

Ziosta *dla* Zdrowia

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza Sroki

Nr 2/2015 Lato

Temat numeru

Borelioza – znaczenie ziół w terapii

W numerze m.in.

Dieta wydłuża życie

Korzeń piwonii białej nadzieją
dla cierpiących na choroby
reumatyczne

Napięciowe **bóle głowy**



www.bonimed.pl

<http://www.facebook.com/ZiostaDlaZdrowia>

Owoce jagodowe chronią mózg przed uszkodzeniem

Nie od dziś wiadomo, że substancje roślinne bogate w antocyjany (substancje barwiące owoce i warzywa na kolor niebieski, zielony, czerwony, fioletowy) wykazują bardzo korzystne oddziaływanie na pracę mózgu. Pisaliśmy już o tym w poprzednich numerach naszego kwartalnika, że poprawiają one słuch i wzrok. Z prezentowanych wtedy badań wynikało, że owoc borówki czarnej i ekstrakty z niej poprawiają funkcję części mózgu odpowiedzialnej za słuch i wzrok.

Jest wiele dowodów naukowych na to, że owoce jagodowe bogate w intensywne barwniki naturalne hamują rozwój chorób neurodegradacyjnych. Dowiedziono tego np. w przypadku **Resveratrolu**, który obecny jest w czerwonym winie.

Temat pozytywnego wpływu na mózg owoców jagodowych i ekstraktów z nich wykonanych zainteresował znamienite środowiska naukowe np. Harvardzką Szkołę Zdrowia.

Przeprowadzono w tej placówce naukowej badania na szeroką skalę, w których wzięło udział 120 tys. uczestników. Konkluzją tych badań był wniosek, że ryzyko wystąpienia choroby Parkinsona u osób wzbogacających dietę o owoce jagodowe, herbatę i czerwone wino było o 40% niższe. To neuroochronne działanie substancji naturalnych jest kolejnym argumentem do rekomendowania spożywania ich lub ekstraktów z nich osobom zagrożonym chorobą Parkinsona, ale też innymi chorobami uszkadzającymi mózg np. chorobą Alzheimera bądź uogólnioną miażdżycą tętnic.

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza zalecamy osobom zagrożonym tymi chorobami 2 nasze preparaty tj. **Vitalbon** (2 x dz. 1 kapsułka) i **Resveratrol** w kroplach (2 x dz. 8 kropli pod język), a w przypadku problemów ze wzrokiem **Oculobon** (2 x dz. 1 kapsułka).



Serdecznie zapraszamy Państwa na nasz **fanpage Ziola dla Zdrowia** www.facebook.com/ZiolaDlaZdrowia, gdzie znajdą Państwo ciekawostki na temat ziołolecznictwa i zdrowego stylu życia.

Dieta wydłuża życie

Od pewnego czasu w naszym Centrum stosujemy preparat **Vitalbon** oraz **Telomer System Bell Visage** (zestaw zawiera 2 kremy oraz kapsułki doustne). W skład obu tych produktów wchodzi ekstrakt z tarczycy bajkalskiej, który ma dużą zawartość bajkaliny.

Bajkalina jest jedną z nielicznych substancji, która może przyczynić się w sposób istotny do opóźnienia starzenia się organizmu. Jej stosowanie zwiększa długość ochronnych końcówek chromosomów zwanych telomerami (m.in. za odkrycie roli telomerów w podziałach komórkowych przyznano w 2009 r. nagrodę Nobla).

U osób stosujących Vitalbon lub Telomer System Bell Visage dostrzega się wyraźne oznaki odmłodzenia. Widoczne są one zarówno na skórze (redukcja zmarszczek, przebarwień, zwiększenie elastyczności skóry), jak też w ogólnym stanie zdrowia. Osoby używające w/w produkty mają więcej wigoru, większą wydolność fizyczną i lepszy nastrój tak charakterystyczne dla osób młodych.

Okazuje się, że pozytywny wpływ na długość telomerów ma także połączenie niskotłuszczowej diety roślinnej, umiarkowanej aktywności fizycznej oraz technik radzenia sobie ze stresem.

Po 5 latach stosowania takiej diety stwierdzono, że długość chroniących nasz materiał genetyczny telomerów zwiększyła się o 10%.

Powyżej przedstawiono informacje z niezwykle prestiżowego czasopisma medycznego, jakim jest „The Lancet”. W naszym Centrum w celu opóźnienia procesu starzenia się organizmu stosujemy 2 preparaty: **Resveratrol** w kroplach i **Apibon** w kapsułkach.

Telomer System Bell Visage



Absolutnie innowacyjna formuła:

- odmładzająca
- zwiększająca elastyczność skóry
- redukująca zmarszczki
- rozjaśniająca przebarwienia
- naturalnie chroniąca przed promieniami UV



*Już czas,
żebyś
cofnęła czas*

SKÓRA MŁODSZA O 10 LAT

DOSTĘPNE W APTEKACH I SKLEPACH ZIELARSKO-MEDYCZNYCH

Długi sen odchudza

Odkrycia naukowe niosą osobom z nadwagą znakomite informacje. Badacze z Uniwersytetu Washingtonskiego zapewniają, że długi sen sprawia, iż geny odpowiedzialne za otyłość nie uaktywniają się w takim stopniu, jak u osób, które śpią krótko.

Trzeba wiedzieć o tym, że nasz materiał genetyczny jest podobny do instrumentu strunowego. Organizm wykorzystuje ten materiał w sposób selektywny. Nie uderza zawsze we wszystkie struny, a tylko w niektóre, w zależności od potrzeb.

Wpływ na melodię, jaką gra nasz organizm mają różne czynniki. Okazuje się, że oprócz prawidłowej diety jest to także długość snu. Wedle badań w/w naukowców amerykańskich właściwą ilością snu dla osób, które chcą się odchudzić jest 9 godzin.

