

# Θεραπεία με βότανα; Τί λάθος κάνω;

Τα τελευταία χρόνια βλέπουμε όλο κ περισσότερους ανθρώπους να αναζητούν λύσεις πιο φυσικές, πιο ολιστικές για τα προβλήματα υγείας τους. Όλο και περισσότερος κόσμος στρέφεται στα θεραπευτικά βότανα είτε για πρόληψη είτε για άμεση αντιμετώπιση της ασθένειας του.

Κάποιοι απ' αυτούς επιλέγουν αυθαίρετα τα βότανα που θα χρησιμοποιούν, είτε μέσω κάποιας διαφήμισης είτε μέσω γνωστού προσώπου. Κάποιοι πάλι, απλά καταχωρώντας τα συμπτώματά τους στο ίντερνετ, επιλέγουν το «κατάλληλο» βότανο που αντιστοιχεί, ή αρκούνται στα 2-3 πρώτα άρθρα που θα διαβάσουν και νομίζουν ότι είναι καλυμμένοι.



Υπάρχουν όμως και εκείνοι που αναγνωρίζουν τη σπουδαιότητα της διαδικασίας και απευθύνονται σε έναν εξειδικευμένο θεραπευτή, συγκεκριμένα σε ένα Βοτανοθεραπευτή πλήρως καταρτισμένο.

Η γνώση του σημερινού Βοτανοθεραπευτή δεν είναι βασισμένη σε

«θαυματουργά» μαντζούνια των παλιών γυρολόγων. Η σημερινή Βοτανοθεραπεία δεν ταυτίζεται με τους λεγόμενους κομπογιανιτισμούς και τσαρλατανισμούς.

Η Βοτανοθεραπευτική βασίζεται σε επιστημονικές έρευνες και μακροχρόνιες μελέτες. Βασίζεται στην ιατρική παράδοση, σε καταγραφές ξακουστών γιατρών που ασκούσαν την Ιατρική εκατοντάδες χρόνια πριν αναπτυχθεί η Βιομηχανία Φαρμάκων.

Τα τελευταία όμως χρόνια παρατηρείται μια τάση αναβίωσης της θεραπευτικής χρήσης των βοτάνων και των προϊόντων φυτικής προέλευσης προκειμένου να προλάβουν ή να αντιμετωπίσουν μια ασθένεια.

Η σύγχρονη φαρμακολογία χρησιμοποιεί ή μιμείται με συνθετικά παράγωγα τις ιδιότητες των θεραπευτικών βοτάνων βασιζόμενη στις τελευταίες εξελίξεις και έρευνες της φαρμακογνωσίας. Σήμερα πλέον, ο θαυματουργός κόσμος των φαρμακευτικών φυτών γεμίζει τα ράφια και τα εργαστήρια των φαρμακείων.

Ποιος είναι όμως ο σωστός, ενδεδειγμένος τρόπος χρήσης αυτών των βοτάνων; Σε ποια μορφή πρέπει να χορηγηθεί ένα X βότανο για μια X πάθηση; Σε κάψουλα; Σε βάμμα; Σε έγχυμα; Σε εκχύλισμα; Φρέσκο; Ξηρό; Σε τί δοσολογία και ποια είναι η κατάλληλη ώρα χορήγησης του μέσα στη μέρα; Ποια βότανα δεν πρέπει να δοθούν παράλληλα;

Το κάθε βότανο έχει 50 θεραπευτικές ιδιότητες. Δεν θα δώσει και τις 50 ιδιότητες σε ένα άνθρωπο. Το κάθε βότανο θα δράσει διαφορετικά στον καθένα μας ανάλογα το τί θέλουμε να πετύχουμε. Μπορεί να χρειαστεί να το συνδυάζουμε και με άλλο ή άλλα βότανα.

Δεν είναι όλα τα βότανα για όλους. Τα συμπτώματα είναι το τελευταίο που κοιτάμε. Εμείς οι βοτανοθεραπευτές ψάχνουμε την αιτία και τα χαρακτηριστικά του κάθε ατόμου.

Όλα αυτά και άλλα πολλά είναι αδύνατον να τα γνωρίζει κάποιος αν δεν έχει αποκτήσει εμπειριστατωμένη γνώση και θεραπευτική εμπειρία. Είναι τόσο μεγάλος ο όγκος πληροφοριών, που θα πρέπει κάποιος να διαβάσει 100 βιβλία για να αποκτήσει επαρκώς

γνώση περί βοτανοθεραπευτικής και φαρμακευτικής χρήσης των βοτάνων.

Γι' αυτό, μην κάνετε πειραματισμούς με τα βότανα ή άλλα φυτικά σκευάσματα χωρίς να συμβουλευτείτε κάποιον ειδικό. Μην βασίζεσαι την υγεία σας σε απλές αναζητήσεις στο διαδίκτυο που βρίθει από ανεργάτιστες γνώσεις και αναξιόπιστες πληροφορίες. Η φυτοθεραπεία απαιτεί σεβασμό τόσο από τους ασθενείς που την επιλέγουν όσο και από τους επαγγελματίες υγείας που την εφαρμόζουν.

**ΤΑ ΒΟΤΑΝΑ ΣΕ ΚΑΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΚΑΙ ΙΔΙΩΣ ΣΕ ΣΟΒΑΡΕΣ ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΔΕΝ ΑΝΤΙΚΑΘΙΣΤΟΥΝ ΤΗ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΘΕΡΑΠΟΝΤΑ ΓΙΑΤΡΟΥ ΣΑΣ. ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΒΟΗΘΗΤΙΚΑ Ή ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ.**

**Οι πληροφορίες που παρέχονται στο άρθρο ΔΕΝ υποκαθιστούν ιατρικές συμβουλές και έχουν ΚΑΘΑΡΑ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ σε κάθε περίπτωση.**