

Επιστροφή στα γιατροσόφια της γιαγιάς

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Πηγή: PhotoXpress

Παρά την ανάπτυξη που γνωρίζει η σύγχρονη ιατρική, πολλοί Ρώσοι προτιμούν, αντί των φαρμάκων, τα δοκιμασμένα γιατροσόφια «της γιαγιάς». Η «Ρωσία Τώρα» παρουσιάζει ορισμένα από αυτά.

Οι θεραπευτικές ιδιότητες των φυτών είναι γνωστές στους ανθρώπους εδώ και 6.000 χρόνια. Από την αρχαιότητα κιόλας, ο άνθρωπος αντιλαμβάνόταν τις θεραπευτικές ιδιότητες των διαφόρων φυτών και τα χρησιμοποιούσε για να απαλλαγεί από τα κρυολογήματα και τις λοιμώξεις. Στην παλιά Ρωσία, οι μάγοι και οι θεραπευτές ήταν «σκέτο χρυσάφι», διότι γνώριζαν τα μυστικά της θαυματουργής επίδρασης των βοτάνων στον ανθρώπινο οργανισμό. Στη μεσαιωνική Ρωσία, μάλιστα, ιαματικά κέντρα έγιναν στα μοναστήρια, όπου από τον 11ο αιώνα συλλέγονταν θεραπευτικά φυτά και δημιουργούνταν συνταγές.

Η εναλλακτική ιατρική εκείνους του καιρούς είχε σαφή κατανομή ... αρμοδιοτήτων. Με τη θεραπεία με βότανα, ασχολούνταν οι «συλλέκτες» και οι «γνώστες», ενώ με τις μεθόδους που σχετιζόνταν με τη μαγεία, οι θεραπευτές. Ιδιαίτερο ρόλο είχαν οι μαίες, οι οποίες ήταν επιφορτισμένες να βοηθούν τις έγκυες τόσο κατά τον τοκετό, όσο και ύστερα από αυτόν, χρησιμοποιώντας μέσα βγαλμένα από τις λαϊκές παραδόσεις. Μέχρι την αρχή του 20ου αιώνα στη Ρωσία υπήρχαν ακόμη και ειδικά εκπαιδευτικά ιδρύματα, όπου διδάσκονταν οι βασικές αρχές της μαιευτικής.

Θεραπείες με βότανα

Οι συλλέκτες βοτάνων και οι γνώστες υπάρχουν μέχρι σήμερα στη Ρωσία, και μάλιστα έχουν μεγάλη πέραση, ιδιαίτερα στις παλιές γενιές. Η θεραπεία με βότανα σταδιακά μετατράπηκε σε επιχείρηση, από την οποία οι θεραπευτές αποκομίζουν μεγάλα έσοδα. Τα τελευταία χρόνια κέντρα θεραπείας με βότανα εμφανίστηκαν σε πολλές ρωσικές πόλεις.

Μεταξύ των πιο γνωστών θεραπευτών μοναχών ήταν ο Σεραφείμ του Σάρωφ και ο Σέργιος του Ράντονεζ. Ο τελευταίος, σύμφωνα με μαρτυρίες της εποχής του, πραγματοποίησε πάρα πολλά «θαύματα». Όπως αναφέρουν οι βίοι των Αγίων, μια φορά «ανάστησε» έναν μικρό, ο οποίος είχε πεθάνει στα χέρια του πατέρα του, όταν εκείνος τον πήγαινε στον Άγιο για να θεραπευτεί.

Η διευθύντρια ενός τέτοιου κέντρου, Νατάλια Γκορντέγιεβα, επισημαίνει ότι σήμερα η Ρωσία μιμείται στον τομέα αυτό το παράδειγμα της Ευρώπης, συνειδητοποιώντας το πόσο σημαντικό είναι να ακολουθεί κανείς έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Σύμφωνα με τη Νατάλια, πάντως, τα δημοφιλή σήμερα σε όλο τον κόσμο βιολογικά ενεργά συμπληρώματα πολύ συχνά γίνονται αντικείμενο απομίμησης και πολλοί απλά φοβούνται να τα αγοράσουν. Αναφέρει ότι κοστίζουν ακριβά, κατά μέσο όρο από 15 ως 40 ευρώ, και πολλοί είναι αυτοί που δεν έχουν τη δυνατότητα να τα αποκτήσουν. Γι' αυτό, όπως πιστεύει, αρκετοί καταφεύγουν στα βότανα και τις εναλλακτικές θεραπείες.