Aby jeszcze poprawić nastrój odchudzającym się pragniemy poinformować ich, iż odchudzaniu bardzo sprzyja spożycie obfitego śniadania - najlepiej w pierwszej godzinie po obudzeniu się. Osoby szerzej zainteresowane sposobem odchudzania odsyłamy do naszych specjalistycznych materiałów edukacyjnych, tj. do **Zaleceń Dietetycznych CZOG**, które można znaleźć na stronie www.bonimed.pl.



REGULOBON

przyspiesza pracę jelit,
daje uczucie sytości



CHITOBON

zmniejsza wchłanianie
tłuszczów



ADIPOBON MONO

wspomaga odchudzanie,
redukuje cellulit

Zioła na cellulit

Cellulit jest problemem estetycznym trapiącym wiele kobiet. Preparaty ziołowe mogą przyczynić się do likwidacji tej przypadłości. Należy stosować 3 grupy produktów:

- Preparaty przyspieszające proces spalania tkanki tłuszczowej. Takim produktem jest **Adipobon mono** - stosuje się go 2 x dz. 2 kapsułki najlepiej przed planowaną aktywnością fizyczną. Zawiera on w swym składzie ekstrakt z garcynii cambodgii oraz CLA - sprzężony kwas linolowy.
- Produkty antyoksydacyjne - najlepiej pochodzenia naturalnego. Takim preparatem jest **Vitalbon** (2 x dz. 1 kapsułka).
- Środki poprawiające krążenie krwi w naczyniach włosowatych oraz przepływ limfy. Takim produktem jest **Venobon** (2 x dz. 1 kapsułka).

Opisaną kurację zalecamy stosować, co najmniej przez okres 3 miesięcy. Z naszych doświadczeń wynika, że w większości przypadków następuje redukcja skórki pomarańczowej.



Krople Ojca Grzegorza Sroki®



GASTROBONISOL

- Zaburzenia trawienia
- Zatrucia pokarmowe
- Kamica żółciowa
- Wzdęcia
- Zgaga

CARDIOBONISOL

- Nadciśnienie
- Niedokrwienie i osłabienie serca



PECTOBONISOL

- Przeziębienie, kaszel
- Zapalenie oskrzeli
- Astma

NERWOBONISOL

- Nerwica
- Bezsenność



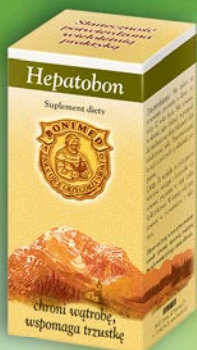
NEFROBONISOL

- Zapalenie nerek i dróg moczowych
- Kamica nerkowa
- Dna moczanowa

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, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.



Preparaty Ojca Grzegorza Sroki

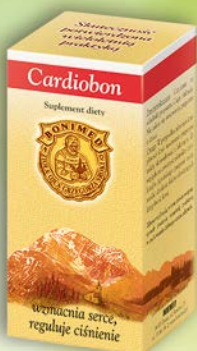
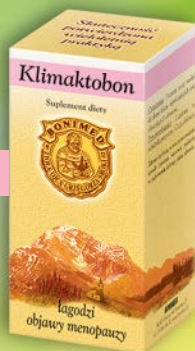


HEPATOBOON

- wspomaga trawienie
- chroni wątrobę i trzustkę

KLIMAKTOBON

- łagodzi objawy klimakterium

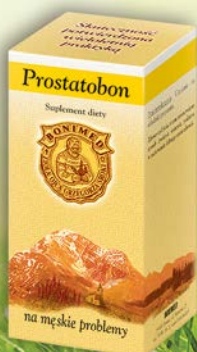
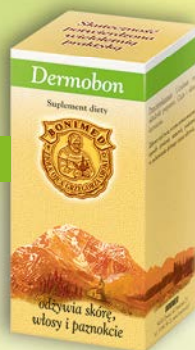


CARDIOBON

- wspomaga ukrwienie serca i prawidłowe ciśnienie

DERMOBON

- wzmacnia włosy, skórę i paznokcie



PROSTATOBON

- wspomaga vitalność i prawidłową funkcję prostaty
- pomocny w łysieniu typu męskiego

Napięciowe bóle głowy

Ból tego typu jest dość uciążliwym towarzyszem życia - głównie pań, choć miewają go również mężczyźni. Nie jest może zbyt silny, ale występuje bardzo często. Lokalizuje się najczęściej w okolicy czołowej, ma charakter rozlany, tępy. Niektóre osoby określają go jako wrażenie ucisku. W odróżnieniu od migreny nie pojawiają się w czasie jego przebiegu nudności ani wymioty. Ujawnia się zwykle po 30 roku życia, a szczyt zachorowań to 4 dekada życia.

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza radzimy sobie z tym dokuczliwym problemem dość sprawnie. Zazwyczaj stosujemy postępowanie dwutorowe:

1. Wykonujemy u pacjenta bądź pacjentki zabiegi z terapii manualnej, akupresury, czasami akupunktury. Są one najlepszym i najskuteczniejszym sposobem radzenia sobie z tym problemem. Efekty są widoczne czasami od razu po pierwszej wizycie.
2. Niejednokrotnie jednak zdarza się, iż przyczyną dolegliwości ma podłoże trawienne. Często sami pacjenci zwracają na to uwagę mówiąc, że „mają ból głowy od żołądka”. Dlatego też drugim (czasami stosowanym równolegle) sposobem leczenia jest zażywanie preparatu ziołowego **Gastrobonisol** 2-3 x dz. po 1 łyżeczce. Przywraca on prawidłowe trawienie. Efektem jego stosowania jest również ustąpienie bólów głowy. Należy go przyjmować co najmniej przez okres ok. 5 tygodni. Zwykle po tym okresie natężenie i częstość występowania bólów jest zdecydowanie mniejsza.



Źle słyszysz – musisz to przeczytać

Pogorszenie słuchu nie zawsze spowodowane jest chorobami uszu. U osób starszych może wystąpić również inna przyczyna zaburzeń słuchu, polegająca na pogorszeniu się funkcji mózgu. Prowadzi to do tego, że impulsy dźwiękowe nie są prawidłowo przetwarzane i analizowane.

