

BOLÁČKY V ÚSTECH A HOREČNATÉ PUCHÝŘKY (AFTY)

Vyrážka malých bolestivých aftů s lokální citlivostí, které jsou uskupeny a obehnány zarudlým prstencem. Naplňují se tekutinou a někdy z nich mokuje hnis. Tyto boláčky se nejčastěji objevují okolo úst, ale někdy i na pohlavních orgánech. Přesto, že medicína říká, že příčinou je virus I herpes simplex, je zde mnoho přispívajících faktorů, jako fyzický či emocionální stres, opalování, kožní odřeniny, horečka, prosté nachlazení, či používání drog či prášků potlačujících imunitu.

Podle chápání tradiční japonské medicíny a Shiatsu je infekce tímto virem výsledkem příliš JIN stravy. Důvodem, proč infekce začne být aktivní, je příliš mnoho JIN potravin nebo nedostatek soli ve stravě a slabé ledviny, které jsou spjaty se zadržováním sodíku v tělesných tekutinách. Bez sodíku v tělesných tekutinách dochází ke ztrátě přirozené imunity proti virům. Je třeba připomenout, že virus I herpes simplex v těle zůstává po celý život, ale většinou je nečinný, alespoň do chvíle, než mu svou (špatnou) životosprávou připravíme vhodné podmínky.

UŽITEČNÉ RADY

VODA S DŘEVĚNÝM POPELEM - se používá pro bolestivou kůži, nateklé dásně, bolesti úst, afty, moučnivku, bolesti úst v souvislosti se zuby, citlivé či bolestivé dásně, vřídky, vředy a sněť, problémy z nachlazení.

Na bolest v ústech použij 1/4 šálku přírodního dřevěného popela a zalij 3/4 šálku vroucí vody. Jako když děláš kávu. Zamíchej a nech popel ustát na dně. Čistou vodu slij do jiného šálku, počkej, až zbytky popela sednou ke dnu a znovu slij. Opakuj, až získáš čistou vodu. Přidej zarovnanou (ne vrchovatou) čajovou lžičku soli. Tuto vodu drž pár minut v ústech, ale nepolykej. Pak vypláchni ústa vlažnou vodou a chvíli počkej v naprostém klidu. Je-li třeba, celý postup se může opakovat, dokud bolest neodezní.

PRÁŠEK DENTIE - se používá na odstranění vřidků a boláček v ústech. Smíchej prášek Dentie se slinami tak, aby vznikla pastovitá hmota. Namaž ji přímo na vřídka či horečnaté afty v ústech. Toto dělej alespoň 3 krát denně.

ČAJ BANCHA S UME KONCENTRÁTEM - jako nápoj se používá čaj Bancha s kapkou UME koncentrátu či kouskem švestičky Umeboshi.

ZLEPŠIT A POSÍLIT FUNKCI LEDVIN (ne při horečce!):

Protože ledviny zlepšují cirkulaci krve a tím v ní zvyšují objem použitelného kyslíku.

- ☺ Podle konstituce a kondice pacienta horký zázvorový (nebo solný) obklad na ledviny (20 minut).
- ☺ Brzy ráno 10 minutové rychlé procházky v trávě s rosou.
- ☺ Řádně se vypořit v sauně.
- ☺ Horká lázeň v 1% roztoku soli (20 minut).

M O U Č N I V K A

Jde o běžnou plísňovitou infekci v ústech, která většinou postihuje novorozence a malé děti, i když starší děti a dospělí může zasáhnout také. Políčka nebo lehce vystouplé mléčné bouličky, které se nedají setřít z jazyka a rtů ukazují na přítomnost

moučnivky. Políčka nejsou bolestivá, pokud se nesnažíte je setřít. Jejich odstraňování způsobí malé bolestivé afty. A tak u dětí může vzniknout bolestivý ústní zánět.

Za příčinu moučnivky se pokládá plísňovitá houba *Candida albicans*, která se objeví při porodu, když děťátko prochází porodním kanálem, zvláště trpí-li v té době matka vaginální plísňovou infekcí.

U jiných osob může být moučnivka výsledkem léčby antibiotiky, která převrátí přirozenou tělesnou rovnováhu. Přirozená odolnost se snižuje i vlivem procesu stárnutí.

Z hlediska Shiatsu se moučnivka objeví v okamžiku, kdy děťátko přejde z mateřského mléka na jeho náhražky. Boláčky v ústech u dospělých mají příčinu již v minulosti a ukazují na nesprávnou životosprávu po delší časový úsek.

UŽITEČNÉ RADY

- ☺ Bavlněný hadřík namotaný na špejli namáčejte do silného čaje Bancha se solí a jemně vytírejte a čistěte ústa. Deset minut nechte působit a znovu. Toto opakujte alespoň 3 krát denně po dobu 2-3 dní nebo do vymizení problému.
- ☺ Dietetické doporučení: Bolest zpravidla odezní během jednoho dne a dítě může zase pít mateřské či obilné mléko. Jestliže dítě pije nějaké náhražky a mateřské mléko není dostupné, postupně množství náhražek zmenšujte a zařazujte rýžové mléko lehce přislazené sladěnkou či amasake.

Veškerá jmenovaná specifika posílám poštou z našeho VO skladu.
Zdarma si vyžádejte kompletní nabídku bio produktů (cca 250 položek)

Neprodejné!

Studijní materiály Školy Shiatsu Ki
Vaše zkušenosti a další rady uvítám

bob.dvorak@dobruska.cz

www.bobdvorak.webnode.cz

tel: 731 402 242