

# Zapalenie płuc

---

Ze względu na swą specyfikę i dość ciężki przebieg, w leczeniu stosuje się przede wszystkim leki farmakologiczne – chemioterapeutyki i antybiotyki. Często choroba ta wymaga leczenia szpitalnego, a w okresie późniejszym rekonwalescencji w warunkach domowych. Właśnie czas zdrowienia to dobry moment na wprowadzenie kuracji przyrodoleczniczej. Zioła i inne naturoterapeutyki pozwolą chorym skrócić czas zdrowienia, odzyskać siły i uniknąć powikłań pochorobowych.

## **Płuca**

Bardzo ważny narząd (wysokość płuc – 20-25cm) dzięki któremu w naszym organizmie może odbywać się wiele procesów fizyko-chemicznych. Znajdują się wewnątrz klatki piersiowej, są parzyste tzn. składają się z płuca prawego i płuca lewego. Płuco prawe jest nieco większe i składa się z 3 płatów – górnego, środkowego i dolnego. Płuco lewe jest mniejsze i składa się z 2 płatów – górnego i dolnego. Struktura wewnętrzna płuc jest gąbczasta, tworzy ją olbrzymia liczba pęcherzyków płucnych w których zachodzi wymiana gazowa między powietrzem dopływającym tu przez oskrzela a krwią. Zewnętrzną powierzchnię płuc pokrywa błona surowicza zwana opłucną (opłucna płucna), to ona sprawia że płuca są z zewnątrz gładkie i błyszczące. Błona surowicza wyściela również wewnętrzną powierzchnię jamy klatki piersiowej (opłucna ścienna). Między opłucnymi znajdują się szczelina (jama opłucnej) wypełniona płynem surowicznym. Również często zdarza się zapalenie opłucnej.

## **Oddychanie**

Oddychanie – składa się z 2 faz – wdechu i wydechu. Podczas wdechu powietrze przechodzi przez drogi oddechowe do pęcherzyków płucnych wypełniając je. Tlen z wdychanego powietrza wiąże się z hemoglobina znajdującą się w krwinkach czerwonych i razem z krwią doprowadzany jest do komórek. Dwutlenek węgla wędruje w odwrotnym kierunku i w czasie wydechu zostaje wydalony na zewnątrz.

## **Główne przyczyny zapalenia płuc**

Zapalenie płuc może być spowodowane wieloma czynnikami: chemicznymi, fizycznymi, przez drobnoustroje (bakterie, wirusy, pierwotniaki, grzyby) lub procesy immunologiczne.

Mimo znaczących postępów medycyny zapalenie płuc jest nadal bardzo groźną jednostką chorobową mogącą dawać różne powikłania będące częstą przyczyną wielu zgonów.

## **Bakteryjne zapalenie płuc**

Z punktu widzenia przebiegu choroby dzielimy je na: szpitalne i pozaszpitalne.

- zapalenie płuc „szpitalne”

Każdy szpital ma swoją specyficzną florę bakteryjną. Pacjent po przyjeździe do szpitala bardzo szybko zmienia florę bakteryjną „domową” na szpitalną. Bakterie bytujące w środowisku szpitalnym są w dużej mierze odporne na antybiotyki, jeśli to one są źródłem zapalenia płuc może ono mieć poważny i ciężki przebieg. Najczęściej do zakażeń dochodzi na oddziałach: urologicznych, onkologicznych a przede wszystkim intensywnej opieki medycznej. Wiele zgonów po udanym przebiegu operacyjnym jest spowodowane zapaleniem płuc i jego powikłaniami.

- zapalenie płuc pozaszpitalne (tzw. domowe lub uliczne)

Wywołane jest zazwyczaj przez dwoinkę zapalenia płuc wrażliwą na leczenie antybiotykami. Wynik leczenia jest prawie zawsze pomyślny, przebieg choroby jest w miarę łagodny, pod warunkiem „wyleżenia” jej w zaciszu domowym i 1-2 dniowej rekonwalescencji.

Do bakteryjnego zapalenia płuc należy również odoskrzelowe zapalenie płuc szerzące się z oskrzeli na pęcherzyki płucne.

- objawy bakteryjnego zapalenia płuc pojawiają się dość nagle w postaci wysokiej gorączki z dreszczami, kaszlu, niekiedy bólu w klatce piersiowej, ogólnego rozbicia i osłabienia. Po kilku dniach pojawia się odpluwanie śluzowo-ropnej, rdzawej płwociny, może tworzyć się opryszczka wargowa.

