



LECZENIE OWOCAMI I WARZYWAMI W MEDYCYNIE CHIŃSKIEJ

(podsumowanie lekcji)

kurs „Podstawy medycyny chińskiej – teoria i leczenie”

Szkoła Medycyny Naturalnej

Marta Pyrchała-Zarzycka

ASTRO SALUS EDUCATION LTD

WARZYWA

LUCERNA

W: Obrzęki, kamienie moczowe, zaparcia i uszkodzenia mechaniczne skóry

M L: Zatwardzenie: gotuj herbatę z lucerny i pij ją 3 razy dziennie

SZPARAGI

W: stwardnienie tętnic, nowotwory, wysoki poziom cholesterolu we krwi, nadciśnienie, zaparcie, płucie krwią, gruźlica, zapalenie oskrzeli i cukrzyca

P: zimny kaszel i zimna biegunka

M L: Nowotwór piersi: ugotuj szparagi wraz z korzeniem mniszka. Tak powstały płyn pij oraz wykorzystuj do okładów na chore miejsce

BURAK

W: zatrucie wątroby związane ze stosowaniem leków, zatwardzenie, osłabienie mięśnia sercowego, opryszczka, drażliwość, nerwowość i niepokój, brak miesiączki, czyrak, wysypka spowodowana odrą i czerwotka

P: kamienie nerkowe

M L: Opryszczka: przez kilka dni zjadaj jedynie surową warzywną i pij herbatę z naci buraka

BROKUŁ

W: słaby wzrok, trudności w oddawaniu moczu, zapalenie spojówek, drażliwość

M L: Stan zapalny spojówek: pij herbatę wykonaną z marchwi i brokuła.

OGÓREK

W: epilepsja, różne stany zapalne, pragnienie, choroby gardła, depresja, obrzęki, opuchlizna pod oczami, uszkodzenia mechaniczne oczu i zapalenie spojówek i żółtaczka

M L: Obrzęki i żółtaczka: zaparżaj herbatę z suszonej skórki ogórka

RZODKIEWKA

W: nadmiar śluzu, zatrucie alkoholem, owrzodzenie gardła, ból przy oddawaniu moczu, suchy kaszel, kaszel z krwią i kaszel z żółtą płwociną, bronchit, niestrawność, obrzmienie brzucha, chrypka, cukrzyca, krwioplucie, ból głowy w części potylicznej, krwawienie z nosa, stan zapalny pochwy spowodowany rzęsistkiem i różne stany zapalne, w szczególności skóry

M L: Bronchit i wrzody na gardle: pij 3 razy dziennie szklanekę soku z rzodkiewki z dwiema kroplami soku ze świeżego imbiru

PIETRUSZKA

W: odra, niestrawność, uczucie przepełnienia w żołądku, zatrucie wywołane spożyciem nieświeżych produktów mięsnych lub owoców morza, zatrzymanie pokarmu i wrzody na piersiach

M L: Niestrawność, zatrzymanie pokarmu i uczucie pełności w żołądku: pij herbatę z

PASTERNAK

W: przeziębienie i artretyzm, bóle głowy i mięśni, zawroty głowy i tężec

M L: Przeziębienie: pij herbatę z pasternaka i imbiru

SZPINAK

W: cukrzyca, zaparcie, zatrucie alkoholem, kurza ślepotą, uczucie pragnienia, zbyt słabe wydzielanie moczu i trudność w jego oddawaniu, bóle głowy, przeziębienie, kaszel, krew w kale, szkorbut, słaba perystaltyka jelit i ostre zapalenie spojówek

P: nasieniotoek

M L: Bóle głowy, zaparcia i zbyt słabe wydzielanie moczu: jedz zupę ze szpinaku

CUKINIA

W: trudności w oddawaniu moczu spowodowane zbyt małą jego ilością, uszkodzenia skóry, obrzęki, „upał lata”, drażliwość, uczucie pragnienia, stany zapalne i żółtaczka

M L: Obrzęki: pij herbatę ze skórki cukinii lub jedz gotowaną cukinię na pusty żołądek

RZEPA

W: grzybica skóry, łysienie dzieci, czyraki, stan gruczołu sutkowego, obrzęki, niestrawność, żółtaczką, wrzody oraz cukrzyca

