Zioła dla Zdrowia

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza Sroki

Nr 1/2017 Wiosna

Temat numeru

Smog zabija!

W numerze m.in.

Zespół
przewlekłego zmęczenia

Naturalne sposoby
przyspieszające leczenie złamań

Pielęgnacja skóry
w trądziku pospolitym

Zażywając leki i suplementy diety produkowane przez Bonimed masz gwarancję jakości ich wytworzenia! Bonimed posiada Certyfikat Dobrej Praktyki Wytwarzania (GMP) wydany przez Głównego Inspektora Farmaceutycznego i wdrożony system zapewnienia jakości HACCP.

Resveratrol – dobry dla serca, ale także dla oskrzeli

Naukowcy z Georgia State University w USA ustalili, że składnik czerwonego wina Resveratrol skutecznie redukuje stan zapalny spowodowany przez pałeczki Haemophilus influenzae. Bakterie te nasilają m.in. przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POCHP) oraz zapalenie ucha środkowego.

Dla osób które nie mogą spożywać tej prozdrowotnej substancji w formie wina proponujemy suplement diety **Resveratrol - esencja wina w kroplach**, który wkrapla się pod język (jest to najlepsza forma podania resweratrolu). Przypominamy także, że z innych publikacji naukowych wynika, że resweratrol zalecany jest w suplementacji diety w wielu schorzeniach*

- Korzystnie wpływa na pracę układu krążenia i prawidłowe ciśnienie tętnicze krwi, chroni śródbłonek naczyń krwionośnych.
- Pomaga w zachowaniu prawidłowej funkcji układu nerwowego w przypadku niedokrwienia i choroby Alzheimera.
- Hamuje rozwój neuropatii cukrzycowej.
- Zmniejsza uszkodzenia narządu słuchu wynikające z hałasu, niedokrwienia lub zaawansowanego wieku.
- Przeciwdziała fotostarzeniu się skóry oraz sprzyja polepszeniu jej ogólnego wyglądu.
- Wspomaga metabolizm oraz sprzyja utracie masy ciała, przez co ułatwia odchudzanie i redukcję cellulitu.
- Prawdopodobnie może także wydłużać nasze życie, czego dowiedziono w badaniach na zwierzętach.

* Opracowano na podstawie: Zdrojewicz Z., Belowska-Bień K., Resweratrol – działanie i znaczenie kliniczne, „Advances in Clinical and Experimental Medicine", 2005, nr 14 (5), s. 1051–1056., Gerontologia Polska, tom 13, nr 3, 147-152, 2005 r.

Oglądaj nas na kanale TV dla Zdrowia www.tvdlazdrowia.pl

TVdZ TELEWIZJA DLA ZDROWIA

Zioła skutecznie radzą sobie z trądzikiem różowatym

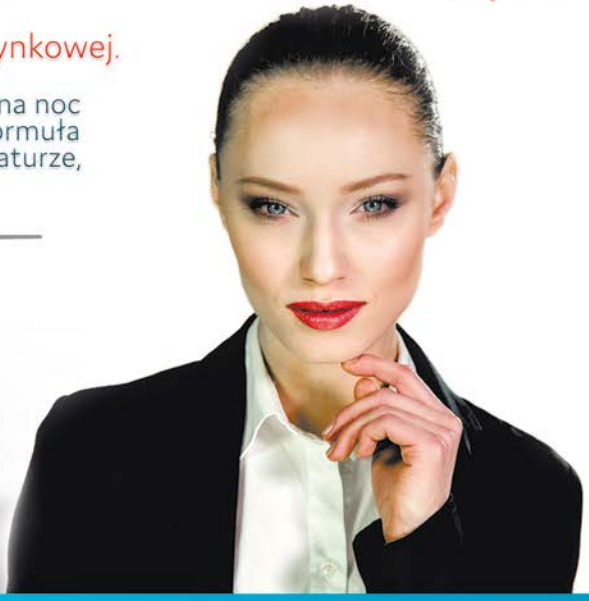
Trądzik różowaty dotyka zarówno Pań, jak i Panów. Czasami przybiera łagodną postać rozszerzonych naczynek, ale również może mieć bardzo ciężki przebieg. **Uważa się, że trądzik różowaty jest chorobą autoimmunologiczną**. Dlatego też w Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza zalecamy suplementację diety preparatem **Peobon**, który zawiera w swoim składzie ekstrakt z korzenia piwonii białej. Jest on zalecany chorym na schorzenia autoimmunologiczne, takie jak: RZS, łuszczyca, czy choroba Hashimoto. Pacjenci otrzymują również do stosowania na skórę dwa preparaty ziołowe: **Dermobon krem** oraz mydło ziołowe **Boniderm**. Chorzy na trądzik różowaty często wiążą swoje dolegliwości z pogorszeniem się trawienia, dlatego też z reguły zalecamy im lek ziołowy **Gastrobonisol** 2 x dz. po 1 łyżeczce, który ułatwia trawienie. Takie kompleksowe podejście do problemu trądziku różowatego daje znakomite efekty, o czym przekonaliśmy się niejednokrotnie. Jeżeli uzyskamy już znaczącą poprawę wyglądu skóry sugerujemy dla utrzymania tego efektu, stosowanie zestawu kremów **Perfect System Bell Visage**. Zawiera on w swym składzie **Krem Perfect na noc** z 5% kwasem azelainowym o udokumentowanym działaniu antybakteryjnym, przeciwzapalnym i przeciwstarzeniowym. Krem na dzień zawiera: ekstrakty ziołowe z nagietka, rumianku, fiołka, krwawnika i babki lancetowatej o działaniu łagodzącym podrażnienia i zaczerwienienia. **Krem Perfect na dzień** ma za zadanie rewitalizować skórę po działaniu kremu na noc.

Perfect System
Bell Visage

„W życiu i w pracy wybieram Perfect System Bell Visage."
Angelika

Pielęgnacja skóry trądzikowej i naczynkowej.