Συνήθως, λέγει η ίδια, τη βοήθεια της εναλλακτικής ιατρικής επιζητούν γυναίκες και άντρες που δεν είναι «γόνιμοι», αλλά και οι μητέρες. Η Γκορντέγιεβα αναφέρει ότι από το κέντρο τους περνούν πάνω από 20.000 ασθενείς, αλλά και ότι υπήρξε πλήθος περιπτώσεων κατά τις οποίες η ανάρρωση άγγιζε τα όρια του θαύματος. Ένα πρόσφατο παράδειγμα, ήταν μάλιστα και αστείο. Μια ηλικιωμένη ασθενής με κίρρωση του ήπατος, κρίθηκε ανάπηρη. Μετά τον κύκλο θεραπείας, επισκέφθηκε τον γιατρό και έβαλε τα κλάματα, όταν της είπαν ότι είναι απολύτως υγιής και θα άρουν τη διάγνωση περί αναπηρίας. Τότε, ο γιατρός τη ρώτησε γιατί κλαίει, και αυτή απάντησε ότι τώρα πιά δεν θα της πληρώνουν το επίδομα αναπηρίας.

Διαδεδομένες μέθοδοι

Υπάρχει μεγάλος αριθμός συνταγών εναλλακτικής ιατρικής και παρ' ότι πολλοί ρώσοι γιατροί παροτρύνουν έντονα τον κόσμο να απευθύνονται για οποιαδήποτε πάθηση σε ειδικούς, δεν είναι λίγοι εκείνοι που προτιμούν την ... αυτοθεραπεία.

Αναμφισβήτητα, δεν χρειάζεται να κάνει κάποιος του κεφαλιού του, και σίγουρα επιβάλλεται να απευθύνεται στους ειδικούς γιατρούς για σοβαρά περιστατικά. Από την άλλη, η εναλλακτική ιατρική, η οποία επίσης πρέπει να πλαισιώνεται από υψηλού επιπέδου επιστήμονες, είναι κι' αυτή συχνά σε θέση να δώσει λύσεις. Η RBTH επέλεξε και παρουσιάζει τα πιο διαδεδομένα «γιατροσόφια» για ορισμένες απλές περιπτώσεις που αρρωστήσει κάποιος.

Για τον βήχα και τις ασθένειες του λαιμού

- Λιώστε με ένα γουδί 8 μεγάλες σκελίδες σκόρδου μέχρι να γίνει αλοιφή, προσθέστε 8 κουταλάκια του γλυκού ξύδι από κρασί, ανακατώστε το καλά και αφήστε το στο ψυγείο όλη τη νύχτα. Το πρωί προσθέστε στο μίγμα 2 κουταλιές της σούπας ζεσταμένο σκούρο μέλι και ανακατέψτε καλά. Κρατήστε μέσα στο στόμα σας όσο περισσότερο γίνεται δυο κουταλιές του γλυκού από το μίγμα, μέχρι αυτό να λιώσει, και μετά καταπιείτε το μίγμα σταδιακά και λίγο-λίγο.
- Χτυπήστε ελαφρά με το γουδί φύλλα κραμπολάχανου. Τοποθετήστε τα στο λαιμό με ένα ζεστό κασκόλ. Αλλάζετε τα φύλλα κάθε δύο ώρες. Ο τρόπος αυτός θεραπείας σταματά τη φλεγμονώδη διαδικασία στο λαιμό.

Για την κούραση

- Ανακατέψτε ψιλοκομμένα 500 γραμμάρια ψίχας καρυδιών, 300 γραμμάρια μέλι, 100 ml χυμού αλόης και στυμμένο χυμό λεμονιού από 3-4 λεμόνια. Πίνετε από ένα γλυκό κουταλιού 3 φορές την ημέρα, μισή ώρα πριν το φαγητό.
- Σε ποσότητα μια κουταλιάς της σούπας ψιλοκομμένο βασιλικό χύστε 200 ml βραστό νερό και κρατήστε το σε ένα κλειστό σκεύος 20 λεπτά. Πίνετε το εκχύλισμα σαν τσάι, προσθέτοντας μέλι, όχι πάνω από 2 φορές την ημέρα.

Για τον πονοκέφαλο

- Τοποθετήστε σε ένα σκεύος 10 σκελίδες ψιλοκομμένο σκόρδο με 50 ml γάλα και αρχίστε να το ζεσταίνετε. Όταν το μίγμα πάρει μια βράση, χαμηλώστε τη φωτιά και βράστε ακόμη πέντε λεπτά. Όταν ο ζωμός κρυώσει, σουρώστε τον. Ρίξτε από 5-10 κουταλιές του μίγματος στο κάθε αυτί, κρατήστε το εκεί 1 λεπτό και αφαιρέστε το από τα αυτιά με κλίση του κεφαλιού.
- Ρίξτε σε 400 ml βραστού νερού 3 κουταλιές της σούπας ψιλοκομμένα φύλλα τσουκνίδας, βράστε το σε μέτρια φωτιά 3-4 λεπτά και μετά αφήστε το να κατακάτσει για 1 ώρα. Πίνετε στη διάρκεια της ημέρας από μισό ποτήρι,

εφόσον το έχετε σουρώσει προηγουμένως.

Άννα Τροφίμοβα, *Gazeta Russa*

Πηγή:rbth.gr