Obie przyczyny pogorszenia słuchu mogą mieć podłoże w zaburzeniach ukrwienia. Dlatego też skuteczną metodą ich leczenia jest podawanie środków usprawniających krążenie krwi, zwłaszcza w naczyniach włosowatych. W naszym Centrum zalecamy w takich przypadkach preparat **Memobon** (1-2 dz. 1 kaps.), **który usprawnia ukrwienie mózgowie, ale także ukrwienie aparatu słuchu, który zlokalizowany jest w uchu wewnętrznym.** Łagodzi on też zawroty głowy i szumy uszne. Skuteczność Memobonu jest wynikiem jego doskonałego składu, tj.: miłorzębu japońskiego i korzenia żeń-szenia, które poprawiają mikrokrążenie oraz mają wpływ na zwiększenie funkcji poznawczych. Także zawarty w nim magnez pozytywnie wpływa na prawidłowy słuch.

Drugim preparatem, który stosujemy w przypadku zaburzeń słuchu jest **Resveratrol** - esencja wina w kroplach, podawany pod język 2 x dziennie po 8 kropli. Wykazuje on korzystne działanie zwłaszcza u osób, które narażone są na hałas np. słuchających muzyki przez słuchawki (sytuacja bardzo powszechna wśród młodzieży). Prawie wszystkie osoby słuchające muzyki przez słuchawki w autobusach, tramwajach oraz na ulicy słuchają jej za głośno, gdyż wokół jest gwar. Dlatego wszystkie te osoby uszkadzają sobie słuch nie mając tej świadomości.

Dowodzono w badaniach naukowych, że przyjmowanie resweratrolu znacznie zmniejsza uszkodzenia narządu słuchu wynikające z hałasu, niedokrwienia lub zaawansowanego wieku.

Zioła, które chronią wątrobę

Wątroba to organ, który często porównuje się do fabryki odtruwającej nasz organizm z substancji toksycznych. Często jest ona uszkadzana przez leki. Zdarza się, że chora wątroba nie daje tego odczuć pacjentowi. **Takie bezobjawowe uszkodzenie może nastąpić po zażywaniu statyn i fibratów, czyli leków obniżających poziom cholesterolu.** Środkami, które mogą wywołać ostre uszkodzenie wątroby objawiające się np. żółtaczką, obrzękami, są tak popularne leki jak paracetamol, czy diclofenac. Wątroba może być uszkodzona także przez to, że zaburzony jest odpływ żółci z tego narządu. Ten efekt mogą wywołać np. doustne środki antykoncepcyjne, a także steroidy anaboliczne (popularny „koks”).

Produkty naturalne stanowią dobry sposób na ochronę wątroby przed uszkodzeniem. Typowe surowce zielarskie zalecane w tym celu to sylimaryna, ziele karczocha i pyłek pszczeleli. Z naszych obserwacji wynika, że dobre efekty można uzyskać poprzez stosowanie dwóch preparatów - **Hepatobonu** 2-3 x dz. 1 kaps. (ekstrakt z liści karczocha i sylimaryna). Produkt ten szczególnie zalecamy jest osobom, które zażywają leki obniżające poziom cholesterolu, ponieważ poza ochroną wątroby sam Hepatobon pomoże obniżyć poziom cholesterolu.

Drugi preparat to **Apibon** (3 x dz. 1 kaps.), który zawiera mikronizat z pyłku pszczelego i ekstrakt z propolisu. U osób zagrożonych uszkodzeniem wątroby poprzez stosowanie leków, nadużywanie alkoholu i niewłaściwą dietę łączymy oba te preparaty.





BORELIOZA

– znaczenie ziół w terapii

Borelioza to choroba infekcyjna, którą zarazić się można przede wszystkim w okresie letnim. 80% nowych przypadków tej choroby występuje w czerwcu i lipcu. Boreliozę przenoszą kleszcze, które są zakażone krętkami borelii.

Ugryzienie przez tego owada powoduje, że krętki wprowadzane są do naszego organizmu i dostają się do krwi. Objawy czasami pojawiają się w ciągu 3 dni od ugryzienia, ale często widoczne są dopiero po miesiącu. Początkowo dolegliwości lokalizują się na skórze pod postacią zaczerwienienia, następnie u chorego występują bóle stawów, mięśni, a czasami objawy uszkodzenia układu nerwowego. Diagnostyka boreliozy polega na wykrywaniu we krwi chorego swoistych przeciwciał IgM, a później IgG.

W leczeniu boreliozy stosuje się antybiotykoterapię, która czasami trwa przewlekłe. Kłopoty z terapią boreliozy powodują, że popularność zyskują w ostatnich latach zioła, a szczególnie dwa surowce: ziele czystka i korzeń szczeci.

Jednakże ich lecznicze własności w przypadku boreliozy nie są zbyt dobrze potwierdzone w badaniach naukowych. Nie udało nam się znaleźć badań potwierdzających działanie terapeutyczne szczeci. W przypadku czystka przeprowadzono chyba tylko jedno badanie, które potwierdza, iż olejek eteryczny z czystka hamuje rozwój krętków borelii. Ale było to badanie prowadzone poza organizmem, czyli w tzw. środowisku *in vitro*. Nie ma jednoznacznego przełożenia na to, iż tak samo substancja ta będzie działała w przypadku podania doustnego.

Ponadto w naparach z ziele czystka, które są najczęściej stosowane zawartość olejku eterycznego jest minimalna. Pewną nadzieję daje natomiast stosowanie alkoholowych ekstraktów z czystka. Szczególnie tych o dużej koncentracji ciał czynnych, zwłaszcza olejku eterycznego.

Jeżeli mielibyśmy rekomendować stosowanie jakiegokolwiek preparatu z czystka w boreliozie zdecydowanie sugerujemy nalewki alkoholowe z dużą zawartością olejku eterycznego.