Innowacyjny zestaw kremów na dzień i na noc oraz zawarta w kapsułkach, unikalna formuła łącząca w sobie to co najcenniejsze w naturze, zioła, witaminy i minerały.



ZIOŁA OJCA GRZEGORZA

Nerwobonisol

płyn doustny, lek roślinny

Lek Nerwobonisol działa uspokajająco i spełnia kryteria idealnego leku nasennego.

Nerwobonisol pić od 1 do 3 razy dziennie w zależności od nasilenia objawów chorobowych po 2,5 ml leku (na kieliszek wody nalać ok. 1 małej łyżeczki preparatu).

Wskazania: Lek jest stosowany tradycyjnie jako pomocniczy w stanach napięcia nerwowego oraz trudnościach w zasypianiu.

Przeciwwskazania: Nie należy stosować leku u osób uczulonych na którykolwiek ze składników tego leku lub inne rośliny z rodziny astrowatych (Asteraceae, dawniej złożonych Compositae), np. rumianek, arnikę, nagietek, mniszek, karczoch, słonecznik, estragon. Lek zawiera do 70% alkoholu. Zawartość alkoholu należy uwzględnić przed zastosowaniem u osób z grup ryzyka, jak np. pacjentów z chorobą alkoholową, chorobami wątroby lub padaczką. Ze względu na zawartość alkoholu nie zaleca się stosowania u dzieci poniżej 12 roku życia.

PODMIOT ODPOWIEDZIALNY:
Laboratorium Medycyny Naturalnej BONIMED, 34-300 Żywiec, ul. Stawowa 23, tel. 33 861 86 71

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Retinopatia cukrzycowa

Retinopatia cukrzycowa to choroba małych naczyń krwionośnych. Powoduje ją zbyt wysoki poziom glukozy w surowicy krwi.

Retinopatię nasila także:

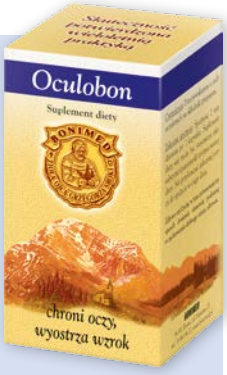
- nieleczone lub źle leczone nadciśnienie tętnicze,
- miażdżyca,
- otyłość.

Początkowo retinopatia jest niezauważalna przez chorego o ile nie dochodzi do zmian w plamce żółtej, czyli miejsca, które jest kluczowe dla procesu widzenia. Gdy plamka jest zajęta chorobą pogarsza się ostrość widzenia. Można to wykryć testem Amslera. Jest on dołączony do suplementu diety **Oculobon**. Jako, że diagnostyka uszkodzenia siatkówki oka nie jest łatwa, chorzy powinni regularnie badać się u okulisty.

Jeżeli retinopatia ulegnie zaostrzeniu dochodzi do tworzenia się nowych naczyń krwionośnych. Mogą one ulec pęknięciu, co powoduje wylew krwi do gałki ocznej.

Rozrastające się naczynia krwionośne mogą być także przyczyną jaskry. Kluczowa dla leczenia retinopatii cukrzycowej jest kontrola lekarska i utrzymanie właściwego poziomu glukozy. Ważnym elementem może okazać się również suplementacja diety. W przypadku cukrzycy zalecamy suplementację **Glukobonisanem** 1-3 x dz. 1 saszetka przed jedzeniem. Zmniejsza on wzrost poziomu glukozy po posiłku. W celu ochrony siatkówki oka zalecamy suplementację diety preparatem **Oculobon** 2 x dz. 1 kaps. oraz **Venobon** 1 x dz. 1 kaps.

Oculobon



Preparat wpływa pozytywnie na stan **siatkówki oka**, dlatego polecany jest do suplementacji w **cukrzycy** i **nadciśnieniu** oraz osobom pracującym przy komputerze. Zawiera ekstrakt z aksamitki bogaty w luteinę i zeaksantynę przez co wpływa ochronnie na **plamkę żółtą** siatkówki oka w przypadku jej zwyrodnienia związanego z wiekiem (**AMD**).

Naturalne sposoby przyspieszające leczenie złamań

Kości mogą ulec złamaniom w zasadzie w każdym miejscu. Jednakże pewne obszary naszego układu kostnego są bardziej narażone na ich wystąpienie. Typowym miejscem, które ulega złamaniu np. w czasie upadku na śliskim podłożu jest okolica nadgarstka. Zrost kostny w tym obszarze występuje już po 4-5 tygodniach. Jednak szyjka kości udowej, która jest często narażona na złamanie, zrasta się w ciągu 2-3 miesięcy. U starszych osób dochodzi również do złamań kompresyjnych trzonów kręgów. Wynikają one z osteoporozy. Czasami możemy zauważyć u seniorów charakterystyczne zaokrąglenie się pleców, to właśnie konsekwencja złamań kompresyjnych trzonów kręgów. Zdarza się, że złamanie trzonów kręgów nie wywołuje żadnych dolegliwości bólowych. Racjonalnie suplementując naszą dietę możemy zmniejszyć prawdopodobieństwo wystąpienia złamań, a nawet przyspieszyć zrost kostny.

W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza **w przypadku złamań oraz w celu ich profilaktyki zalecamy stosowanie połączenia naturalnej witaminy D_3 i naturalnej witaminy K_2 w preparacie D_3+K_2 (MK7) Ojca Grzegorza** 1 x dz. 1 kaps. Drugim środkiem, który używamy w celu redukcji złamań o podłożu osteoporotycznym jest odwar z mieszanki ziołowej **OrganicKrzem** 1 x dz. 2 saszetki gotować 20 minut. Jeżeli dojdzie do złamania, to oprócz 2 wspomnianych już preparatów, zalecamy suplementację preparatem **MumioBon** 2 x dz. po 1 kaps. Zawiera on w swoim składzie wydobywającą się ze skał w wysokich górach środkowej Azji substancję mumio. Obszerne badania kliniczne dowiodły, iż **stosowanie 200 mg mumio na dzień jest w stanie, aż o 2 tygodnie przyspieszyć zrost kostny**.

