

Ziołami w choroby cywilizacyjne

Data publikacji: 7.06.2012 15:55

Wykład lek. med. Krzysztofa Błęcha związanego z Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza w Żywcu na temat ziołolecznictwa w chorobach cywilizacyjnych przyciągnął 6 czerwca do klubu nasz Kącik w cieszyńskim Domu Narodowym sporą ilość słuchaczy.

□

Lekarz promujący stosowanie ziół w preparatach medycznych wyjaśniał nie tylko, jakie poszczególne zioła mają działanie, ale również udzielał praktycznych wskazówek żywieniowych. Zauważył na przykład, że z wiekiem zmniejsza się pragnienie. – **Dlatego z picia herbaty, kawy powinniśmy zrobić swoisty rytuał** – podkreślał dodając, że zarówno zielona, jak i zwykła, czarna herbata są zdrowe, a lampka czerwonego wina na pewno nie zaszkodzi, ma natomiast pozytywne zdrowotne właściwości. Zioła, jak również odpowiednia dieta, w której zwiększymy ilość dobroczynnych produktów, a zminimalizujemy ilość tych szkodliwych dla zdrowia, mogłyby także zapobiegać powstawaniu chorób cywilizacyjnych. – **Ludzie czasem pytają mnie, czy cukrzycę można wyleczyć. I są zdziwieni, gdy mówię, że można. Tylko pacjent musi schudnąć** – powiedział między innymi lek. med. Krzysztofa Błęcha wyjaśniając fachowo, na czym polega mechanizm choroby cukrzycowej.

Prelekcja odsłoniła przed słuchaczami tajemnice ziół i powszechnie dostępnych produktów spożywczych, ich właściwości i możliwości zastosowania. Bardziej zainteresowani wynieśli z wykładu wskazówki, jakich informacji gdzie mogą szukać, by poszerzyć zdobytą na prelekcji wiedzę.

Współorganizatorami prelekcji byli działacze Towarzystwa Miłośników Ogrodnictwa, Koła Radiestetów oraz COK.

(beti)