

Miért növények?

Miért fitoterápia?

Miért Alveo?

Az ember léte elképzelhetetlen növények nélkül! A társadalom fejlődésével bővült a növények használati területe is. Nem csupán az étrend bővítésében, de az építészetben, a kozmetikumok elkészítésében, különböző iparágakban és sok más területen is.

A Középkorban a fűszernövények érték-mérceként szerepeltek adás-vételnél hasonlóan a pénzhez.

Körülöttünk, néha közvetlen lábaink alatt kolosszális mennyiségű hasznos növény létezik, melyek tulajdonságairól nincs tudomásunk! A lehetséges felhasználási területük szerteágazó - lehet gyógyító, ehető színező vagy éppen aromatikussá, inszekticid, kozmetikai vagy egyszerűen dekoratív növény.

A fitoterápia előtörténete egyforma a világ minden részén! Ez, úgymond az őskori orvoslás bizonyos etapja, amikor is az ismeretek felhalmozódása a különböző növények hatásáról a szervezetre az ember mezőgazdasági folyamatok elsajátításakor történt. Akkoriban még nem különböztettek meg ehető ill. gyógyhatású növényeket, sőt orvoslás sem létezett, mint külön tudomány. Ebben az időben az első ismeretek a növények hatásáról a hibák és próbák módszerével halmozódtak fel. A gyógyító ismeretek és képességek párhuzamosan fejlődtek a mezőgazdaság és kereskedelem által, mégpedig a különböző népek, emberek ismereteinek megosztása, információcsere eredményeként. Tudunk az orvoslás magas fejlődési szintjéről az ókori Egyiptomban, Görögországban, Mezopotámiában mely felhasználta a növényi, állati eredetű és ásványi anyagokat.

Az első megőrzött orvoslási literatúra írásbeli alkotása Kínában lett rögzítve k.e. 2800 körül. Ezt, a világ legősibb farmakopeáját - a legendáris Seny-nun imperátor írta - aki maga is emberek gyógyításával és gyógymódok kutatásával foglalkozott. Nem kevésbé ismert „Huandi imperátor tankönyve” is, aki k.e. 2698-2599 élt. A legutóbbi adatok szerint nincs kizárva, hogy az említett írások kora nem haladja meg a k.e. 3000, viszont ez nem jelenti, hogy az utóbbiakban leírt receptek szóbeli tradíciók által nem lehettek őrizve még sokkal korábbiakról. A kínai filozófia és azon alapuló medicina állítja, hogy a Világmindenség létezése és benne az emberé, feltételezi az állandó kölcsönhatását a két ellenkező pólus Jin és Jan, és az egyensúlyát az öt fő ősi elemének: a víz, a levegő, a föld, a fa és fém. A beteg gyógyítása a kínai tradicionális módszerek által többnyire a külvilággal való kölcsönhatás szabályozásában rejlik, nem csupán magát a betegséget figyelembe véve, de az évszakot, légkört, környezetet, diétát, emóciókat, szokásokat stb. A tradicionális kínai orvoslás a mai napig folytatja a növényi, állati és ásványi eredetű természetes anyagok széleskörű felhasználását.

Az orvoslás történelmében fontos helyet foglal India orvoslási rendszere is, ami Ajurveda néven ismert és szó szerint „élet művészetet” jelent. Az indiai mitológia szerint az Ajurvedat közvetlen az istenek adták át embereknek, aminek szövege, összegzése Ved szövegeknek - szent indiai mondáknak - amik valójában az indiai vallást és kultúrát képezik. Ez utóbbiak létezése 10 000 évnél több, bár írásbeli bejegyzéseik evidensen sokkal későbbiek. A gyógy ismeretek, tradicionálisan közvetlen a tanítóktól tanítványaiknak adódtak át, így nem merült fel az írásbeli rögzítésük szükségessége, melyek viszonylag későn jelentek meg (I sz.). A Rigvedában (mondák egy részlete) több mint 1000 gyógynövény leírása szerepel! Az indiai

orvoslási rendszer, csak úgy mint a kínai, a betegségek megelőzésén és kezelésén alapszik az étkezés, mozgás, tudat és a külvilág közötti egyensúly létrehozása által. Az orvoslási rendszer nem csupán gyógyfűvek és más anyagok felhasználását, diéta betartását, testedzést jelent, de bizonyos mentális és fizikai gyakorlatokat, melyek segítenek a betegnek ráhangolódni a pozitív emóciókra, felébreszteni szervezet képességét az önregulációra. Az ilyen gyakorlatok rendszere, nevezetesen a jóga (elemei feltárhatók a kínai orvoslásban is) a test életenergia irányítását és a gondolkodás tökéletesítését írja elő.

Nyugaton a legősibb orvosi emlékmű Egyiptomban található. A híres Ebers papirusz, mely feltehetően k.e. 1550 lett írva, több mint 800 gyógynövény adatát tartalmazza, beleértve az általunk is jól ismert növényeket, mint az ánizs, kömény, sáfrány stb.