Informacje te mogą wywołać zdziwienie u osób pijących herbatę z czystka i czujących się po niej lepiej. Może być tak w istocie, gdyż:

1. Brak badań naukowych na temat terapeutycznego działania czystka nie znaczy, że on nie działa w boreliozie. Może po prostu nikt tego nie udowodnił w sposób naukowy, a czystek w postaci naparu jest skuteczny.
2. Może też być inna przyczyna łagodzenia dolegliwości bólowych. Osoby, u których występują dolegliwości bólowe mogą je mieć z powodu choroby zwyrodnieniowej i przeciążeniowej kręgosłupa, a nie z powodu boreliozy. Chory może posiadać podwyższone miano przeciwciał IgG, które czasami utrzymuje się we krwi przez kilka lat. Nie jest to jednak jednoznaczne z tym, że choruje na boreliozę. Czasami bóle mają przyczynę np. „odkręgosłupową” a nie powodowaną przez boreliozę.

Jest to bardzo duży problem diagnostyczny, gdyż zdarza się, że pacjenci leczeni są wiele miesięcy antybiotykiem, ponieważ występuje u nich podwyższone miano swoistych IgG oraz dolegliwości bólowe stawów bądź kręgosłupa, które są błędnie interpretowane jako objawy boreliozy. Jesteśmy o tym głęboko przekonani, gdyż często gdy pacjent z objawami sugerującymi boreliozę rozpoczyna leczenie metodami rehabilitacyjnymi (najczęściej jest to terapia manualna) efekt zmniejszenia się bólu jest radykalny. Pojawia się po 1-2 dni od zabiegu manualnego mimo, że miano przeciwciał pozostaje bez zmian. Jaki jest z tego wniosek? **Taki, że pacjent ma podwyższone miano przeciwciał a dodatkowo zespół bólowy kręgosłupa spowodowany chorobą przeciążeniową, czy zwyrodnieniem tego narządu.**

Zatem nie jest to chory na boreliozę, a jedynie chory na schorzenia kręgosłupa, który ma dodatkowo podwyższone miano przeciwciał.

Zdaniem CZOG nie da się prawidłowo leczyć boreliozy bez zbadania pacjenta pod kątem bólów stawów i kręgosłupa wynikających z innych przyczyn niż borelioza. Najlepiej nadaje się do tego metoda terapii manualnej. Także stosowana w naszym Centrum z dużym powodzeniem od ponad 30 lat.

Metodą terapeutyczną, którą możemy bezwzględnie polecić w leczeniu i profilaktyce boreliozy jest stymulacja odporności organizmu. Wykorzystujemy do tego preparaty Immunobon i Apibon.

Apibon zaleca się przyjmować w dawce 2 x dz. po 2 kapsułki. Dzieci poniżej 12 r.ż 2 x dz. po 1 kapsułce. Produkt powinno się zażywać przez okres 1 miesiąca, następnie należy zrobić 2 tygodniową przerwę i ponownie stosować 1 miesiąc. Można go przyjmować w postaci kapsułek podawanych doustnie, można również wysypać kapsułki na 1 łyżeczkę miodu i wymieszać go z nim. Taką metodę czasami stosujemy u małych dzieci. Terapię można powtarzać w kolejnych miesiącach.

Immunobon w celu stymulacji odporności należy stosować 2-3 x dziennie 1 łyżeczkę do herbaty przez okres 7-10 dni. Potem należy zrobić przerwę trwającą 3 tygodnie, po której to powinno się ponownie jego stosowanie. U pacjentów wykazujących deficyt odporności zalecamy stymulację przeprowadzić co najmniej 3-krotnie, np. 7 dni terapii, 21 dni przerwy, 7 dni terapii, 21 dni przerwy, 7 dni terapii.

W przypadku boreliozy stosujemy także ziołowe środki przeciwzapalne i przeciwbólowe. Jednym z najlepiej udokumentowanych, co do działania terapeutycznego w tym kierunku ziołem, jest korzeń hakorośli zwany też czar-cim lub diabelskim pazurem.

Ekstrakt z tej rośliny występuje w preparacie **Artrobon**, który zalecany jest w dawce 2 x dz. 2 kaps.

Pacjenci, u których dolegliwości związane z boreliozą umiejscawiają się w konkretnych stawach mogą stosować do zewnętrznego nacierania jeden z dwóch preparatów: **Reumobonisol** lub **Balsam Kręgowy Ojca Grzegorza**.

Pacjenci z podejrzeniem zachorowania na boreliozę zawsze badani są manualnie i stosujemy u nich terapię manualną, aby wykluczyć ewentualność zespołów bólowych innego pochodzenia. Bardzo często zdarza się, że dolegliwości przypisywane boreliozie ustępują po pierwszej wizycie.

Jeżeli pacjent faktycznie choruje na boreliozę w tym przypadku zalecamy preparaty do immunostymulacji **Apibon** 2 x dz. 2 kaps., **Immunobon** 2 x dz. 1 łyżeczka przez 7 dni i **Artrobon** 2 x dz. 2 kaps. oraz **Czystek w kroplach**.

Takie postępowanie można stosować łącznie z antybiotykoterapią zaleconą przez lekarza.

Kompleksowe działanie w przypadku boreliozy daje większą szansę na pozbycie się tego niezwykle skomplikowanego schorzenia.

NA ODPORNOŚĆ IMMUNOBON + APIBON





Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza odpowiada na pytania pacjentów

Mam półpasiec od kilku miesięcy, którego nie mogę wyleczyć. Czy są jakieś środki ziołowe mogące mi pomóc?

Półpasiec czasami przeradza się w przewlekłą, bardzo trudną do leczenia infekcję wirusową. Z naszych obserwacji wynika, że połączenie 3 preparatów ziołowych może przynieść efekt pozytywny, który pojawi się po ok. miesiącu ich stosowania. Zalecamy pacjentom **Apibon** 3 x dz. po 1 kapsułce, **Vitalbon** 2 x dz. 1 kaps. i **Alerbon** 3 x dz. 1 kaps. Wszystkie te 3 preparaty mają własności przeciwwirusowe oraz wspomagające odporność.

Który ze środków ziołowych obniża poziom cholesterolu i czy można go zastosować łącznie z lekami zapisanymi przez lekarza?