ADHD – co mogą zioła

W przestrzeni publicznej coraz częściej słyszymy, że dziecko choruje na ADHD. Zaburzenie to polega na tym, że dzieci, ale też osoby dorosłe wykazują wyraźną nadpobudliwość, biegają, krzyczą, zachowują się głośno. Zaobserwowano, iż ten problem zależy także od rodzajów spożywanych przez dziecko posiłków. Dzieci, które spożywają produkty bogate w cukry proste: słodycze, bądź pieczywo cukiernicze, niedługo po jedzeniu stają się nadpobudliwe i są jeszcze bardziej rozkojarzone. Czy można w jakiś sposób zaradzić, aby dzieci mogły uczyć się lepiej i łatwiej skupić uwagę na przyswajaniu wiedzy. Po pierwsze nie należy tych dzieci zaopatrywać w słodkie przekąski, jako drugie śniadanie do szkoły. Można również zastosować preparat ziołowy, który łączy w swoim składzie ekstrakt z owoców guarany i korzenia żeń-szenia. Takim preparatem jest **Activbon**. Jak wynika z badań przeprowadzonych przez uczonych australijskich zestawienie guarany oraz żeń-szenia skutkuje **poprawą szybkości wykonywanych zadań obliczeniowych, testów pamięciowych, poprawia się sprawność umysłowa, orientacja przestrzenna**, szybkość identyfikowania obrazów, używania właściwych słów oraz szybkość dokonywanych wyborów i liczenia. Efekty działań obu ekstraktów rosną z czasem ich stosowania. Więcej informacji na ten temat można przeczytać w książce Profilaktyka zdrowotna i fitoterapia. W naszym Centrum Ziołolecznictwa zalecamy osobom, które chcą usprawnić proces uczenia się preparat Activbon 1-2 x dz. 1 kaps.

Co nam grozi po usunięciu pęcherzyka żółciowego?

Pęcherzyk żółciowy to miejsce, w którym gromadzi się żółć produkowana przez wątrobę. Pęcherzyk jest także swoistym dozownikiem żółci. Rodzajem strzykawki, która wstrzykuje tę substancję w odpowiednim momencie do przewodu pokarmowego. Konsekwencją usunięcia pęcherzyka żółciowego jest m.in. to, że tracimy „dozownik żółci". Żółć bez pęcherzyka spływa do dwunastnicy, ale odbywa się to w dużej mierze w sposób ciągły i nieregulowany. Zatem w sytuacji, kiedy potrzebujemy większej ilości żółci, bo np. trawimy tłuste potrawy, jest jej zbyt mało, a gdy z kolei nie ma takiej potrzeby, bo niczego nie trawimy, albo spożywamy węglowodany, jest jej za dużo. Żółć spływająca bezpośrednio z wątroby do dwunastnicy jest „gorszej jakości", bo nie jest zagęszczona (żółć ulega zagęszczeniu w pęcherzyku, którego brakuje). Brak obecności żółci w procesie trawienia to m.in zaburzenie w trawieniu tłuszczów, a w konsekwencji pogorszenie wchłaniania witamin rozpuszczalnych w tłuszczach: A, D, E i K. **Zatem osoby, które nie posiadają pęcherzyka żółciowego powinny być suplementowane tymi witaminami**. W naszym Centrum Ziołolecznictwa zalecamy naturalne witaminy: **D_3+K_2 (MK7) Ojca Grzegorza** oraz **Witaminę E Ojca Grzegorza** (pełny zestaw tokoferoli i tokotrienoli). Czy możemy usprawnić trawienie, które upośledzone jest na skutek usunięcia pęcherzyka? Zalecanym sposobem jest wypicie przed spożyciem pokarmów zawierających tłuszcze, 1-2 łyżeczek leku **Gastrobonisol** (krople klasztorne Ojca Grzegorza). Taka kuracja usprawnia proces trawienia, a także łagodzi wzdęcia i bóle brzucha często spotykane u osób bez pęcherzyka żółciowego. Gastrobonisol jest uniwersalnym środkiem regulującym proces trawienia, dlatego stosujemy go bardzo często w przypadku zaburzenia tego procesu. **Konsekwencją złego trawienia mogą być zaparcia, nadwaga, a nawet bóle głowy**. We wszystkich tych dolegliwościach leczenie Gastrobonisolem 2-3 x dz. 1 łyżeczka może przynieść dobry efekt. W przypadku zaparć, ale nie tylko dodatkowo, zalecamy zażywać **Regulobon** 2-4 łyżeczki dodać do wody, soku lub jogurtu (należy pamiętać, że leczenie zaparć, które polega na przywróceniu prawidłowego funkcjonowania jelit trwa około 1 miesiąca). Innym powikłaniem, którego może doświadczać pacjent po usunięciu pęcherzyka żółciowego jest cofanie się treści dwunastniczej bogatej w żółć do żołądka, czyli tzw. refluks dwunastniczo-żołądkowy. Powoduje to powstawanie stanu zapalnego w części żołądka zwanej odźwiernikiem. W takich sytuacjach zalecamy suplementację mieszanką ziołową **Gastrobonisan** (2-3 razy dziennie napar z 1 saszetki), która łagodzi stany zapalne żołądka i dwunastnicy. Może być także stosowana u osób narażonych na chorobę wrzodową. **Jest ona standardowo zalecana do suplementacji diety w okresie przedwiośnia i wczesnej jesieni osobom, które zagrożone są wrzodami żołądka i dwunastnicy**.