## **Wirusowe zapalenie płuc**

Razem z mikoplazmatycznym zalicza się do tzw. zapaleń atypowych. Mają wspólne objawy lecz różny przebieg i rokowania. Objawy są dosyć dyskretne i mało uchwytne, trudno je wysłuchać w badaniu lekarskim, ujawniają się dopiero w badaniu radiologicznym płuc. Wirusowe zapalenie płuc bywa zazwyczaj powikłaniem właściwej choroby wirusowej, najczęściej grypy, odry itp. Rokowania w przebiegu tej choroby są niepewne a leczenie przyczynowe nie istnieje.

Mikoplazmatyczne zapalenie płuc swymi objawami przypomina przewlekłe przeziębienie z uporczywym kaszlem, przebiega łagodnie, skutecznie reaguje na leczenie antybiotykami i nie daje żadnych powikłań.

## **Zapalenie płuc wywołane czynnikami fizyko-chemicznymi**

Wywołuje je wdychanie szkodliwych substancji, działanie niektórych leków, zbyt intensywne napromieniowanie klatki piersiowej (np. w leczeniu chorób nowotworowych).

## **Zachłyśnięcia (tzw. Zachłystowe zapalenie płuc)**

Spowodowane przedostaniem się do płuc treści żołądkowej. Może być wywołane zatruciem, najczęściej alkoholowym, długotrwałym leżeniem (np. u osób nieprzytomnych, w śpiączce). Zostaje uszkodzony nabłonek oddechowy.

## Zapalenie opadowe

Dotyka najczęściej chorych długo leżących na znak, o wyniszczonym i osłabionym organizmie cechującym się upośledzeniem i niewydolnością krążenia.

Najwięcej przypadków zapalenia płuc występuje w okresach wczesno-wiosennym i wiosennym. Należy pamiętać że choroba przenosi się drogą kropelkową (kaszel, kichanie) i chory może zarażać osoby przebywające w jego bezpośredniej bliskości.

## Leczenie

1. Najczęściej antybiotykami, ich dobór warunkuje rodzaj drobnoustrojów i ich wrażliwość na określony antybiotyk.
2. Konieczne leżenie w łóżku, spokój, stosowanie odpowiedniej diety.
3. Leczenie objawowe: leki przeciwgorączkowe, wykrztuśne, przeciwkaszlowe, przeciwzapalne, w razie konieczności nasenne i uspokajające
4. W okresie zdrowienia i rekonwalescencji można stosować leczenie klimatyczne, bardzo dobre efekty przynosi stosowanie kuracji ziołowej skojarzonej z innymi naturoterapeutykami np.
  - nalewka bursztynowa
  - nalewka propolisowa (można stosować również tabletki propolisowe lub propolis w ampułkach)
  - mleczko pszczele
  - pyłek kwiatowy
  - miód
  - czosnek i cebula (oraz różnego rodzaju ich kompozycje np. syrop cebulowy lub czosnkowo-cebulowy z cukrem lub miodem itp.)

W zapaleniu płuc pozaszpitalnym (domowym) w okresie zaostrzenia choroby dobre rezultaty daje stawianie baniek. Sposób praktykowany od dawna i przynoszący dobre rezultaty

Bański stawia się dość gęsto na całe plecy od samych szczytów płuc aż do miejsca gdzie kończą się żebra, i dodatkowo wzdłuż linii środkowej, pachowej. Baniek stawiamy tyle ile się zmieści, u dorosłej osoby zazwyczaj 40 sztuk.

Po postawieniu baniek chory powinien leżeć w łóżku co najmniej 4-5 dni. Nie można dopuszczać do tak zwanego wychłodzenia domowego organizmu (zbyt długo chodzić po mieszkaniu, wykonywać prac domowych, siedzieć przed telewizorem itp.).

Choremu można podawać napary z mieszanek ziołowych: w okresie zaostrzenia choroby przeciwzapalnych, w wypadku gorączki zestaw przeciwgorączkowy, w kaszlu zestawy o działaniu wykrztuśnym i osłaniającym np.