Są dwa takie preparaty, które można stosować w tym schorzeniu. Pierwszy z nich to **Lipobon**, zalecany 2-3 x dziennie 1 kaps., a drugi to **Hepatobon** również zalecany 2-3 x dziennie po 1 kaps. Oba te środki mogą być łączone z lekami syntetycznymi np. z grupy statyn. Można przy ich stosowaniu rozważyć obniżenie dawki leków syntetycznych, jeżeli poziom cholesterolu będzie wystarczająco niski.

Czy istnieje jakiś skuteczny sposób na nadmierną nerwowość u dzieci?

W przypadku dzieci najlepiej sprawdza się syrop **Sedabon**, który może być stosowany zarówno doraźnie

1-2 łyżeczek np. przy bezsenności jak i stale 2 x dz. po 1 łyżeczce. U dzieci powyżej 7 r.ż. można rozważyć także stosowanie kropli ziołowych **Nerwobonisol** 1-2 łyżeczki dziennie rozpuszczone w niewielkiej ilości ciepłej wody.

Mój wnuk chodzi do przedszkola. Niestety bardzo często zaraża się robakami. Proszę podać mi skuteczny ziołowy sposób na pozbycie się ich?

Pełna kuracja stosowana w zakażeniu pasożytami jelitowymi w CZOG - **Vernikabon** syrop ziołowo-miodowy. Zalecane spożycie: 2 x dz. 2 łyżeczki przez 7 dni, następnie 7 dni przerwy i ponownie 7 dni kuracji (dzieci do 7 roku życia 2 x dz. 1 łyżeczka) + **Alerbon** (kapsułki z olejem z nasion czarnuszki siewnej). Zalecane spożycie: 3 x dz. po 1 kaps. przez 3 tygodnie.

Uprawiam sport. Czy istnieją ziołowe preparaty zwiększające wydolność fizyczną, które nie mają działań ubocznych?

Preparatem, który zwiększa wydolność fizyczną jest **Vitalbon**, stosowany 2 x dz. po 1 kaps. Pierwsze efekty widoczne są zazwyczaj po 2 tygodniach stosowania. W miarę zażywania Vitalbonu wydolność fizyczna rośnie. Pełny efekt widoczny jest po 2 miesiącach. Preparat może być używany zarówno przez sportowców jak i osoby starsze odczuwające „brak energii”.

NZOZ SANATORIUM USTROŃ



Ośrodek MAGNOLIA

Ustroń, ul. Szpitalna 15
tel. 33 854 36 90
www.hotel-magnolia.pl

Ośrodek TULIPAN

Ustroń, ul. Szpitalna 21
tel. 33 854 37 80
www.hotel-tulipan.pl

Pobyty sanatoryjne

bez skierowania

**z kuracją ziołową
Ojca Grzegorza Sroki**



www.sanatorium-ustron.pl



Sanatorium Ustroń to pierwsze w Polsce sanatorium, które obok standardowego leczenia oferuje kuracjuszom terapię ziołami według zaleceń Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza.

Mumio przyspiesza zrost kości po złamaniach

Mumio to naturalna substancja używana w leczeniu od tysięcy lat. W II połowie XX wieku rozpoczęły się intensywne badania nad jej własnościami terapeutycznymi. Prowadzone były w różnych instytutach naukowych ZSRR. Były to bardzo poważne wieloosrodkowe prace, których nie można lekceważyć. Dowiedziono w nich niezwykle korzystnego działania tej substancji na organizm ludzki.

Pierwszą ciekawą obserwacją, której dokonali naukowcy było to, że sprzyja ona leczeniu złamań kości. Profesor A.S. Szakirov w latach 1966-69 stosując 0,2g mumio na dzień uzyskał przyspieszenie zrostu kostnego o 13-17 dni w porównaniu z osobami nie stosującymi mumio. Badanie prowadzone było na ogromnej grupie ok. 2500 osób ze złamaniami kości długich i płaskich.

Profesor Szakirov zalecał stosowanie mumio tylko przez okres 10 dni. Współcześni naukowcy zalecają prowadzenie kuracji w przypadku złamań przez okres ok. 30 dni, następnie można dokonać przerwy 5 dniowej i kontynuować leczenie aż do całkowitego zrostu kostnego.

Pozytywne efekty uzyskano również w przypadku operacyjnego leczenia układu kostnego – także w tym przypadku zrost kostny następował szybciej niż u osób, które nie stosowały tej substancji.

Dowiedziono tego w operacjach stawu biodrowego, kolanowego oraz kręgosłupa. Dawka mumio również w tym wypadku wynosiła 0,2g na dobę.

Profesor Sulejmanow prowadzący te badania stwierdził, iż u chorych leczonych mumio o 1 miesiąc skracał się okres noszenia gipsu po operacjach kostnych.

W chirurgii urazowej mumio wykorzystane było także do leczenia uszkodzonych nerwów. Dawkowanie w tym przypadku było nieco większe niż w złamaniach kości i wynosiło 0,3-0,5g 2-3 razy dziennie. Prowadzący terapię lekarze określili przyspieszenie powrotu utraconej funkcji kończyny od 3-4 tygodni wcześniej niż u osób leczonych w normalny sposób.

Badania naukowe wskazują również na to, że mumio wykazywało działanie terapeutyczne w przypadku choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy, zakrzepowego zapalenia żył oraz paradontozy. W przypadku tej ostatniej choroby poza dawkowaniem doustnym stosowano również 5% roztwór do płukania jamy ustnej. W tych przypadkach dawkowanie było 0,2-0,4g na dobę.

Mumio uważane jest za substancję, która sprzyja regeneracji tkanek. Dlatego będzie ono pomocne także w przypadku osteoporozy. Wiele publikacji naukowych sugeruje, że należy stosować mumio również zewnętrznie w postaci kremu lub maści. Wywołuje to dobre efekty w łagodzeniu bólu zwłaszcza stawów kolanowych. Ojciec Grzegorz Sroka stosował mumio w postaci roztworu wodnego już w latach 90 XX wieku i bardzo cenił sobie efekty terapeutyczne jakie ono wywoływało. Obecnie stosujemy w CZOG nowszą generację mumio w kapsułkach. Preparat nazywa się **Mumio-Bon** stosowany 2 x dz. 1 kaps. Łączymy go czasami z preparatem do zewnętrznego stosowania **Mumio krem** 1-2 x dziennie.