SANATORIUM USTROŃ
OŚRODEK MAGNOLIA & OŚRODEK TULIPAN

Pobyty sanatoryjne
BEZ SKIEROWANIA
z kuracją ziołową
Ojca Grzegorza Sroki

Ośrodek Magnolia
Ustroń, ul. Szpitalna 15
tel 33 8543690
www.hotel-magnolia.pl

Ośrodek Tulipan
Ustroń, ul. Szpitalna 21
tel 33 8543780
www.hotel-tulipan.pl

www.sanatorium-ustron.pl

Zespół przewlekłego zmęczenia – zmora XXI wieku

Czasami czujemy się zmęczeni, bo zbyt ciężko pracujemy lub zbyt intensywnie się bawimy. Ale czasami zmęczenie pojawiać się może zupełnie bez powodu. Towarzyszy mu z reguły kłopot z zebraniem myśli, zły nastrój, niska wydolność fizyczna. Niejednokrotnie pojawiają się wówczas bóle głowy, wahania nastroju czy bóle stawowo-mięśniowe. Kiedy doświadczamy tego wszystkiego to powinniśmy się zastanowić się nad dwiema jednostkami chorobowymi - jedną z nich jest depresja, drugą - zespół przewlekłego zmęczenia. **W sytuacji nastrojów depresyjnych związanych np. z porą roku korzystne efekty możemy uzyskać po stosowaniu preparatów ziołowych**. W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza suplementujemy wówczas dietę **Depribonem** (1-2 x dz. 1 kaps.)z ekstraktami z dziurawca i korzenia żeń-szenia. Jeżeli dolegliwości utrzymują się niezależnie od pory roku, możemy domniemywać, że **cierpimy na zespół przewlekłego zmęczenia**. Pozytywne wyniki można wtedy osiągnąć stosując suplement diety **Koenzym Q10 Ojca Grzegorza** (1 x dz. 1 kaps.), który odpowiedzialny jest za energetykę ustroju. Dobre efekty uzyskuje się również po ziołach o właściwościach adaptogennych. W Centrum Ziołolecznictwa zalecamy preparat **Vitalbon** (2 x dz. 1 kaps.), który ma w swoim składnie ekstrakt z korzenia tarczycy bajkalskiej. Koenzym Q10 i Vitalbon to standardowy zestaw dla osób, które witają nas zdaniem typu „Panie doktorze, jestem strasznie słaba…”. W większości przypadków połączenie dwóch powyższych preparatów po kilku tygodniach stosowania przynosi dobry skutek. Część osób uskarża się na **zmęczenie prowokowane przez niskie ciśnienie atmosferyczne, czyli tzw. meteopatię**. W tym przypadku zalecamy zażywać suplement diety **Activbon** (3 x dz. 1 kaps.).

System osteoporoza

Mumio-Bon (2 x dz. 1 kaps.)

Sprzyja regeneracji tkanki kostnej

$D_3 + K_2$ (MK7) (1 x dz. 1 kaps.)

Wzmacnia układ kostny

Poprawia odporność i pracę układu krążenia

OrganicKrzem (1 x dz. 2 sasz.)

Wzmacnia chrząstki stawowe i kości

Poprawia wygląd skóry i włosów

ZIOŁA OJCA GRZEGORZA

Immunobon syrop
Suplement diety

Apibon kapsułki doustne
Suplement diety

Skuteczne wspomaganie układu odpornościowego

- Wspierają odporność w zakażeniach
- Łatwiejsze odkrztuszanie
- Działanie przeciwwirusowe, przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze

Immunobon spożywać 2 x dziennie 1 łyżeczkę. Po 7 dniach stosowania zrobić 3 tygodnie przerwy i ponownie zażywać 7 dni.

Apibon spożywać 3 razy dziennie po 1 kapsułce.

Smog zabija!

Dawno, dawno temu w królewskim Krakowie podobno żył i zabijał Smok Wawelski. Od tego czasu wiele się zmieniło i dziś w Krakowie zamiast smoka zabija smog!

Czym jest zatem ten niemityczny, ale realny smog? Jest to zanieczyszczenie powietrza drobinami o średnicy nie większej niż 2,5 micrometra, które **zdaniem Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) uszkadzają nasz układ oddechowy, ale także układ krążenia**. W Polsce narażenie na kontakt ze smogiem jest dość duże i to nie tylko w Krakowie. Niektórzy specjaliści uważają, że oddychanie zanieczyszczonym powietrzem przyczynia się do 48 tys. zgonów rocznie w Polsce. Winne są temu piece węglowe, zwłaszcza starego typu, w których pali się nie węglem sensu stricte, ale miałem węglowym. W wyniku tego spalania do atmosfery uwalniane są: pyły, tlenki węgla, siarki, azotu, ozon oraz benzopireny.

Smog truje wszystkich! Ale największym zagrożeniem jest dla chorych na dolegliwości układu oddechowego i sercowo-naczyniowego. Szczególnie toksyczny jest on dla osób starszych i dla dzieci. Z badań prowadzonych przez naukowców na terenie Krakowa wynika, że w czasie **gdy mamy większe zanieczyszczenie powietrza, aż 2-3 krotnie rośnie ilość zachorowań u dzieci**. Pyły zawarte we wdychanym powietrzu upośledzają funkcję obronną układu oddechowego uspasabiając go do infekcji. Organizm broni się w tej sytuacji zwiększając wydzielanie śluzu, który spływa do oskrzeli i płuc powodując stan zapalny w tym obszarze. Do tego dołączyć się może jeszcze reakcja alergiczna, skutkiem której będzie obkurczenie oskrzeli i napad astmy. Pod wpływem substancji zawartych w smogu może dochodzić do uszkodzenia śródbłonka naczyń krwionośnych, czego konsekwencją jest, np. **zawał mięśnia sercowego lub udar mózgu**. Z doniesień naukowych wynika, że pyły zawarte w smogu **zwiększają**

prawdopodobieństwo wystąpienia zaburzeń rytmu pracy serca. Do wszystkich tych negatywnych skutków smogu dochodzi jeszcze jeden: pyły osiadają na roślinach, np. trawie, którą żywią się zwierzęta. W okresie grzewczym jajka kur z tzw. wolnego wybiegu, czyli „szczęśliwych kur" mają większą zawartość substancji toksycznych, zwłaszcza gdy ktoś spala plastikowe śmieci. Dym z takich śmieci zawiera super toksyczne dioksyny. Jak zatem radzić sobie z konsekwencjami smogu?

