

ROŚLINY I NATURALNE PREPARATY W TERAPII ALKOHOLOWEJ

Alkoholu pijemy dużo, z pewnością o wiele za dużo, w tej dziedzinie jesteśmy prawie najlepsi na świecie. Lokujemy się w niechlubnej czołówce społeczeństw, gdzie na głowę jednego pijącego obywatela, przypada najwięcej spożytego alkoholu w ciągu roku, bo aż 24.4 L. czystego spirytusu, wyprzedza nas jedynie Kazachstan i Mołdawia. Aż 70% spożywanego w Polsce alkoholu konsumuje grupa tylko 18% pijących. Dlatego też w ogólnym bilansie, po przeliczeniu wypitego alkoholu na wszystkich obywateli, zarówno tych pijących i niepijących, wypadamy lepiej i znajdujemy się w połowie drugiej dziesiątki tej statystyki, marna to jednak pociecha.

Należy pamiętać że alkohol uzależnia i spożywany w większych ilościach staje się trucizną. Wprowadzony do organizmu drogą pokarmową w 90-98% przetwarzany jest w wątrobie, a pozostałe 2-10% zostaje eliminowane z organizmu drogą oddechową, przez skórę oraz z moczem. Wątroba przetwarza alkohol do bardzo toksycznego związku jakim jest aldehyd octowy, powodujący w organizmie wiele niekorzystnych zmian. Alkohol etylowy przetwarzany jest w organizmie dorosłego człowieka ze stałą prędkością wynoszącą 7-8 gr/godz.

Jak wspominałem alkohol truje i tak: jeśli stężenie alkoholu we krwi wynosi od 0,5 do 1,5 promili dochodzi do niewielkiego zatrucia powodującego lekkie pobudzenie, wydłużenie czasu reakcji, niewielkie obniżenie postrzegania i koordynacji ruchowej. Przy stężeniu w granicach od 1,5 do 3 promili we krwi przyjmuje się że zatrucie jest umiarkowane, występują już zaburzenia mowy, widzenia, postrzegania rzeczywistości, niezborność ruchu, znaczne wydłużenie czasu reakcji. Zawartość alkoholu we krwi od 3 do 5 promili to już zatrucie ciężkie, przy tej zawartości niezborność ruchu jest już znaczna a mowa staje się bełkotliwa, następuje zaburzenie orientacji i pola widzenia, może pojawiać się widzenie podwójne, halucynacje.

Stężenie alkoholu we krwi powyżej 5 promili w wielu wypadkach kończy się zgonem, chociaż bywają od tej reguły liczne wyjątki, o czym często dowiadujemy się z informacji telewizyjnych lub radiowych. Istnieje też zatrucie przewlekłe, dotyka ono ludzi uzależnionych od alkoholu.

Musimy sobie uświadomić że uzależnienie od alkoholu nie następuje natychmiast i raptownie po kilku, czy też kilkunastu razach jego spożycia. Przebiega powoli, systematycznie a co najgorsze podstępnie, przez kilka a nawet kilkanaście lat. W 1946r. E.M Jellinek badając kilka tysięcy alkoholików stworzył drogę rozwoju alkoholizmu dzieląc ją na cztery stadia, z których dwa pierwsze są objawowe, a dwa następne są kolejnymi stopniami uzależnienia.

Stadium pierwsze – ogranicza się do picia okazjonalnego w celu dotrzymania towarzystwa, poprawy samopoczucia i doznania odprężenia czy też ulgi. Przechodzi zazwyczaj w picie stałe, okres ten trwa od kilku miesięcy do kilku lat. Pijący coraz częściej szuka okazji do picia, lub sam ją stwarza.

Stadium drugie wstępne – to faza ostrzegawcza, zaczyna się nagłą zmianą reagowania na alkohol. Po upiciu się pijący na drugi dzień ma luki w pamięci, jest to rodzaj amnezji alkoholowej nazywanej przez pijącego „przerwą w życiorysie” lub „urwaniem się filmu” Pojawia się picie potajemne oraz natrętne myśli o napojach alkoholowych. Organizm zaczyna wykazywać większe łaknienie na alkohol i coraz częstsze są luki w pamięci, może to trwać od pół roku do pięciu lat przechodząc w następne stadium.