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza Sroki

zaprasza pacjentów do gabinetów:

W RYCHWAŁDZIE

Klasztor O. Franciszkanów

w ŻYWCU, ul. Stawowa 23

(wjazd od ul. Leśnianka)

w BIELSKU-BIAŁEJ, ul. Karpacka 46

Szczegóły pod numerami:

33 861 86 21, 33 861 56 20

ARTROBON

– zyskał uznanie niezależnych ekspertów

Artrobon został pozytywnie oceniony przez niezależną Jednostkę Naukowo-Badawczą, wyznaczoną do takich ocen przez Ministra Zdrowia. Jednostką tą jest Instytut Roślin i Przetworów Zielarskich z Poznania.

W opinii tej stwierdzono, że preparat **Artrobon**:

- Wpływa korzystnie na stawy obwodowe i kręgosłup,
- Nie stanowi zagrożenia dla zdrowia.

Szczególną uwagę zwrócono w opinii na działanie ekstraktu z hakorośli, zwanej też czasami czarcim pazurem. Działanie przeciwzapalne jak i przeciwbólowe korzenia hakorośli jest przynajmniej tak samo skuteczne jak stosowanych powszechnie leków, używanych w leczeniu bólów stawów i kręgosłupa, takich jak: fenylobutazonem, rofekoksybem, indometacyną, kwasem acetylosalicylowym.

Stosując Artrobon przez okres niemalże 10 lat zaobserwowaliśmy bardzo pozytywne efekty działania tego produktu. Wielu pacjentów, którzy skazani byli na przewlekłe zażywanie leków przeciwzapalnych i przeciwbólowych po zastosowaniu Artrobonu znacznie zredukowało lub wręcz całkowicie odstawiło leki syntetyczne.

Artrobon znalazł szczególne uznanie wśród lekarzy ortopedów i neurologów.

Zalecane spożycie: spożywać 2 x dz. po 2 kapsułki. Powinno się go stosować przez okres co najmniej 6-8 tygodni. W razie uzyskania poprawy można zmniejszyć ilość przyjmowanego preparatu do 3 lub nawet 2 kapsułek dziennie.

Artrobon może być zażywany nawet przez kilka lat. Tak długo przyjmują go osoby ze zwyrodnieniami stawów kolanowych i biodrowych, które cierpią na przewlekłe dolegliwości bólowe.

Niewydolność żylna

Przewlekła niewydolność żylna to schorzenie objawiające się najczęściej występowaniem bólu, obrzęków nóg, zwłaszcza w okolicach kostek. Towarzyszy temu występowanie nadmiernego swędzenia skóry. Czasami w bardzo zaawansowanej niewydolności żylny dochodzi nawet do owrzodzeń podudzi.

Przypadłość ta „dopada” najczęściej panie, a zwłaszcza te które mają pracę stojącą, bądź siedzącą i z tego powodują mało się poruszają. Preparaty ziołowe stanowią skuteczny sposób w łagodzeniu dolegliwości związanych z niewydolnością żylną. Jedną z najskuteczniej działających roślin stosowanych w leczeniu chorób żył i naczyń włosowatych jest ekstrakt z nasion kasztanowca.

Z analizy 17 badań naukowych, w których wzięły udział łącznie 1573 osoby wynika, że stosowanie preparatów zawierających wyciąg z nasion kasztanowca jest sprawdzonym remedium w łagodzeniu objawów tego schorzenia. Ponadto udowodniono, że jest to postępowanie bezpieczne dla chorych.

Preparaty z nasion kasztanowca, które stosujemy w naszym CZOG to **Venobon** w kapsułkach. Zalecany jest on zwłaszcza w okresie letnim, w dawce 1 x dz. 1 kapsułka, a przy zaostrzeniach dolegliwości 2 x dz. 1 kapsułka. Łączymy go z preparatem **Venobon krem** stosowanym zewnętrznie 1-2 x dziennie w zależności od nasilenia objawów.



Korzeń piwonii białej nadzieją dla cierpiących na choroby reumatyczne

W poprzednim numerze kwartalnika „Zioła dla Zdrowia” zamieściliśmy krótki artykuł dotyczący stosowania preparatu **Peobon**, zawierającego ekstrakt z korzenia piwonii białej. Otrzymujemy od tej pory liczne zapytania dotyczące tego, czy stosowanie ekstraktu z piwonii białej jest skuteczne oraz czy można go łączyć z innymi lekami?

Postaramy się na nie odpowiedzieć. Korzeń piwonii białej stosowany jest w leczeniu chorób m.in. reumatoidalnych od 1200 lat w Chinach, Korei i Japonii. Był on poddawany wielu badaniom na dużych populacjach chorych, co do skuteczności swego działania.

W jednym z nich finansowanym przez Narodową Fundację Medycyny Naturalnej Chin przebadano 450 osób z reumatoidalnym zapaleniem stawów (RZS). W badaniu porównano efekt działania ekstraktu z korzenia piwonii białej z bardzo często stosowanym w tej chorobie lekiem Metotreksat w dawce 10mg/tydzień. Obie substancje stosowano przez 12 tygodni.

U 81,7% pacjentów leczonych metotreksatem uzyskano poprawę. Podobną poprawę uzyskano u 71,7% osób, którym podawano ekstrakt piwonii.

W następnych latach kontynuowano badania i podobny efekt uzyskano u grupy 1600 pacjentów z RZS. Korzystne wyniki zaobserwowano również podczas pilotażowego badania korzyści terapeutycznych ekstraktu korzenia piwonii białej w układowym toczniu rumieniowatym, zespole Sjögrena, zeszywniającym zapaleniu stawów kręgosłupa (ZZSK) oraz w przewlekłej pokrzywce, a także łuszczycowym zapaleniu stawów.

W publikacjach naukowych podkreśla się, że korzeń piwonii wykazuje działanie immunomodulujące, ale także przeciwzapalne, przeciwbólowe i przeciwutleniające.