A legkorábbi görög orvoslással kapcsolatos adatok a IV sz. jelentek meg. Az első illusztrált gyógyfű katalógusok is kb. ekkor készültek. A görög orvoslás gyökerei mély őskorba vezetnek el. Minden görög isten, gyógyító tudással rendelkezett, sőt saját orvosuk is volt – Asklepios (a római mitológiában - Esculapus), ki lányaival Gigea-val és Panacea-val nem csak isteneket, de halandókat is gyógyított, ha lehetősége volt, még halottakat is feltámasztott. Görögországban rengeteg gyógynövényt használtak, melyeknek nagy része a modern orvostudományba is bekerült, pl. a mák. Számptalan ógörög növény megnevezést a kortárs botanikus nomenklatúrában használnak. A híres görög orvos Hippokratész könyvében, melyről csupán hivatkozásokról sikerült tudomást szereznünk, több mint 450 gyógynövényt írt le.

A római orvostudomány magában foglalta a Földközi tenger területeinek többségét kiterjesztve azokat a leigázott országokra, elsajátítva azok analóg ismereteit.

Az első európai teoretikus gyógy rendszer alapjainak Claudius Galenus munkáit tartják, aki Marcus Aurelius imperátor személyes orvosa volt. Átala a II. sz. –ban írt „Az emberi testrészekről” tanulmánya amellelt, hogy első ízben foglalta össze az állatkísérleteken alapuló orvoslási ismereteket egységes tanba, tartalmazott 120 méregellenszert és orvosságot. Műve az egyház által elismert és az európai orvostan alapja lett XV-XVI sz.-ig. Galenus elsőként vezette be nem az egész gyógynövényt, de a vizes, szeszes kivonatait, melyeket a mai napig ismerünk galen készítményként.

A másik legismertebb képviselője a római orvostudománynak Dioskorides volt, a római hadsereg orvosa, aki végigkísérte a római légiókat hadi útjaikon, és megalkotta az első „De materia medica” gyógyfű katalógusát, mely az akkoriban ismert összes gyógynövény leírását (kb.500) tartalmazta.

Egészen a XVIII. sz.- ig a gyógynövények felhasználásával, termelésével és az általuk való orvoslás tanításával a kolostorokban foglalkoztak. Valahfrid Strabo aki 807- 840 a svájci Reichenau kolostor vezetője volt latin nyelven írt költeményét a gyógynövényeknek szentelte, melyben leírta a ruta, tök, mák, liliom, menta stb. természetét.

Nagy hatással volt az európai orvostudomány fejlődésére, különösen a középkorban az arab országok gyógyászati tradíciói. Legismertebb képviselője ez utóbbinak Abu-Ali ibn Sina (980-1037), Európában Avicenna néven ismert tudós, akinek sokoldalú tudása a természettudományok, filozófia és medicina terén egyedülálló volt. Az ”Orvostudomány kánonja” című műve napjainkig sem veszítette el jelentőségét. Avicenna elsőként alkotta meg a több mint 900 gyógy anyag összesítését, utalva azok eredetvizsgálatára és minőségére.

A XVI. sz. – i svájci orvos Paracelsus a növények forma és színek egybeesésére támaszkodva, a lehetséges alkalmazási és gyógyászati lehetőségeket írta le ismert művébe, amit később a jelek teóriájának neveztek. Utóbbi szerint „bármely alkotását, a természet számon tartva sajátosságait teremt meg, melyeket elrejt benne” Vagyis, e teória szerint a gyógyhatása a növénynek valami külső jel által sugallt, pl. olyan növény, aminek levele szív alakú - a szív gyógyítására alkalmas, a dióbél formája arra utal, hogy agyi megbetegedések kezelésére alkalmas stb. Persze napjainkban mosolyoghatunk az ilyen ötleteken. Mindazonáltal a sok éves tapasztalatok, melyeket hasonló bizarr ötletek indukáltak, számtalan tapasztalat megszerzéséhez vezetett, melyekből a hibás elvetődött, a hasznos megmaradt. Így pl. a Colchicum speciosum - pompás kikerics - melynek gyökerei hasonlóak a köszvény által deformált ujjperecekre, és a kolchicin, amit belőle nyerünk - a mai napig is a leghatékonyabb szernek bizonyult a köszvény gyógyításában! Nem kevésbé érdekes a következő történet, ami a jelek teóriájának köszönhető: a fűzfa, mindig víz mellett nő, és sosem „fázik meg”, ezért gyógyíthatja a megfázást, influenzát, reumát, és egyéb olyan megbetegedést, amit megfázás okoz. Mivel a fa kérge védi a hidegtől - benne keresendő a feltételezhető gyógymód is. Hát nem csodálatos, hogy pont a fűzfa kérgéből nyerhető egy univerzális, általunk már jól ismert szer az aszpirin! 1829-ben francia farmakológus Leru állította elő a fűzfa kéregből az általa salicin - nak nevezett anyagot, a latin fűzfa nevéből - Salix - adódóan.