Stadium trzecie ostre – zazwyczaj rozpoczyna się utratą kontroli nad piciem i stanowi początek prawdziwego uzależnienia. W tym stadium po wypiciu pierwszego kieliszka, powstaje natychmiastowa potrzeba wypicia następnego, jest ona tak wielka że nie potrafi jej przełamać. Jest to dowód że pijący nie kontroluje już swojego picia, jednocześnie ma jeszcze tyle zaparcia i siły aby przez jakiś czas powstrzymać się przed piciem w przypadkach gdy nie sięga po alkohol, co niestety zdarza się coraz rzadziej. Potrzeba picia staje się coraz większa, pijący gromadzi alkohol w domu i w pracy. Nie uświadamia sobie swojego poważnego stanu i traci zupełnie kontrolę nad piciem, zaczyna się regularne spożywanie alkoholu już od samego rana.

Stadium czwarte przewlekłe – następuje znaczne obniżenie tolerancji na alkohol, zaczyna się pijaństwo wielodniowe. Pogłębia się degradacja umysłowa, fizyczna i moralna. W razie braku wódki pijący spożywa wszystko co zawiera alkohol (denaturat, spirytus salicylowy lub inne kosmetyki, płyn do szyb czy też chłodnic itp.) Pojawiają się ciągłe stany lękowe, omamy, drżenie kończyn, stan ten ustępuje po wypiciu alkoholu, lecz na krótko. Uzależniony za odrobinę alkoholu jest gotów oddać wiele, zaczyna wynosić z domu i sprzedawać wszystko co ma jakąkolwiek wartość, na skutek wzrastającej agresji dochodzi do wielu rodzinnych i społecznych tragedii.

Często zwracają się do mnie żony alkoholików o jakąkolwiek pomoc, jest to o tyle trudne że bez współpracy uzależnionego, sprawa nie przedstawia się zbyt dobrze, zarówno w leczeniu tradycyjnym jak i tym niekonwencjonalnym, którego kilka możliwości postaram się opisać.

Najbardziej znaną rośliną w terapii antyalkoholowej jest ołownik łatkowaty zwany **kudzu**, badania potwierdziły że systematyczne zażywanie tej rośliny zmniejsza potrzebę spożywania alkoholu u osoby uzależnionej nawet o ponad 50%. W sklepach Zielarsko-Medycznych można ją zakupić w formie tabletek lub kapsułek 0.5g. Dorośli 2 – 3 kapsułki dziennie. Można kapsułki otworzyć i dodać zawartość do jedzenia lub letniego napoju, tabletki można pokruszyć.

Od dawna w medycynie ludowej praktykowane jest stosowanie **kłącza i ziela kopytnika pospolitego**, stosuje się je również u palaczy. Jedną łyżkę dobrze rozdrobnionego kłącza i ziela kopytnika zalać szklanką wrzącej wody i ciągnąć na małym ogniu przez 15-20 minut, odstawić pod przykryciem na 1,5 – 2 godziny następnie przecedzić, do 0,5l. alkoholu dodać 2 łyżki odwaru. U pijącego po spożyciu tak zaprawionej wódki po 15-20 minutach zaczynają się nudności i wymioty, pogarsza się samopoczucie, czuje że alkohol mu nie smakuje i szkodzi, pojawia się alkoholowstręt. Trzeba tutaj zaznaczyć że nie należy przekraczać podanej dawki, bowiem jest to roślina toksyczna i może prowadzić do zatrucia organizmu. Dobre rezultaty terapii można uzyskać w sytuacji gdy uzależniony nie jest o niej poinformowany.

Rośliną która wywołuje podobne objawy jak kopytnik jest mniej znany **widłak wroniec**, na terenach nizinnych pod częściową ochroną, duże stanowiska widłaka można spotkać w górach. Stosowanie tej rośliny wymaga współpracy z uzależnionym, ponieważ podaje się go po kilku dniach abstynencji. Do naczynia wsypać 4-5 łyżek ziela widłaka i zalać 0,5 litra wrzątku, ciągnąć na małym ogniu przez 25-30 minut, następnie odstawić na 1-1,5 godziny, pić przed posiłkami po 2/3 szklanki odwaru 3 razy dziennie. Dobry efekt potęgujący działanie daje powąchanie po kilku minutach od spożycia ziół alkoholu. Widłak jest rośliną trującą i należy stosować go wg. przepisu, nie przekraczając określonej dawki.