Dane naukowe dają nadzieję na to, iż ekstrakt z korzenia piwonii będzie pomocny także w leczeniu innych chorób autoimmunologicznych. W CZOG stosujemy preparat z korzeniem piwonii białej - Peobon (2 x dz. 2 kaps.)



BEZOPERACYJNE LECZENIE PRZEPUKLINY DYSKU MIĘDZYKRĘGOWEGO

Dowody na skuteczność metody w badaniu naukowym na stronach:

www.drblecha.pl

www.bonimed.pl





Terapia zaparć

Zaparcia leczy się stosując przede wszystkim środki poprawiające trawienie takie jak: **Gastrobonisol** 3 x dziennie po 1 łyżeczce oraz przyspieszające perystaltykę jelit preparaty błonnikowe np. **Regulobon** 2-4 łyżeczek dodać do soku, wody bądź jogurtu. Pacjent musi jednak uzbroić się w nieco cierpliwości.

Takie leczenie zazwyczaj w ciągu 4-5 tygodni normalizuje pracę jelit i często się zdarza, że chory zaczyna regularnie i codziennie oddawać stolec już nawet bez wsparcia ziołowego.

Metoda zapobiegania kamicy nerkowej

Kamica nerkowa, jest bardzo częstym problemem, z którym zwracają się do nas pacjenci. Mało jest takich obszarów, w których terapia ziołami jest bezkonkurencyjna jak profilaktyka kamicy nerkowej. W chorobie tej zalecamy naszym pacjentom 4 preparaty. Jeden z nich to **Urobon**, ułatwiający wyplukiwanie bakterii z dróg moczowych. Zazwyczaj sugerujemy stosować go 1-2 x dz. 2 kaps.

Łączymy ten preparat z 3 innymi stosowanymi zamiennie. Są nimi krople **Nefrobonisol** 2 x dz. po 1 łyżeczce lub napar z mieszanki ziołowej **Nefrobonisan** 2 x dz. po 1 saszetki lub odwar z mieszanki ziołowej **Organic-krzem** (2 saszetki gotować w 1 litrze wrzątku 20-30 min.) **Organic-krzem** szczególnie polecany jest osobom z kamicią nerkową, której towarzyszy jeszcze osteoporoza.

Podkreślamy, że o ile **Urobon** stosuje się w zasadzie stale tak pozostałe preparaty stosuje się zamiennie.

Zioła w cukrzycy

Pytania o ziołowe leczenie cukrzycy są bardzo częste. Zioła oczywiście wpływają na redukcję poziomu glukozy w surowicy krwi. W CZOG zalecamy w tym celu pić przed jedzeniem napar z mieszanki ziołowej **Glukobonisan** 1-3 x dz. w zależności od nasilenia objawów chorobowych. Jednakże główną rolą ziół w cukrzycy jest zmniejszanie prawdopodobieństwa pojawienia się powikłań cukrzycowych takich jak: uszkodzenie naczyń krwionośnych, siatkówki oka bądź też nerek. Dobrym sposobem na zabezpieczenie przed nimi jest stosowanie preparatów takich jak: **Venobon** 1 x dz. 1 kaps., który poprawia krążenie m.in. w naczyniach włosowatych. Jego stosowanie chroni także przed uszkodzeniem siatkówkę oka oraz nerki. Drugim produktem jest **Oculobon**, który chroni oczy przed retinopatią cukrzycową.

Dobrym sposobem na zapobieganie uszkodzeniom naczyń krwionośnych wywołanym przez cukrzycę jest również przyjmowanie **Resveratrolu** – esencji wina w kroplach 2 dz. po 8 kropli pod język.



Kremy Apteczne Ojca Grzegorza

| | |
|---|--|
| APIBON KREM <ul style="list-style-type: none">• zmiany ropne i grzybicze skóry• opryszczka, zajady |  |
| VENOBON KREM <ul style="list-style-type: none">• żyłaki, pajęczki• obrzęki, hemoroidy |  |
| DERMOBON KREM <ul style="list-style-type: none">• zmiany alergiczne• podrażnienia i stany zapalne skóry |  |

