĘGOSŁUPA
*Artrobon
+ Balsam kręgowy*

ŁUSZCZYCA
*Boniderm (zewnętrznie),
Gastrobonisol
i Nefrobonisol - doustnie*

GRZYBICA
*Apibon krem - zewnętrznie,
Immunobon
+ Apibon - doustnie*

ŻYLAKI I PAJĄCZKI
Venobon + Venobon krem

Zamów w swojej aptece lub zielarni

BONIMED Żywiec, ul. Stawowa 23, tel. 033 861 86 21, 033 861 86 71 www.bonimed.pl

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skontaktuj się z lekarzem lub farmaceutą.