Często stosowano to tego samego celu korzeń **wymiotnicy prawdziwej**, podaje się sproszkowany korzeń 1-2 razy dziennie w dawce 2g. Można stosować również sproszkowany **korzeń pierwiosnka lekarskiego**, 1 łyżeczkę sproszkowanego korzenia zalać szklanką wrzątku odstawić na 1 godzinę, pić trzy razy dziennie po pół szklanki naparu, w podobny sposób można stosować **kłącze fiołka wonnego**.

Z pewnością większość z nas zna z ogrodów **macierzankę piaskową**, ta popularna roślina z powodzeniem może być również stosowana w kuracji antyalkoholowej. 3-4 łyżki ziela macierzanki zalać 1 litrem wrzątku i odstawić na 10 minut, przecedzić i wlać do termosu, podawać po jednej łyżce co 15-20 minut. Po krótkim czasie występują nudności, wstręt do alkoholu, wymioty, biegunki. W razie powtarzania się nawrotów należy kurację powtarzać, lecz z pewnością będzie zdarzać się to coraz rzadziej.

Właściwościami hamującymi chęć picia alkoholu wykazuje się korzeń **szalwii czerwonokorzeniowej**, zwanej również chińską, ze względu na szerokie stosowanie w tym kraju. Można stosować go bez obaw bowiem jest to roślina nietoksyczna. Lecz po cóż szukać daleko, podobne właściwości ma stosowanie naszego **dziurawca**, 1 łyżkę kwiatów dziurawca zalać szklanką wrzątku, odstawić na 25-30 minut, pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami. Chęć picia alkoholu spada nawet o 25-40%, trzeba przy tym pamiętać że dziurawiec wykazuje cechy fotouczulające na promienie słoneczne.

Wielokroć alkoholik wykazujący chęć zaprzestania picia nie robi tego, tłumacząc się lękiem przed głodem alkoholowym zwanym „zespołem abstynencyjnym”. Pojawia się on już po 10-36 godzinach od odstawienia alkoholu, i jest wynikiem obniżenia poziomu alkoholu etylowego we krwi. Na to obniżenie organizm uzależnionego reaguje dość drastycznie, mogą wystąpić: osłabienie, bóle mięśniowe, arytmia, częstoskurcz, wzrost ciśnienia tętniczego, nudności, wymioty, biegunka, bóle żołądka i wątroby, niepokój, nadmierna potliwość, nadpobudliwość, ból głowy, bezsenność, lęki, omamy. W trakcie długiego picia w organizmie gromadzą się w znacznej ilości substancje toksyczne np. kwas octowy i aldehyd octowy, zaburzeniu ulega przemiana materii i praca wątroby.

W zmniejszeniu skutków odstawienia alkoholu polecam picie zestawu łagodzącego wewnętrzne lęki o następujący składzie:

- ziele melisy, korzeń kozłka, koszyczki rumianku, szyszki chmielu, ziele dziurawca, kwiat głogu, kwiat wrzosu, owoc róży, korzeń cykorii, kwiat lawendy, korzeń arcydzięgla,

Zioła wymieszać dokładnie, do szklanki wsypać łyżkę stołową mieszanki i zalać wrzątkiem, odstawić na 25-30 minut, pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami

Oraz zestaw nieco silniejszy (wizje, omamy itp.) o następującym składzie:

- ziele melisy, korzeń kozłka, owoc jarzębiny, liść rozmarynu, kwiat śliwy tarniny, owoc róży, szyszki chmielu, korzeń łopianu, kwiat lawendy, ziele dziurawca, ziele melisy, owoc głogu, korzeń arcydzięgla, ziele ruty.

Zioła wymieszać, do szklanki wsypać jedną łyżkę stołową mieszanki i zalać wrzątkiem, odstawić na 25-30 minut, pić trzy razy dziennie pół godziny przed posiłkami.

W medycynie ludowej jest znany przepis na mieszankę łagodzącą głód alkoholowy:

50g korzenia pietruszki, 1g skórki grejpfrutowej i 1g. skórki pomarańczowej,

Przygotowaną mieszankę zalać litrem wody gotować mieszając aż pozostanie zagęszczone 0,5 litra płynu, pić na czczo 1 szklankę dodając do letniego płynu 1 łyżkę stołową miodu.