| | | | | | |
|-----------------|--|---|-------------------|--|--|
| UKŁAD KRAŻENIA | Wzmacnia serce, reguluje ciśnienie | Cardiobonisol lub Cardiobonisan (2-3 x dz.) + Cardiobon (1 x dz.) | UKŁAD NERWOWY | Stres, trudności z zasypianiem | Nerwobonisol lub Nerwobonisan (2-3 x dz.) + Nerwobon lub Sedabon (1-2 x dz.) |
| | Wspomaga żyły, zapobiega pajączkom naczyniowym | Venobon (1-2 x dz.) + Venobon krem | | Nastroje depresyjne | Depribon (1-2 x dz.) |
| | Niskie ciśnienie, senność, meteopatia | Activbon (2 x 1-2 kaps. dz.) lub Bonimel Activ | | Na pamięć, koncentrację, prawidłowy słuch i równowagę | Memobon (1-2 x dz.) + Cardiobonisol (1-2 x dz.) |
| | Na cholesterol | Lipobon lub Hepatobon (3 x dz. 1 kaps.) | | | |
| UKŁAD POKARMOWY | Kamica żółciowa, niestrawność | Gastrobonisol pomocniczo: Gastrobon lub Hepatobon | STAWY | Na stawy i kręgosłup | Balsam kręgowy lub Reumobonisol + Artrobon (2 x dz.) |
| | Zgaga, refluks, zatrucia pokarmowe | Gastrobonisan + Gastrobonisol (1-3 x dz.), pomocniczo: Gastrobon | | Osteoporoza | OrganicKrzem (1 x dz.) |
| | Wrzody żołądka i dwunastnicy | Gastrobonisan pomocniczo: Apibon | | RZS, ZZSK, Toczeń | Peobon (2 x dz. 2 kaps.) + Artrobon (2 x dz.) |
| | Zaparcia i wzdęcia | Regulobon (2-3 łyż. 1 x dz.) + Gastrobonisol (1-3 x dz.) | SKÓRA | Wzmacnia włosy i paznokcie, ujędrnia skórę | Dermobon i OrganicKrzem + Likobon lub Vitalbon |
| | Bóle brzucha, jelito drażliwe | Gastrobonisol pomocniczo: Depribon lub Nerwobonisol | | Łysienie plackowate | Peobon (2 x dz. 2 kaps.) + Dermobon (2 x dz.) |
| | Nadwaga | Adipobonisan + Chitobon + Adipobon mono + Regulobon | | Skóra z oznakami starzenia | Telomer System Bell Visage lub Vitalbon |
| | Pasożyty jelitowe | Vernikabon + Alerbon | | Cellulit | Adipobon mono + Vitalbon |
| | Alergia pokarmowa | Bobonisan + Alerbon | | Trądzik pospolity | Boniderm + Apibon krem (1-2 x dz.) |
| | Na wątrobę i trzustkę | Hepatobon + Apibon (1-3 x dz.) | | Trądzik różowaty, skóra naczynkowa | Venobon + Venobon krem |
| | Bóle głowy związane z przewodem pokarmowym | Gastrobonisol (2 x dz. 1 łyżeczka, w razie napadu bólu co 10 min. - 1/2 łyżeczki) | | Pęknięcie pięt | Mumio krem + Olej arganowy Bell Visage |
| | | Pielęgnacja skóry w alergii | | Boniderm + Dermobon krem, doustnie - Alerbon | |
| | | Łuszczyca | | zewnątrznie - Boniderm doustnie - Gastrobonisol + Nefrobonisol | |
| | | Pielęgnacja skóry w grzybicy | | zewnątrznie - Apibon krem doustnie - Apibon + Immunobon | |
| UKŁAD ODDECHOWY | Przeziębienie, kaszel | Pectobonisol + Pulmobonisan | INNE DOLEGLIWOŚCI | Cukrzyca | Glukobonisan + Memobon |
| | Astma oskrzelowa | Pectobonisol + Alerbon | | Ochrona siatkówki oka w cukrzycy, nadciśnieniu tętniczym, jaskrze. Zaćma i AMD | Oculobon (1-2 x dz.) + Venobon (1-2 x dz.) |
| | Katar, zapalenie zatok | Pectobonisol (rozrzedzenie wydzieliny) Apibon + Immunobon na odporność | | Klimakterium | Klimaktobon (2 x dz.) |
| | Katar sienny | Alerbon (3 x dz.) | | Odrutowanie (alkohol, papierosy, spaliny, leki, chemia) | Nefrobonisol + Hepatobon + Vitalbon (1-2 x dz.) + Resveratrol krople |
| | Pielęgnacja w opryszczce | Apibon krem (co 1 godz. do ustąpienia dolegliwości) | | Nowotwory - pomocniczo wraz z zalecanym leczeniem! | Nefrobonisol + Hepatobon ponadto: Apibon, Vitalbon, Alerbon, Bofonginn kompleks + Resveratrol krople |
| | Na gardło i chrypkę | Anginbon (3-5 x dz.) + Pectobonisol | | Choroba Hashimoto | Peobon (2 x dz. 2 kaps.) |
| | Wspomaga odporność | Apibon + Immunobon | | | |
| UKŁAD MOCZOWY | Zapalenie nerek, dróg moczowych i pęcherza, kamica | Nefrobonisol lub Nefrobonisan (1-3 x dz.) pomocniczo: Urobon (1-3 x dz.) | | | |
| | Dna moczanowa | Nefrobonisol + Artrobon | | | |
| | Dla zdrowia prostaty | Prostatobon + Apibon | | | |
| | Poprawa witalności | Vitalbon + Memobon | | | |

Dołożyliśmy 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 i 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.

*Do nabycia: apteki i zielarnie w całym kraju lub sprzedaż wysyłkowa:
tel. 33 861 86 71, 602 214 616, BONIMED Żywiec, ul. Stawowa 23, www.bonimed.pl*

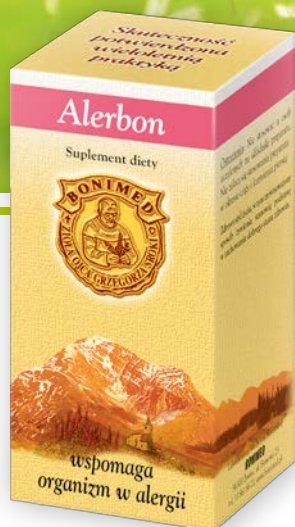
Alerbon

Suplement diety



ALERBON Z OLEJEM Z CZARNUSZKI DO SUPLEMENTACJI W ALERGII

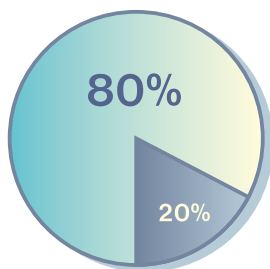
skuteczny
bezpieczny
naturalny



- Siła działania nasion czarnuszki siewnej jest podobna do leku cetyryzyna, ale w odróżnieniu od niego nie wywołuje senności¹
- Bezpieczeństwo stosowania zbadano m.in. u dzieci z alergią²

Zalecane spożycie: 2-3 x dziennie po 2 kapsułki.

W badaniu naukowym u dzieci w wieku 6-17 lat wykazano, że u 80% zażywających olej z czarnuszki w kapsułkach uzyskano poprawę w katarze alergicznym, astmie i alergiach skórnych³



- 80% - pacjenci, u których uzyskano poprawę
- 20% - pacjenci, u których nie uzyskano poprawy

1. MunawarAlam Ansari, Shahida P. Ahmed, NurAlamAnsari, Cetirizine and NigellaSativa: Comparison of Conventional and Herbal Option for Treatment of Seasonal Allergic Rhinitis, „Pakistan Journal of Medicine”, Obj. 2007, vol. 46, No. nr 3, 2007 46, Nr 3, 2007.

2, 3. D. Mańkowska, W. Bylika, Nigella sativa L. – związki czynne, aktywność biologiczna, „Herba Polonica”, 2009, vol. 55, nr 1