## Mieszanki działające przeciwzapalnie

I

- kwiat nagietka
- kwiat dziewanny
- koszyczki rumianku
- korzeń wilżyny
- korzeń lukrecji

II

- ziele nawłoci
- ziele serdecznika
- ziele żarnowca
- kora kaliny
- korzeń kozłka

## Mieszanka o działaniu przeciwgorączkowym

- kwiat lipy
- owoc róży
- owoc bzu czarnego
- kwiat wiązki
- kora wierzby
- liść porzeczki czarnej

## Mieszanki o działaniu wykrztuśnym i osłaniającym

I

- korzeń prawoślazu
- liść podbiału
- korzeń mydlnicy
- kwiat ślazu dzikiego
- porost islandzki

II

- kwiat pierwiosnka
- kwiat dziewanny
- liść babki lancetowatej
- ziele tymianku
- koszyczki rumianku
- pączki sosny
- nasienie lnu

Aby przygotować wybraną mieszankę należy poszczególne składniki wymieszać. Na jednorazowe użycie sypać 1 łyżkę stołową ziół do szklanki, zalać wrzątkiem i odstawić do naciągnięcia (około 20 minut). Pić 3 razy dziennie, pół godziny przed posiłkami.

Jeśli nie dysponujemy bańkami możemy stosować nacieranie pleców i klatki piersiowej olejkami kamforowym lub gotowymi preparatami złożonymi z olejków eterycznych i podłoża np. Rub-Arom, Aromagel, Aromatol, Pulmex itp.

Szerzej o ich stosowaniu, oraz stosowaniu nalewki bursztynowej, propolisowej i kuracji miodem pisałem w styczniowym artykule pt. „Zapalenie oskrzeli zamieszczonym” w „Uzdrowiaczu” oraz w artykule grudniowym pt. „Sezonowe dolegliwości zdrowotne”.

Lekceważenie i zaniedbanie w postaci przechodzenia i niedoleczenia zapalenia płuc bywa często iskrą zapalną która może zapoczątkować powolny proces powstawania i tworzenia choroby nowotworowej płuc, ujawniającej się dopiero po kilku lub nawet kilkunastu latach. Po paleniu tytoniu właśnie ten czynnik stanowi drugą przyczynę chorób nowotworowych płuc.

Rekonwalescentom po przebytej chorobie zapalenia płuc proponuję stosować przez okres co najmniej miesiąca mieszanki wzmacniającej układ immunologiczny organizmu oraz działający osłonowo i przeciwzapalnie na dolne drogi oddechowe.

I

- korzeń lukrecji
- ziele krwawnika
- liść jeżyny
- ziele rdestu ptasiego
- ziele skrzypu
- liść poziomki
- liść orzecha włoskiego
- korzeń łośnianu
- owoc jałowca
- kłącze pięciornika
- liść maliny

II

- ziele rdestu ptasiego
- ziele pięciornika
- ziele krwawnika
- korzeń lukrecji
- kwiat kocanki piaskowej
- korzeń mniszka
- kwiat słonecznika
- pączki sosny
- kwiat nagietka
- liść babki lancetowatej

Przygotowanie:

Poszczególne zioła wymieszać i wsypać do 2 osobnych torebek. Pijemy tygodniami: tydzień zestaw nr I, tydzień zestaw nr II, i powtarzamy. Na jednorazowe użycie sypać łyżkę ziół do szklanki, zalać wrzątkiem, odstawić na 20 minut. Pić pół godziny przed posiłkami 3 razy dziennie.

*Wszystkie zioła wymienione w artykule można zamówić w sklepie internetowym [kozlek.pl](http://kozlek.pl)*

Chciałbym przypomnieć szanownym czytelnikom o możliwości zapisu na spotkania i uzyskania porady w zakresie doboru ziół w następujących miejscowościach:

**Gdańsk** | w każdą środę  
Zapisy, tel: 601 620 349

**Jedlnia Letnisko** (koło Radomia) | raz w miesiącu  
Zapisy, tel: 48 322 13 53 lub 601 620 349

**Szczecin** | raz w miesiącu  
Zapisy, tel: 605 408 723 lub 601 620 349

**Zgierz** (koło Łodzi) | raz w miesiącu  
Zapisy, tel: 604 692 152 lub 601 620 349

**Chełm Lubelski** | co drugi miesiąc  
Zapisy, tel: 506 422 521 lub 601 620 349

*Zielarz Wojciech Biernat*

*Tel. kom. 0 601 620 349*