Po pierwsze musimy zadziałać na układ oddechowy i stosować zioła o działaniu zwiększającym wydzielanie śluzu i wykrztuśnym, które ułatwią wydalenie z dróg oddechowych pyłów, które tam się dostały. Można do tego zastosować, np. krople wykrztuśne **Pectobonisol** 2-3 x dz. 2 łyżeczki, napar z ziół **Pulmobonisan** 2 x dz. 1 saszetka lub np. syrop ziołowy **Pectobon** 3 x dz. 1 łyżeczka.

Jeżeli pyły wywołują objawy alergii, bądź też napady astmy, wskazane byłoby suplementować dietę preparatem **Alerbon** 2-3 x dz. 2 kaps. zawierającym hermetycznie zamknięty w kapsułce olej z nasion czarnuszki. Przedostające się do krwi składniki smogu upośledzają funkcje układu odpornościowego. Należałoby zatem uzupełnić dietę o **Immunobon** 2-3 x dz. 1 łyżeczka, który wspomaga odporność. Odporność stymuluje również **Apibon** 3 x dz. 1 kaps., w skład którego wchodzą pyłek pszczeli i propolis.

Zioła i produkty pszczele, a zwłaszcza miód i pyłek pszczeli, stanowią dobry sposób na wspomaganie organizmu narażonego na smog. Odtruwają go z toksyn znajdujących się w pyle, m.in. ułatwiają eliminację z organizmu metali ciężkich, takich jak np. ołów. W procesie detoksykacji organizmu ważną role odgrywa stymulacja odtruwającej funkcji wątroby poprzez suplementowanie diety **Hepatobonem** 2-3 x dz. 1 kaps.

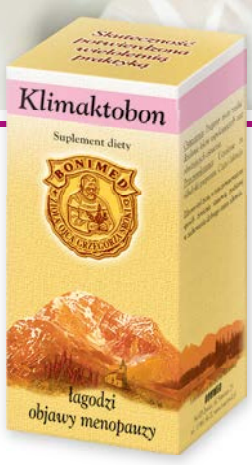
Jako, że smog negatywnie wpływa na zdrowie układu sercowo-naczyniowego zalecamy naszym pacjentom suplementację diety preparatem **Resveratrol - esencja wina w kroplach** oraz kroplami na serce O. Grzegorza.

ZIOŁA OJCA GRZEGORZA

Klimaktobon kapsułki doustne

Suplement diety

Czuj się komfortowo zawsze!



Klimaktobon spożywać 1-2 x dziennie po 1 kapsułce.

Zawiera: ekstrakt z kłącza pluskwicy groniastej oraz sproszkowane szyszki chmielu

Łagodzi objawy klimakterium takie jak:
uderzenia gorąca, zwiększona potliwość i rozdrażnienie.

ZIOŁA OJCA GRZEGORZA

Prostatobon kapsułki doustne

Suplement diety

Zadbaj o to, aby nie musiał ciągle wstawać w nocy!

Prostatobon spożywać 2-3 x dziennie po 1 kapsułce.

Zawiera: ekstrakt z owoców palmy sabal i z korzenia pokrzywy

Wspomaga prawidłowe funkcjonowanie **gruczołu krokowego**. Pomocny jest w utrzymaniu **witalności u mężczyzn**, a także w **łysieniu typu męskiego** (androgennym).

Kamica nerkowa – chorobą naszej cywilizacji

Schorzenie to dotyczy częściej mężczyzn w wieku 20-40 lat, mieszkańców tzw. bogatych państw zachodu. Wynika to z tego, iż ta grupa wiekowa i płeć preferuje w swojej diecie mięso. Choroba często nawraca, prawdopodobieństwo ponownego ataku w ciągu najbliższych 10 lat jest o 50% wyższe, a w ciągu 20 lat aż 75%. Kamień nerkowy zbudowany jest z krystalicznych minerałów powiązanych białkami. W 2/3 kamieni występują sole wapnia, najczęściej jest to szczawian wapnia. Powstawaniu kamieni sprzyjają:

- zagęszczenie moczu wynikające ze zbyt małej ilości przyjmowanych płynów,
- zbyt duża ilość białek w diecie,
- przewlekłe infekcje dróg moczowych,
- nadwaga i otyłość.

Jak zatem radzić sobie z tym problemem? Należy zacząć od zwiększenia ilości spożywanych płynów. Najlepiej, aby były to napary ziołowe, gdyż picie ich nie tylko powoduje zwiększoną podaż płynów, ale także dostarcza do organizmu substancji o działaniu moczopędnym, przeciwbakteryjnym i przeciwzapalnym. Istnieją doniesienia naukowe mówiące o tym, że zwiększenie spożywania naparów i odwarów z ziela skrzypu, liści brzozy, ziela nawłoci, bądź też innych typowych urologicznych ziół sprawia, iż ryzyko kamicy się zmniejsza. Stosując zioła moczopędne należy pamiętać o tym, że najlepiej spożywać je jako mieszanki ziołowe. W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza stosujemy w celu profilaktyki kamicy nerkowej **Nefrobonisan** (1-2 x dz. napar z 1 saszetki). Czasami zastępujemy go odwarem z mieszanki ziołowej **OrganicKrzem** (1 x dz. odwar z 2 saszetek) lub lekiem **Nefrobonisol** (2 x dz. 1 łyżeczka na szklankę wody). Kamienie nerkowe częściej tworzą się u osób, które cierpią na nawracające lub przewlekłe zakażenia dróg moczowych. Dlatego też do moczopędnych i przeciwzapalnych mieszanek wymienionych powyżej, zalecamy dodanie kapsułek ziołowych **Urobon** 1-2 x dz. 2 kapsułki.