Paracelsus érdeme még a gyógyító kémia (mai farmakológia elődje) megalkotásában is rejlik. Ő választotta ki elsőnek a növényekből individuális hatékony alkotóelemeit! A mai farmakológia hasonló anyagok szintetikus előállításáról szól.

Bármilyen növények tartalmaznak fehérjéket, zsírokat és szénhidrátokat - amik minden élőlény fő alkotóelemeit képezik. A növényi fehérjék és zsírok néhány olaj kivételével, nem annyira gyógyító, mint inkább táplálék szempontjából bír jelentőséggel. Ezekkel inkább a diabetológia foglalkozik.

Bonyolultabb a helyzet a szénhidrát komponenssel. A cukrok, keményítők szintén csupán energiaforrásként említhetők. Orvosi szempontból érdekesebbek azok a növények, melyek képesek felhalmozni bizonyos hatóanyagokat, bioaktív vegyületeket.

Miért Alveo?

Bármilyen fennálló betegség esetében a mai fejlett orvostudomány számtalan megoldási lehetőséget ajánl fel, melyek közt valójában a laikusnak kell választani. Az élet tempója és a követelmények magas szintje a leghatékonyabb, leggyorsabb módszert, lehetőséget, megoldást követelik, melyeknek következménye és egyben a hátránya (jobbik esetben) ill. káros eredménye, (súlyosabb esetekben) a rövid távú hatékonyság, gyenge, felszínes eredmény vagy éppen a gyógyulás látszata. Az utóbbi hosszútávon jelentősebb egészségrombolással is járhat. Fennmarad a kérdés - mi legyen a teendő? Evidensen egészségügyi problémák esetén első lépésként az orvoshoz fordulunk, akinek feladata a helyes kórisme megállapítása és az adott lehetőségek felajánlása. Csaknem 20 éves orvosi pályafutásom alatt rá kényszerütem arra, hogy végignézzem az egészségügy rohamosan zajló metamorfózisait, ami egyrészt egyre jobban kerül a különböző szociális, politikai, gazdasági változások hatása alá, és ez által törvényszerűen módosul. Az amúgy is túlterhelt kollégák is gyakorta nehezen képesek követni az új módszerek, gyógyszerek bevezetését. A gyógyszeripar termelése évi több ezer új medikamentum megjelenését foglalja magába, ami még jobban nehezíti a helyzetet. A bevett és megszokott elképzelés, miszerint ha van valami panasz - arra mindig van megfelelő tablettá, még mindig jól működik. Az igazság az, hogy

mindkét oldalról, mint az orvos - úgy a páciens oldalról, ez tűnik a legegyszerűbb és leggyorsabb megoldási lehetőségnek. Félreértés ne essék - tény, hogy számtalan esetben szükség van a gyógyszeres kezelésekre, sőt-számtalan tünet, panasz és jelenség nem oldható meg kémiai vegyületek hatása nélkül! A hiba ott következik be, ahol feledésbe merül, hogy az emberi szervezet - egy végtelenül bonyolult rendszer, melyben minden összefüggésben van, és ha bármilyen ráhatást gyakorlunk egyes részeire – az, az egész szervezetre kihat. Szempont kérdése persze! A polipragmaziás hozzáállás, ami kisarkítva úgy fest, hogy fülfájásra - „fül gyógyszer”, viszketésre - „viszkettség elleni”, csuklásra - „csukláselleni” stb.- valójában hatékony is lehet, mert a fülfájás enyhül, a viszketettség megszűnik tőle, mivel a tünetet megcélozva hat, viszont maga az ok, ami a panaszt okozta továbbra is fennáll, és idő kérdése mikor fogja előidézni újra. A másik szélsőséges megközelítése a problémáknak a „mindenre” ható gyógyszerek, melyek „hatékonyságát” egy egyszerű példán demonstrálnám - pl. ha egy kis baleset kapcsán eltörne a kisujja, és emiatt nyakig begipszelnénk az illetőt. Evidensen az elszennvedett kisujjtörés is szépen beforr, idő kérdése az egész. Csakhogy ez az idő hogyan fogja befolyásolni a test többi begipszelt részét, az már egész más kérdés!

Olyan univerzális gyógyszer nem létezik, ami mindenre hat, ráadásul jól, nem okozva károkat.

A probléma tehát a megközelítésben van - nem a tünetet kell megoldani, hanem az okot, és nem olyan módon, ami az egész rendszerben (szervezetben) eltéréseket okoz, hanem magát a rendszert kell megerősíteni olyan módon, hogy képes legyen önmagában megoldani ezeket a tüneteket/hibákat!

Ennek több módja van: a megelőzés, a saját ellenálló képesség erősítése, a fiziológiai folyamatok (mint pl. az emésztés, kiválasztás, anyagcsere stb.) támogatása, korrekciója, segítése. Eme célok eléréséhez csupán természetes, ökológiailag tiszta, könnyen elsajátítható anyagok használata jöhet szóba.

Ilyen növényi alapanyagok ideális kombinációja a 26 növény kivonatát, mézet, juharszörpöt tartalmazó Alveo.

2009.05.13.

**Dr. Zincsenkó Irén
pszichiáter**