

Léčivé rostliny ve fyziatrii a balneologii

Robert Jirásek, Edukafarm, Praha

Význam léčivých rostlin, resp. fytofarmak je v dnešní medicíně přes možné námitky skeptiků neoddiskutovatelný. Účinné látky rostlinného původu při vhodném dávkování pozitivně ovlivňují nejen jednotlivé orgány, ale působí na celkový zdravotní stav. Uplatňují se zejména při funkčních poruchách a vleklých obtížích; nezastupitelnou roli mají na poli rekonvalescence a udržení dobré kondice.

Být zdravý a zdravým zůstat

Populace často podléhá diktátu médií a reklamních agentur: zachovat si fyzickou krásu, mladistvý vzhled a vitalitu co nejdéle. Vedle toho existuje skupina pacientů trpících akutními i chronickými nemocemi, u nichž se pokoušíme o zlepšení klinického obrazu prostřednictvím fytofarmak. Jednou z možných cest jejich podávání jsou balneologické a další fyzikální procedury: koupele, obklady, výplachy, vdechování a masáž. Kromě lokálního efektu se dosahuje též přeneseného (reflexního) působení na útrobní orgány a orgánové soustavy se všemi zamýšlenými konsekvencemi.

Inhalace, obklady, výplachy

Inhalace (chladná, izotermická, teplá) může být prováděna jak individuálně (10-15 min), tak skupinově (30 min - 3 hod). Podává se za účelem zředění bronchiálního sekretu, tlumení zánětlivé reakce a jako antiseptikum dýchacího ústrojí. Je realizovatelná jak ve zdravotnickém zařízení (zejm. přístrojová inhalace), tak improvizovaně i v prostředí domova. Aby byla efektivní, musí být dosažena předepsaná velikost částic vdechované aerodisperze.

*Rp.
Levomentholi
Eucalypti etherol. aa 1,0
Pini pumil. etherol. 4,0
Ethanolii 60% ad 20,0
M. f. solutio*

D. S. 20 kapek do horké vody k inhalaci

Obklady se rozlišují chladné, teplé a dráždivé. Jejich cílem je dosažení vazokonstrikce nebo naopak hyperémie ošetřované oblasti, aby se omezil otok nebo se podpořila krevní cir-

kulace a resorpce zánětlivých ložisek. Při zabalování je zakrýváno více než 50% těla a suchou svrchní pokrývkou bráníme úniku tělesného tepla.

*Rp.
Chamomillae extr. fluid.
Hamamelidis extr. fluid. aa 100,0*

M. D. S. 3 lžíce na 1 litr vlažné vody ke koupelím nebo obkladům

Výplachy na organismus působí jednak svým chemickým složením, jednak teplotou a objemem.

*Rp.
Chamomillae extr. fluid.
Calendulae extr. fluid. aa 100,0*

M. D. S. 1-2 lžíce na 1 litr vlažné vody k výplachům pochvy

Koupele a masáže

Koupele klasifikujeme na celkové a částečné. Celková lázeň může být chladná (hypotermická, 10-34 °C), indiferentní (izotermická, 34-36 °C), teplá (hypertermická, 37-42 °C) nebo se stoupající teplotou. Částečná lázeň (chladná, 6-10 °C; teplá, 38-46 °C) je určena především pro ošetření horních a dolních končetin. Specifickým druhem koupelí je sedací lázeň a přísadové koupele. Délka koupele je často individuální, obecně se uvádí trvání okolo 10-20 min. Účinek přísadových koupelí lze podpořit vložením perličkového roštu s instalovaným přívodem stlačeného vzduchu. Siličné koupele (zejm. jehličnatá a jalovcová) jsou kontraindikovány při zánětlivých onemocněních ledvin, rozmarýnová, hořčičná a puškvorcová v těhotenství a při kojení.

Masáž (ruční nebo přístrojová; celotělová či partiální) je určena k předcházení vzniku chorob a k příznivému ovlivnění průběhu nemoci a jí vyvolaných změn. Má místní (zlepšení trofiky kůže, podkoží, svalů a vaziva, podpora cirkulace mízy, vstřebání exsudátů aj.), vzdálené (reflexní) a celkové (sedativní, stimulační atd.) účinky. Mechanický efekt je možné posílit masážními prostředky (např. Olivae oleum raffin.) s derivačními a osvěžujícími složkami (Capsici tinctura normata, Thymii etheroleum, Citri etheroleum aj.).

*Rp.
Levomentholi
Ethylis acet. aa 5,0
Camphor. racem. 10,0
Eucalypti etherol. 2,5
Neoaquasorb 75,0
Aq. purif. ad 500,0*

M. D. S. Francovková emulze

Přísadové koupele

- **jehličnatá:** 1 kg čerstvých pupenů borovice lesní se v přikryté nádobě povaří ve 4 litrech vody; po mírném zchlazení se zfiltruje a vlije do vody ve vaně. Teplota koupele: 37-38 °C (při revmatismu, neurocirkulační astenii, rekonvalescenci po těžkých chorobách).
- **jalovcová:** 100-200 g jalovčinek se krátce povaří v litru vody a scedí do vody ve vaně. Teplota koupele: 37 °C (při osteoartróze a neuralgiích).
- **s tříslovinou:** 50 g taninu se nasype do vody ve vaně. Teplota lázně: 34-37 °C (adstringens, při kožních chorobách, mokvajících ranách).
- **škrobová:** 25 g bramborového škrobu se předem rozmíchá ve 200 ml vody a vlije do 2 litrů vroucí vody. Po zchlazení se přidá 50 g glycerolu a celá směs se nalije do vanové lázně. Teplota koupele: 35 °C (antipruriginosum, při akutní exacerbaci atopické dermatitidy apod.).

Literatura u autora