Pielęgnacja skóry w trądziku pospolitym

Okres grzewczy jest czasem, w którym to skóra nie wygląda zbyt dobrze. Mają na to wpływ warunki atmosferyczne, jak i suche powietrze z centralnego ogrzewania. Nasilają się wtedy objawy trądziku pospolitego. W trądziku pospolitym, o ile nie jest on szczególnie nasilony, zalecamy pielęgnację skóry z użyciem zestawu kremów **Perfect System Bell Visage**. W jego skład wchodzą 2 kremy. Krem na noc zawiera w swoim składzie kwas azelainowy działający przeciwzapalnie i przeciwbakteryjnie. Krem na dzień to kompozycja substancji ziołowych o działaniu łagodzącym.

W przypadku trądziku pospolitego do mycia twarzy zalecamy używać **Boniderm (Pomada Ojca Grzegorza)**. Sprawdza się ona również w przypadku zmian alergicznych na skórze. Jeżeli trądzik jest nasilony i występują ropne grudki stosuje się 2 rodzaje kremów: **Apibon krem** zawierający ekstrakt z propolisu, olejek melisowy, olejek z drzewka herbacianego lub **Dermobon krem** zawierający ekstrakty z kwiatu nagietka, ekstrakt z kwiatu rumianku, ekstrakt z ziela krwawnika, ekstrakt z ziela fiołka, ekstrakt z liścia babki lancetowatej, destylat oczarowy, olejki: lawendowy, geraniowy, szałwiowy, z drzewka herbacianego. Po uzyskaniu poprawy zalecamy dalszą pielęgnację kremami Perfect System Bell Visage.

Boniderm
POMADA OJCA GRZEGORZA

Złagodzi Twoją alergię skórną i trądzik u Twojego dziecka

Telomer System
Bell Visage

zestaw zawiera 2 kremy oraz kapsułki doustne

Absolutnie innowacyjna formuła:

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

Nowości z linii Telomer System Bell Visage

- Balsam do ciała
- Krem pod oczy
- Krem do rąk
- Serum do szyi i dekoltu

Już czas, żebyś cofnęła czas

SKÓRA MŁODSZA O 10 LAT
W CIĄGU DWÓCH MIESIĘCY

Skuteczne odchudzanie
z Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza

System *fit*

Adipobon mono

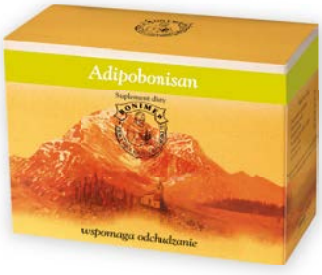
Przyspiesza spalanie tkanki tłuszczowej

Regulobon

Przyspiesza pracę jelit a przez to zmniejsza wchłanianie

Chitobon

Pęcznieje w żołądku i przez to zmniejsza ilość spożywanych pokarmów



Adipobonisan

Zmniejsza apetyt i zwalnia wchłanialność węglowodanów

Podstępny rak jajnika

Rak jajnika to nowotwór, który niezwykle trudno jest wykryć i często diagnozuje się go, gdy daje już przerzuty. Dotyka on kobiet w każdym wieku, ale częściej pojawia się między 40 a 70 rokiem życia, zwłaszcza u Pań, które nie rodziły. Diagnostyka tego raka polega na badaniach zarówno obrazowych, takich jak USG, jak i na badaniach genetycznych. Chodzi w nich o wykrycie zmutowanego genu BRCA 1 lub BRCA 2. Te zmutowane geny miała m.in. znana gwiazda filmowa Angelina Jolie. Skłoniło ją to do usunięcia jajników z jajowodami, a potem nawet piersi. Postępowanie to podyktowane było tym, iż ryzyko raka w takich sytuacjach zmniejsza się nawet o 80%. **Rak jajnika jest przykładem nowotworu, który może pozostać niewykryty mimo regularnych badań**. Taka sytuacja skłania do profilaktyki przeciwnowotworowej. Nie chodzi tu tylko o unikanie palenia czy nadmiernej ekspozycji na promieniowanie słoneczne, ale także o właściwą suplementację diety. **Z doniesień naukowych wynika, iż stosowanie niektórych roślin może zmniejszyć prawdopodobieństwo choroby nowotworowej**. Przykładem tego są owoce jagodowe, selen, skórki winogron, nasiona czarnuszki siewnej czy czarna huba. W Centrum Ziołolecznictwa wykorzystujemy tą wiedzę i zalecamy suplementować dietę preparatem **Bofonginn kompleks**, który zawiera m.in. czarną hubę i ekstrakt z borowików bogaty w selen oraz preparatem **Vitalbon**, w którego skład wchodzą ekstrakt z tarczycy bajkalskiej i owoce jagody bogate w antyoksydanty. Sugerujemy również zażywanie kropli podjęzykowych ze skórek winogron **Resveratrol - Esencja wina w kroplach**, a także preparatu **Alerbon**, który zawiera olej z czarnuszki siewnej. Oczywiście takie postępowanie nie zwalnia nas z obowiązku systematycznych badań i stosowania się do zaleceń lekarskich w przypadku choroby nowotworowej.

Masz kłopot z kondycją włosów – może to wina chleba?

Twierdzenie, że jedzenie chleba ma wpływ na włosy wydaje się być niedorzeczne. Jest jednak prawdą, że produkty na bazie zbóż, m.in. chleb mogą negatywnie wpływać na nasze włosy. W chlebie znajduje się związek chemiczny o nazwie kwas fitynowy, który ma własności „wyłapywania" z pokarmów mikro i makroelementów, m.in. żelaza i wapnia. Braki tych i innych składników pokarmowych mogą skutkować pogorszeniem wyglądu skóry i włosów.

