

## STŁUSZCZENIE WĄTROBY

Najczęściej kojarzone jest z nadmiernym spożyciem i nadużywaniem alkoholu pod różnymi postaciami. Diagnostykę je lekarz zazwyczaj ordynuje natychmiastowe zaprzestanie spożywania napoi zawierających jakiegokolwiek, nawet najmniejsze, procenty alkoholu w swym składzie. Jednak coraz częściej zdarza się tak, że schorzenie to występuje u ludzi którzy nie piją, lub sporadycznie, spożywają alkohol. Taka diagnoza jest dla nich wielkim zaskoczeniem, gdyż nie odczuwali dotąd ze strony wątroby poważniejszych dolegliwości, a chwilowy dyskomfort brzuszny tłumaczyli sobie zjedzeniem smażonych potraw lub objęciem. Przyjrzyjmy się zatem co to jest to stłuszczenie wątroby i jak sobie z nim radzić środkami naturalnymi.

Stłuszczenie wątroby powstaje wskutek odkładania i gromadzenia się drobnych kropelek tłuszczu w komórkach wątrobowych tzw. hepatocytach, stłuszczone wątroba może powiększać swoją masę i objętość, nie dając z początku żadnych objawów. Nie leczone stłuszczenie może prowadzić do zapalenia wątroby, włóknienia, a w przypadku stłuszczenia alkoholowego i dalszego nadużywania alkoholu do marskości, a później do choroby nowotworowej.

**Przyczyny powstawania:** do głównych przyczyn powstawania stłuszczenia wątroby należy - nadmierna otyłość i duża nadwaga, cukrzyca t.2, nadużywanie alkoholu oraz zbyt duże ilości zażywanych leków, także nadmierne odchudzanie, przewlekłe choroby jelitowe, współistniejące wirusowe zapalenie wątroby, predyspozycje genetyczne, praca przy odczynnikach chemicznych i w ich otoczeniu.

**Objawy:** mogą być podobne jak przy innych schorzeniach wątroby - złe samopoczucie, czasem zmiany skórne i swędzenie skóry, zaburzenie snu, pobolewanie lub kłucie w prawym podżebrzu, obniżona sprawność fizyczna i psychiczna, uczucie ciągłego zmęczenia, wzdęcia i niestrawności.

**Leczenie :** Leki i specyfiki roślinne bardzo dobrze sobie radzą z tą chorobą, **jednak podstawowym warunkiem jest przeciwdziałanie przyczyną otłuszczenia opisanych powyżej.** Schorzenie to jest odwracalne, jednak zaniedbania powodujące powtarzanie się stłuszczenia mogą prowadzić do powstania hepatopatii czyli stłuszczeniowego zapalenia wątroby. U osób ciągle nadużywających alkohol stłuszczenie przechodzi w marskość i w konsekwencji prowadzi do zgonu, proces ten może przebiegać bezboleśnie a śmierć może przyjść nagle.

*Rośliny Pomocne w Leczeniu Stłuszczenia Wątroby* - ziele dziurawca- kwiat kocanki piaskowej- ziele bylicy bożego drzewka- ziele bylicy pospolitej- kwiat rumianku- liście karczocha- owoc ostropestu plamistego- korzeń mniszka- kłącze ostryżu- ziele lebiodki- ziele pięciornika gęsiego- ziele piołunu- korzeń cykorii- kwiat nagietka- liść berberysu- ziele dymnicy- ziele rdestu ptasiego- liść ruty- ziele rzepiku- kłącze perzu- liść mięty- liść pokrzywy- ziele szanty- kora kruszyny- świeży korzeń rzodkwi czarnej- ziele glistnika- owoc jałowca

Z suszonych lub świeżych roślin możemy robić: *napary* - *nalewki* - *wina* - *odwary* - *soki* - *syropy* - *intrakty* - *ekstrakty*

Np. *Odwar z owoców ostropestu plamistego* - 1 łyżeczkę mielonych owoców ostropestu zalać jedną szklanką ciepłej wody, mieszając doprowadzić do wrzenia i ciągnąć na małym ogniu kilka minut (od 3 do 7) pić dwa razy dziennie po ½ szklanki

*Nalewka z liści karczocha* - 100 gram wysuszonych liści zalać 200 ml wódki zbożowej, lub innej czystej 40% wódki i odstawić na co najmniej dwa tygodnie od czasu do czasu wstrząsając, przesączycy przez bibułę do czystej buteleczki, pić 20 – 40 kropli na ¼ szklanki wody 3 razy dziennie przed posiłkami

*Sok ze świeżej rzodkwi* - świeżą rzodkiew obrać umyć i pokroić na drobne kawałki, przekręcić przez maszynkę do mięsa a następnie wycisnąć, można również skorzystać z sokowirówki, do około 2 szklanek soku dodać ½ lub 1/3 szklanki miodu lub cukru, mieszać aż do całkowitego rozpuszczenia, odłożyć do lodówki na kilka dni. Można postępować również tak jak z cebulą, rzodkiew drobniutko pokroić włożyć do słoja i przesypać cukrem, odstawić w temperaturze pokojowej na kilka dni. Otrzymanym sokiem możemy przeprowadzić następującą kurację – przez pierwszy tydzień pić trzy razy dziennie po jednej łyżce soku, w drugim tygodniu pić trzy razy dziennie po dwie łyżki soku, następnie dawkę zmniejszamy – trzeci tydzień pić trzy razy dziennie po 1 i 1/2 łyżki soku, w czwartym tygodniu pić trzy razy dziennie po jednej łyżce soku.