P: nadmierna konsumpcja rzepy może prowadzić do obrzęków

M L: **Łysienie dzieci:** przykładaj zwęgloną i zmieszaną z olejem sezamowym rzepę do zaatakowanych łysiną miejsc

OWOCE

JABŁKA

W: zaparcie, biegunka (w tym chroniczna), uczucie suchości w gardle, kaszel, nadciśnienie, zanieczyszczenie organizmu i niestrawność

M L: **Nadciśnienie:** zjadaj 3 jabłka dziennie

LICZI / LITCHI

D: usuwa zastój krwi i zimno, wspiera wytwarzanie płynów w organizmie, łagodzi yin, reguluje, harmonizuje i wspiera chi, wzmacnia yang i działa przeciwbólowo

W: ból żołądka i zębów, gruźlica węzłów chłonnych, biegunka u osób starszych, nadmierne pragnienie oraz czerwotka

P: wewnętrzne gorąco i niedomagania yin

PAPAJA

D: wzmacnia chi i krew, osusza wilgoć i działa napotnie

W: trudność w oddawaniu moczu, reumatyzm, czerwotka, choroby zębów i słaba perystaltyka jelit

MANDARYNKA

D: reguluje i wzmacnia chi, smaruje płuca, łagodzi yang, poprawia apetyt, wzmacnia krew, oczyszcza gorąco i gasi pragnienie

W: wymioty, cukrzyca i czkawka

P: kaszel i śluz spowodowany zimnym wiatrem

CZEREŚNIA

W: nadmierne pragnienie, odra, biegunka, przedwczesny wytrysk, czerwotka, stany zapalne, ból związany z przepukliną, powiększona tarczycyca i wole

M L: **Stan zapalny skóry:** przykładaj rozgniecione i pozbawione skórki czereśnie do skóry

ORZECH KOKOSOWY - ogólnie

W: osłabienie i wyczerpanie, robaki układu pokarmowego lub insekty na skórze, krwawienie z nosa oraz obrzęki wywołane osłabieniem mięśnia sercowego

M L: Obrzęki spowodowane osłabieniem serca: pij codziennie dużo mleczka kokosowego

GREJPFROT - owoc

W: uczucie pełności w żołądku, problemy z trawieniem, słaby apetyt, zatrucie alkoholem, wzdęcie, żółtaczka, suchy kaszel i kaszel chroniczny

M L: Suchy kaszel: ugotuj grejpfrut z kapustą i wieprzowiną i jedz tak przyrządzoną zupę

MANGO

W: powiększona prostata, problemy trawienne, uczucie pragnienia, choroby płuc i kaszel

P: niestrawność, przeziębienie, czas rekonwalescencji. Nadmiar może wywołać wysypkę skórą

M L: Problemy trawienne i niestrawność: pij sok z mango

MORWA

W: cukrzyca, skłonność do gniewu, anemia, uczucie suchości w ustach, zaparcie, powiększenie węzłów limfatycznych, zatrucie alkoholem, ból pleców, szumy uszne, problemy z poruszaniem kończynami w stawach, zmęczone widzenie, bezsenność i problemy z zasypianiem

M L: Bezsenność i kłopoty z zasypianiem: ugotuj morwę i wypij pół szklanki odwaru przed snem

BRZOSKWINIA

W: cukrzyca, stan zapalny pochwy, robaki jelitowe, suchy kaszel, słabe krążenie krwi

P: nie należy stosować brzoskwini w przypadku chorób z zimna i wilgoci

M L: Suchy kaszel: jedz brzoskwinię kilka razy dziennie

POMIDOR

W: chrypka, suchy kaszel, owrzodzenie gardła, nadciśnienie, krwawienie z oczu, zastój pokarmu, niestrawność, odwodnienie, zaczerwienienie oczu, gorąco w wątrobie, choroby nerek, brak apetytu i nadmierne pragnienie

M L: Choroby nerek: jedz minimum 1 pomidor dziennie

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 też na inne kursy, w tym kurs leczenia jedzeniem i ziołolecznictwa.

Marta Pyrczała-Zarzycka

Astro Salus Education Ltd

Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

kursy@astrosalus.pl

STRONY INTERNETOWE

www.astrosalus.pl

www.astrosalus.com

<http://kosmetyka-fitness.pl>

www.magia-zycia.com.pl

www.sukces-biznes.pl

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