Po drugie produkty zbożowe zawierają w swoim składzie naturalne substancje, które zaburzają trawienie białek (inhibitory trypsyny). Trawienie białek zaburzone jest także u osób przewlekle zażywających leki hamujące wydzielanie kwasu solnego w żołądku. Ma to miejsce przy leczeniu zgagi wywołanej refluksem żołądkowo-przełykowym. W przypadku refluksu polecamy sposób łagodzenia dolegliwości opracowany przez Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza, o którym można przeczytać na stronie www.bonimed.pl.

Źle strawione białka skutkują wzdęciami, zaparciami, co też ma negatywny wpływ na wygląd skóry i włosów.

Jak zatem radzić sobie z tymi problemami?

- Substancje hamujące prawidłowe trawienie są neutralizowane przez proces gotowania, zatem jak zapragniemy zjeść płatki owsiane, pamiętajmy, aby je zagotować a nie tylko dosypać do jogurtu.
- Aby zneutralizować działanie kwasu fitynowego, możemy nasz organizm suplementować minerałami. Polecamy w tym celu preparat witaminowo-mineralny ze skrzypem i pokrzywą - **Dermobon** 2 x dz. 1 kaps. lub jeść chleb na naturalnym zakwasie.
- Jeżeli konsekwencją spożywania produktów zbożowych jest uczucie wzdęcia to warto zastosować któryś ze stymulujących trawienie produktów ziołowych, np. krople **Gastrobonisol** - 1 łyżeczka przed lub po posiłku, kapsułki **Hepatobon** 2 x dz. 1 kaps. lub **Gastrobon** 2 x dz. 1 kaps.

Na wzdęcia, bóle brzucha, ale także objawy alergii pokarmowej znakomicie działa picie naparu suplementu diety **Bobonisan** 2 x dz. 1 saszetka.

ZIOŁA OJCA GRZEGORZA

Lipobon kapsułki doustne
Suplement diety

Koenzym Q10
Suplement diety
witaminy Ojca Grzegorza

Masz problem z cholesterolem?

Ze względu na zawartość liścia karczocha **Lipobon** wspomaga utrzymanie prawidłowego poziom cholesterolu w surowicy krwi, a także prawidłowe trawienie oraz funkcjonowanie wątroby i dróg żółciowych.

Koenzym Q10 Ojca Grzegorza wspomaga utrzymanie prawidłowego ciśnienia krwi oraz wykazuje działanie antyoksydacyjne i chroni przed utlenianiem lipidów.

Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza odpowiada na pytania pacjentów

Od wielu lat cierpię na zgagę. Czasami nie potrafię ubrać butów bez uczucia pieczenia, które dochodzi aż do gardła. Lekarze faszerują mnie lekami, które działają jak je zażywam, a jak zapomnę to od razu mam nawrót. Jak zaczęłam je przyjmować pojawiły się wzdęcia i przytyłam parę kilogramów. Czytałam w Internecie, że to może być ich działanie uboczne. Czy zioła mogą mi pomóc?

Leki na zgagę najczęściej zmniejszają kwasowość żołądkową, a co za tym idzie pogarszają trawienie, zwłaszcza białek. Proszę stosować na początku napar z **Gastrobonisanu** 2-3 x dziennie 1 saszetka. W przeciągu 2-3 tygodni stan powinien ulec poprawie, wtedy dołączamy lek **Gastrobonisol** 2-3 x dz. 1 łyżeczka przed jedzeniem. Szczegóły postępowania w artykule „Co nam grozi po usunięciu pęcherzyka żółciowego?"

Choruję na reumatoidalne zapalenie stawów RZS. Stosuję na stałe lek Metex. Czy mogę wspomóc się ziołami?

W Pani przypadku standardowo zalecamy suplementację diety preparatem **Peobon** 2 x dz. 2 kaps., który zawiera ekstrakt z korzenia piwonii białej. Jak wynika z badań naukowych znakomicie wspomaga on leczenie chorób reumatoidalnych i można go łączyć z lekiem Metex. Suplementację Peobonem można stosować również w innych schorzeniach autoimmunologicznych jak: toczeń, łuszczyca oraz choroba Hashimoto.

Cierpię na zawroty głowy. Czasami wydaje mi się, że jestem pijana, zwłaszcza gdy muszę szybko wstać z pozycji leżącej. Mam też czasami goniące przed oczami punkciki i szumy uszne. Słyszałam, że przyczyną może być kręgosłup. Czy są zioła na to schorzenie?

W naszym Centrum Ziołolecznictwa najważniejszym elementem terapii zawrotów głowy jest terapia manualna kręgosłupa szyjnego. Jednakże u osób starszych czasami przyczyną zawrotów głowy, szumów usznych i zaburzeń widzenia jest pogorszenie ukrwienia w obrębie mózgu i ucha wewnętrznego. Dlatego zalecamy w takich przypadkach suplementację diety preparatem **Memobon** 1-2 x dziennie 1 kaps., efekty pojawiają się po 1-2 miesiącach stosowania.

Vernikabon

Bezpieczne i naturalne wsparcie
w walce z pasożytami jelitowymi dla całej rodziny.

verni.pl

Spożywać 2 x dziennie po 2 łyżeczki.
Dzieci poniżej 7 roku życia: 2 x dziennie 1 łyżeczka.

VERNIKABON dietetyczny środek spożywczy specjalnego przeznaczenia medycznego. Do postępowania dietetycznego w zakażeniu pasożytami jelitowymi. WAŻNA INFORMACJA: produkt należy przyjmować pod nadzorem lekarza.