W skracaniu i łagodzeniu skutków odstawienia alkoholu i odtruciu organizmu niemałą rolę spełniają produkty pszczele i tak:

- pyłek kwiatowy 3 łyżeczki dziennie na pół godziny przed posiłkami - pierzga w miodzie 1-2 łyżeczki dziennie rozpuszczona w 2/3 szklanki letniej wody - mleczo pszczele 1-2 kapsułki lub tabletki raz dziennie na czczo - 7% nalewka propolisowa- 50 kropli na 1/3 szklanki wody raz dziennie również na czczo.

Ciekawe i dobroczynne działanie wykazuje miód, zmniejsza on znacznie toksyczne działanie alkoholu etylowego, spotkałem się z danymi opracowanymi przez nigeryjskiego badacza z których wynikało że prędkość usuwania alkoholu z krwi u osób pijących alkohol i miód (w mg/kg/godz.) była o 75% większa niż osób pijących sam alkohol. Z kolei czas potrzebny do całkowitego usunięcia z krwi alkoholu (w godz.) u osób pijących alkohol i miód był aż o 57% krótszy w porównaniu z czasem u tych którzy pili sam alkohol. Natomiast maksymalny poziom alkoholu we krwi u osób pijących alkohol i miód był o 11,5% niższy niż u tych którzy pili sam alkohol. W zespole abstynencyjnym polecam jedną łyżkę stołową miodu rozpuszczonego w letniej wodzie 3 razy dziennie pół godziny przed posiłkami.

W stanach głodu alkoholowego można pić mieszankę o następującym składzie: ziele tymianku, ziele krwawnika, ziele dziurawca, korzeń arcydzięgla, ziele bylicy pospolitej, ziele fiołka trójbarwnego, liść mięty, liść melisy, liść brzozy. Jedną łyżkę stołową mieszanki wsypać do szklanki i zalać wrzątkiem, odstawić na 25-30 minut, pić pół godziny przed posiłkami trzy razy dziennie.

Nałóg alkoholowy powoduje przewlekłe zatrucie organizmu, po zaprzestaniu picia polecam zestaw odtruwający o następującym składzie: korzeń mniszka, ziele fiołka trójbarwnego, ziele wiązówki błotnej, kwiat bzu czarnego, korzeń arcydzięgla, owoc róży, owoc jarzębiny, owoc głogu, kłącze perzu, liść brzozy, liść pokrzywy, nasiona ostropestu. Jedną łyżkę mieszanki wsypać do szklanki i zalać wrzątkiem, odstawić na 25-30 minut, pić trzy szklanki dziennie, pół godziny przed posiłkami.

Zainteresowany z pewnością zada pytanie co robić, bo przecie w zespole abstynencyjnym pojawiają się naraz i lęki, i chęć sięgnięcia po alkohol i objawy zatrucia. Proponuję przygotować zaproponowane powyżej zestawy ziołowe na wymienione dolegliwości i pić po pięć dni każdy zestaw, a następnie kolejkę powtarzać, do letnich ziół można dodać płaską łyżkę miodu. Picie ziół należy kontynuować przez dłuższy okres czasu.

Na koniec warto przypomnieć pijącym nałogowo że alkohol powoduje wiele negatywnych zmian chorobowych w układzie pokarmowym, krążeniowym, oddechowym, moczowym, nerwowym, odpornościowym i hormonalnym (impotencja). Organizm boryka się z ciągłym niedoborem witamin mikroelementów i innych pierwiastków potrzebnych do jego prawidłowego funkcjonowania. Skutkiem tych niedoborów są zazwyczaj ostre i przewlekłe zmiany skórne, szkorbut, zaburzenia widzenia, zmiany w szpiku kostnym i błonach śluzowych, zapalenia wielonerwowe. Powoduje też niemałe spustoszenie w psychice człowieka: bezsenność, otępienie, psychozę i halucynozę alkoholową, delirium tremens, niepokój, myśli samobójcze, depresję, amnezję, zaburzenia osobowości, można wymieniać tak dalej, myślę jednak że na jeden artykuł wystarczy.

Zielarz mgr Wojciech Biernat email w.biernat@zielarz.info Tel. 601-620-349

Na podanej stronie można znaleźć miejscowości i terminy gdzie udzielam porad w doborze kuracji ziołowych. Tym którzy nie mogą do mnie dotrzeć mogę przesłać kurację pocztą.