*Napar z kwiatów nagietka* - do szklanki wsypać 1 łyżkę kwiatów nagietka, zalać wrzątkiem, przykryć i odstawić co najmniej na ½ godziny, przecedzić i pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami. Tak samo można przygotowywać napar z kwiatów kocanki piaskowej.

*Wino z liści karczocha* - 100g świeżych rozdrobnionych liści karczocha zalać 1 litrem dobrego białego wytrawnego wina, odstawić na 14 dni od czasu do czasu wstrząsając, po tym terminie przecedzić, pozostałość można wycisnąć przez czystą szmatkę, pić trzy razy dziennie po małym kieliszeczku 0,25g przed posiłkami.

Podobnie można postępować w przypadku innych roślin leczniczych, intrakty i ekstrakty z bardzo wielu ziół można nabyć gotowe w sklepach Zielarsko-Medycznych.

*Chorzy u których stłuszczenie wątroby powstało w wyniku choroby alkoholowej nie mogą używać żadnych leków na bazie alkoholu (winka, nalewki, intrakty, ekstrakty itp.)*

*Mieszanki ziołowe* - w tym przypadku są chyba najbardziej skuteczne i pomocne, co potwierdzają długoletnie obserwacje ludzi którzy je **systematycznie** stosują, zaproponuję kilka z nich, sprawdzonych i dobrze działających w opisywanym schorzeniu.

1. Rp. kwiat kocanki – ziele rdestu ptasiego – liść pokrzywy – kłącze perzu – korzeń mniszka – ziele drapacza lekarskiego – korzeń omanu – liść jagody czarnej – liść melisy – liść brzozy – korzeń cykorii podróżnika – kora kruszyny

Zioła dokładnie wymieszać, do jednej szklanki sypać łyżkę płaską mieszanki zalać wrzątkiem odstawić pod przykryciem na ½ godziny, pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami. Zestaw ten można również stosować przy stanach zapalnych wątroby, marskości, wzdęciach.

2. Rp. korzeń mniszka – korzeń lukrecji – kwiatostan kocanek – koszycki rumianku pospolitego – ziele dziurawca – ziele glistnika (1/2 części) – kłącze perzu.

Po przygotowaniu mieszanki pić jak w powyższym przykładzie.

3. Rp. Kłącze perzu – kwiatostan kocanek – kora kruszyny - korzeń mniszka – koszycki rumianku – liść mięty – liść bobrka – liść jeżyny – ziele dziurawca – ziele krwawnika – ziele rdestu ptasiego

Zioła dokładnie wymieszać, na jedną szklankę sypać 1 płaską łyżkę mieszanki zalać wrzątkiem i odstawić pod przykryciem na ½ godziny, pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami.

Uwzględniając w tym przypadku długotrwały proces kuracji, proponuję przygotować trzy powyższe zestawy i pić je tygodniami, tydzień zestaw 1, tydzień zestaw 2, tydzień zestaw 3, i powtarzać od początku, po wypiciu wszystkich zestawów zrobić trzy tygodnie przerwy i kurację powtórzyć. Po pół roku zrobić badania wątroby (usg) i sprawdzić rezultaty leczenia. Kurację czasami trzeba kontynuować nawet trzy lata.

Osoby o nadmiernej tuszy i otyłe, mogą do podanych zestawów dołączyć mieszankę pomocną przy odchudzaniu

Rp. korzeń mniszka – morszczyn pęcherzykowaty – kora kruszyny – korzeń wilżyny – korzeń lubczyka – znamiona kukurydzy – strąki fasoli – ziele skrzypu polnego – liść szatwii – ziele krwawnika – ziele pięciornika.

Jedną łyżkę mieszanki sypać do szklanki zalać wrzątkiem i odstawić pod przykryciem na ½ godziny, pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami.

Osoby chore na schorzenia tarczycowe powinny zwrócić uwagę na to że w powyższym składzie jest morszczyn który zawiera jod, i przy niedoczynności tarczycy nie należy tego zestawu stosować.

Jak podają najnowsze statystyki, Polska jest krajem gdzie bardzo znacząco wzrósł odsetek dzieci z nadmierną nadwagą, w tym przypadku zajmujemy czołowe miejsce na światowej liście. Zapracowani i zabiegani często nie mamy czasu przygotować dzieciom śniadania, tym bardziej drugiego śniadania do szkoły. Na odczepkę wciskamy milusińskim większą, lub mniejszą kwotę pieniędzy, aby po drodze lub w sklepiku szkolnym coś sobie kupiły, tym „Coś” najczęściej są różnego rodzaju Fast foody, ciastka, wysoko słodzone sztucznymi słodzikami napoje, gumy do żucia, cukierki, orzeszki solone itp. Takie odżywianie w konsekwencji prowadzi do otyłości, a później do stłuszczenia wątroby, i innych schorzeń mających swoje źródła w nadwadze. Dzieciom w wieku szkolnym i z nadwagą można również podawać powyższe mieszanki, trzeba jednak zmniejszyć dawkę, sypać 1 łyżeczkę do szklanki i zalewać ¾ szklanki wrzątku, odstawić na pół godziny i podawać trzy razy dziennie po ½ szklanki przed posiłkami.

Zielarz

Wojciech Biernat

e-mail [w.biernat@zielarz.info](mailto:w.biernat@zielarz.info) Tel,601-620-349

Zapraszam do naszego sklepu zielarskiego, który jest bardzo dobrze zaopatrzony w preparaty i leki zielarskie oraz poszczególne zioła Tel 58 346-61-52 e-mail [www.kozlek.pl](http://www.kozlek.pl)