Suplementacja diety według Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza

UKŁAD KRĄŻENIA	Wzmacnia serce, reguluje ciśnienie	Cardiobonisol (2-3 x dz.) + Cardiobon (1 x dz.) + Resveratrol
	Wspomaga żyły, zapobiega pajączkom naczyniowym	Venobon (1-2 x dz.) + Venobon krem
	Niskie ciśnienie, zespół przewlekłego zmęczenia	Activbon + Vitalbon + Koenzym Q10 O. Grzegorza
	Na cholesterol	Lipobon + Koenzym Q10 + Resveratrol krople
UKŁAD POKARMOWY	Kamica żółciowa, niestrawność	Gastrobonisol pomocniczo: Gastrobon lub Hepatobon
	Zgaga, refluks, zatrucia pokarmowe	Gastrobonisan + Gastrobonisol (1-3 x dz.), pomocniczo: Gastrobon
	Wrzody żołądka i dwunastnicy	Gastrobonisan pomocniczo: Apibon
	Zaparcia i wzdęcia	Regulobon (2-3 łyż. 1 x dz.) + Gastrobonisol (1-3 x dz.)
	Bóle brzucha, jelito drażliwe	Gastrobonisol pomocniczo: Depribon lub Nerwobonisol
	Nadwaga	Adipobonisan + Chitobon + Adipobon mono + Regulobon
	Pasożyty jelitowe	Vernikabon + Alerbon
	Alergia pokarmowa	Bobonisan + Alerbon
	Na wątrobę i trzustkę	Hepatobon + Apibon (1-3 x dz.)
	Bóle głowy związane z przewodem pokarmowym	Gastrobonisol (2 x dz. 1 łyżeczka - okres terapii 5-6 tygodni)
UKŁAD ODDECHOWY	Przeziębienie, kaszel	Pectobonisol + Pulmobonisan
	Astma oskrzelowa	Pectobonisol + Alerbon
	Katar, zapalenie zatok	Pectobonisol (rozrzedzenie wydzieliny) Apibon + Immunobon na odporność
	Katar sienny	Alerbon (3 x dz.)
	Pielęgnacja w opryszczce	Anginbon lub Apibon krem (co 1 godz. do ustąpienia dolegliwości)
	Na gardło i chrypkę	Anginbon (3-5 x dz.) + Pectobonisol
	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 + Vit. C
	Dla zdrowia prostaty	Prostatobon + Apibon
	Poprawa witalności	Vitalbon + Memobon + MumioBon

UKŁAD NERWOWY	Stres, trudności z zasypianiem	Nerwobonisol lub Nerwobonisan (2-3 x dz.) + Nerwobon lub Sedabon (1-2 x dz.)
	Nastroje depresyjne	Depribon (1-2 x dz.)
	Na pamięć, koncentrację, prawidłowy słuch i równowagę	Memobon (1-2 x dz.) + Cardiobonisol (1-2 x dz.) + Resveratrol krople (2 x dz. po 8 kropli)
STAWY	Na stawy i kręgosłup	Balsam kręgowy lub Reumobonisol + Artrobon (2 x dz.)
	Osteoporoza, złamania	OrganicKrzem + MumioBon + D_3+K_2 (MK7) O. Grzegorza
	RZS, ZZSK, Toczeń	Peobon (2 x dz. 2 kaps.) + Artrobon (2 x dz.) + D_3+K_2 (MK7)
SKÓRA	Wzmacnia włosy i paznokcie, ujędrnia skórę	Dermobon i OrganicKrzem + Vitalbon + Witamina E Ojca Grzegorza
	Łysienie plackowate	Peobon (2 x dz. 2 kaps.) + Dermobon (2 x dz.)
	Skóra z oznakami starzenia	Telomer System Bell Visage lub Vitalbon
	Cellulit	Adipobon mono + Vitalbon
	Trądzik pospolity	Boniderm + Apibon krem (1-2 x dz.)
	Trądzik różowaty, skóra naczynkowa	Perfect System Bell Visage
	Pękanie pięt	Mumio krem + Olej arganowy Bell Visage
	Pielęgnacja skóry w alergii	Boniderm + Dermobon krem, doustnie - Alerbon
	Łuszczyca	zewnętrznie - Boniderm doustnie - Gastrobonisol + Peobon + Nefrobonisol + Bofonginn
	Pielęgnacja skóry w grzybicy	Apibon krem + Boniderm doustnie - Apibon + Immunobon
INNE DOLEGLIWOŚCI	Cukrzyca	Glukobonisan + Memobon
	Ochrona oka w cukrzycy, nadciśnieniu tętniczym, jaskrze. Zaćma i AMD	Oculobon (1-2 x dz.) + Venobon (1-2 x dz.) + Resveratrol krople
	Klimakterium	Klimaktobon (2 x dz.) + Krwawnik O. Grzegorza
	Odtruwanie (alkohol, papierosy, spaliny, leki, chemia)	Nefrobonisol + Hepatobon + Vitalbon + Czystek w kroplach + Resveratrol krople
	Nowotwory - pomocniczo wraz z zalecanym leczeniem!	Nefrobonisol + Hepatobon ponadto: Apibon, Vitalbon, Alerbon, Bofonginn kompleks + Resveratrol krople
	Choroba Hashimoto	Peobon (2 x dz. 2 kaps.)

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

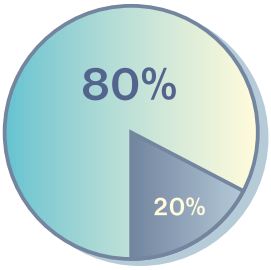
Suplement diety

Z OLEJEM Z CZARNUSZKI DO SUPLEMENTACJI W ALERGII

- Siła działania nasion czarnuszki siewnej jest podobna do leku cetyryzyna, ale w odróżnieniu od niego nie wywołuje senności [1]
- Bezpieczeństwo stosowania zbadano m.in. u dzieci z alergią [2]

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 skórnych [3]



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. Bylka, Nigella sativa L. – związki czynne, aktywność biologiczna ,„Herba Polonica", 2009, vol. 55, nr 1