



# LECZENIE NASIONAMI W MEDYCYNIE CHIŃSKIEJ

(podsumowanie lekcji)

*kurs „Podstawy medycyny chińskiej – teoria i leczenie”*

*Szkoła Medycyny Naturalnej*

Marta Pyrchala-Zarzycka

**ASTRO SALUS EDUCATION LTD**

## ZBOŻA, KASZE I RÓŻNE NASIONA

### **BRAZOWY RYŻ**

**W:** niestrawność, biegunka – w tym z krwią w kale, brak apetytu, problemy trawienne, trudności w oddawaniu moczu, zwracanie pokarmu przez niemowlę, mdłości, wymioty i skłonność do gniewu wywołana „upałem lata”

**M L: Problemy z trawieniem i brak apetytu:** upiecz ryż i dodaj do niego nieco kardamonu, kopru i skórki z pomarańczy

### **PROSO, kasza jaglana**

**W:** biegunka, mdłości i wymioty (w tym ciążowe), cukrzyca i trudności w oddawaniu moczu

**M L:**

1. **Cukrzyca:** gotuj na parze proso z kilkoma daktylami i z batatem i zjadaj
2. **Wymioty i mdłości – w tym ciążowe:** jedz codziennie kleik z prosa/kaszy jaglanej

### **OWIES**

**W:** obrzęki, stan zapalny wątroby, uczucie pełności w żołądku, niestrawność, słaby pęcherz po porodzie, nadmierne wydzielanie mleka, obstrukcja i czerwotka

**M L: Zapalenie wątroby:** upiecz kielki owsa aż do przypalenia i jedz je 3 razy dziennie ze skórką pomarańczową

### **KASZA PERŁOWA**

**W:** niestrawność, trądzik, obrzęki, nałóg picia kawy, żółtaczka, biegunka, uszkodzenia skóry, ropnie i nowotwory

**M L: Obrzęki:** gotuj kaszę perłową i jedz zupę z niej

## PSZENICA

**W:** nadmierna potliwość, uczucie niepokoju, drażliwość i skłonność do gniewu, obrzęki, biegunka, stany zapalne, bezsenność, problemy związane z menopauzą, trudności w oddawaniu moczu oraz suchość w ustach i gardle, choroby serca i problemy z potencją

**M L:** **Obrzęki i trudności w oddawaniu moczu:** pij odwar przygotowany z pszenicy i kaszy perłowej

## ŻYTO

**D:** suszy wilgoć i zwiększa ilość wydzielania moczu

**W:** migrena i krwawienie po porodzie

## JĘCZMIEN

**D:** wzmacnia chi, krew i yin, uspokaja yang, smaruje suchość, oczyszcza gorąco i harmonizuje żołądek

**W:** niestrawność, biegunka, trudność w oddawaniu moczu i obrzęki

## SŁONECZNIK (nasiona)

**W:** czerwotka (w tym z krwią), nadciśnienie, bóle i zawroty głowy, ogień w wątrobie i robaki jelitowe

**M L:**

1. **Bóle i zawroty głowy:** do zmielonych nasion słonecznika dodaj trochę miodu. Tak powstałą miksturę wymieszaj z ciepłą wodą i pij przed snem
2. **Nadciśnienie:** jedz ziarno słonecznika i pij sok z selera

## NASIONA CZARNUSZKI

**D:** wzmacnia yang, łagodzi yin, wzmacnia i reguluje chi, usuwa zastój krwi i zimno, harmonizuje energię żołądka i ogrzewa nerki

**W:** lumbago, wymioty, ból żołądka i przepuklina

**P:** niedobór yin z wybuchami ognia

## WARZYWA STRĄCZKOWE

### GROCH

**W:** obrzęki, niestrawność, cholera, spazmy, czyraki i zaparcie

**M L:** **Obrzęki:** upiecz groch i go sproszkuj. Wymieszaj z wodą i wypijaj

## SOJA

**W:** wrzody żołądka i na ustach, opuchlizna dziąseł, zaparcie, biegunka, gorąco w płucach i żołądka, sucha skóra, choroby z gorąca, niedożywienie dzieci, obrzmienie brzucha, wychudzenie, wysypka i krwawienia spowodowane urazami mechanicznymi

**M L: Zaparcie:** pij odwar z soi 3-4 razy dziennie

## OLEJ SOJOWY

**D:** wzmacnia yang i krew, wzmacnia i reguluje chi, usuwa zastój krwi, robaki i zimno, smaruje jelita

**W:** zaparcie i obstrukcja jelit

## FASOLA MUNG

**D:** wzmacnia chi i krew, łagodzi yang, harmonizuje yin, czyści gorąco, odtruwa i stanowi ochronę przed gorącym lata

**W:** zatrucie ołowiem, stany zapalne, obrzęki, czyraczność, cukrzyca, ból przy oddawaniu moczu i biegunka

## LEGENDA:

W: wskazania, P: przeciwwskazania, ML: chińska medycyna ludowa, D: działanie

*W kursie tym zapoznasz się z teorią i praktyką leczenia w medycynie chińskiej. Dowiedz się, jak leczyć ziołami, ćwiczeniami, masażem i jedzeniem w medycynie chińskiej.*

*W części związanej z **leczeniem jedzeniem** dowiesz się, jaką energię ma dany produkt, jak działa, jakie są wskazania i przeciwwskazania do jego stosowania i jak leczyć nim w praktyce. Zapraszamy.*

### **Marta Pyrchała-Zarzycka**

Astro Salus Education Ltd

*Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju*

[kursy@astrosalus.pl](mailto:kursy@astrosalus.pl)

### **STRONY INTERNETOWE**

[www.astrosalus.pl](http://www.astrosalus.pl)

[www.astrosalus.com](http://www.astrosalus.com)

<http://kosmetyka-fitness.pl>

[www.magia-zycia.com.pl](http://www.magia-zycia.com.pl)

[www.sukces-biznes.pl](http://www.sukces-biznes.pl)

[www.edukacja-domowa.pl](http://www.edukacja-domowa.pl)

### **BLOGI**

<http://astrosalus.pl/medycyna-naturalna/>

<http://astrosalus.pl/reiki/>

<http://kosmetyka-fitness.pl/ona/>

<http://magia-zycia.com.pl/duchowosc/>

<http://sukces-biznes.pl/sukces/>

[www.edukacja-domowa.pl/rozwoj-dzieci](http://www.edukacja-domowa.pl/rozwoj-dzieci)