

Kineska medicina i akupunktura za bolji IMUNITET

NAJTEŽE JE (ALI NAJBOLJE) BOLEST SPRIJEČITI

Drevna i tradicionalna kineska medicina u kombinaciji s klasičnom medicinom pokazala se sve učinkovitijom u liječenju i prevenciji većine „modernih“ bolesti, od alergija, migrena, raznih upala, bolova, apscesa, kožnih bolesti, ovisnosti poput pušenja, debljine i alkoholizma pa sve do autoimunih i malignih oboljenja koje najčešće nastaju zbog pada imuniteta i smanjenja otpornosti tijela da se odupre vanjskim štetnim utjecajima.

Novi pristup uključuje i nova pravila jer je, za razliku od naše „zapadne“ medicine, kineska medicina prvenstveno preventivna i potiče održanje otpornosti i imuniteta tijela što je za mnoge još uvijek teško prihvatljivo jer pomoć liječnika „po navici“ traže samo onda kad je već kasno i kad bolest napadne tijelo.

CJELOVIT PREGLED KOJI UKLJUČUJE CIJELO TIJELO

Dr. Krunoslav Reljanović, specijalista opće medicine koji se tradicionalnom kineskom medicinom i akupunkturom bavi već 30 godina, postao je nezamjenjivi obiteljski terapeut u velikim i malim tegobama koje svakodnevno pogađaju njegove pacijente iz cijele Hrvatske. „Ljudi obično kinesku medicinu odmah poistovjećuju s akupunkturom jer im je to najbliže i ne zabrinjavaju se previše oko cjelokupnog tretmana pa se začude što sve obuhvaća jedan pregled i tretman u mojoj ordinaciji” – kaže dr. Reljanović dodajući kako sve najčešće iznenadi dijagnoza putem pulsa i jezika. „Jezik može puno toga pokazati. Njegovo „tijelo“ služi za ocjenjivanje stanja organizma. Zdrava boja jezika je svijetlocrvena, no ako je jezik bijel, jarko crven, plavkast ili pun nekih naslaga bijele ili žute boje, to znači da je neka upala ili viroza u pitanju. Međutim, ta tehnika ne pokazuje samo vanjske smetnje nego se putem jezika ocjenjuje i stanje unutarnjih organa, odnosno patološki faktor koji ih je napao. Mjerenje pulsa druga je metoda. Svaki organ ima svoj puls i ako je on pojačan, smanjen, prigušen ili isprekidan također me može ta informacija upućivati na neku nepravilnost u radu pojedinog ili više organa. Najčešće se uz ta dva pokazatelja gleda i koža, sluznica, oči...a konačna dijagnoza uključuje kompletan, cjelovit pregled osobe, i tek tada se predlaže tretman” – kaže dr. Reljanović.

Ovakvi pregledi posebno su preporučljivi, kaže, kod zdravih osoba koje se žele zaštititi od štetnih utjecaja viroza, alergija i sl., a preporučuju se i preventivni tretmani za jačanje imuniteta koji, ako se pravilno i uravnoteženo primjenjuju, mogu osigurati dug vitalan život, zdravo tijelo i duh na koje se teško „lijepe“ moderni stresovi i bolesti.



KAKO SE U TRADICIONALNOJ MEDICINI PROVODI PREVENCIJA?

Prema riječima dr. Reljanovića, prevencija, koja najbolje štiti i održava imunitet na visokoj razini, se u tradicionalnoj medicini provodi u više smjerova koji se, pak, objedinjuju u jedan veliki i sveobuhvatni tretman;

- najčešće se u rano proljeće i ranu jesen primjenjuje liječenje moksibustijom. To su posebne trave kojima se zagrijavaju određena mjesta na tijelu tj. određene akupunkturne točke. Tom metodom može se liječiti indirektno i direktno. Glavni sastav je crni pelin koji se smota s ostalim travama u stošce ili piramide kojima se zapali vrh i zatim se s njima prolazi iznad akupunkturne točke na tijelu.
- drugi način prevencije je masaža točaka na tijelu koje utječu na imunitet. Najvažnije točke u zaštiti, od recimo gripe, su one na vratu, gornjem dijelu leđa i zatiljku. Te točke se nazivaju „nebeske točke“.
- treći način održavanja imuniteta su vježbe disanja – tehnike disanja „chi gong“ i s tim u vezi – tjelovježba. Na taj način se isključivo jačaju pluća koja su jako važna za širenje imuniteta po tijelu.
- četvrti način je prehrana. Kinezi prehranu isključivo usmjeravaju za jačanje organa bubrega (slano), jetre (kiselo) i pluća (ljuto – đumbir) koji se smatraju najodgovornijima za imunitet i obranu tijela od štetnih utjecaja.
- zadnja je sama akupunktura kojom se potiču „izvor“ točke organa koji su zaduženi za jačanje protoka energije. Točke koje stimuliraju te organe mogu se tretirati i pritiskom ruku, a mogu se stimulirati i električnom energijom.



WEI CHI – OBRAMBENA SNAGA TIJELA

Ako se pojavi poremećaj sa imunitetom – dolazi do gotovo svih bolesti – od onih jednostavnih (prehlada) pa do onih najtežih (karcinomi) i autoimunih bolesti (lupus). Kinezi tu obrambenu snagu zovu „wei chi“. Bitnost njihovog pristupa je da rade na jačanju tog „wei chi-a“, da djeluju na organe koji stvaraju taj „wei chi“ te održavaju prohodnost kanala kojima taj „wei chi“ putuje.

Što je wei chi? To je naš imunološki sustav – tekući imunitet u čijoj osnovi su B-limfociti, i stanični imunitet gdje su T-limfociti. Jačanjem organa koji su odgovorni za stvaranje staničnog imuniteta, odnosno tekućeg, humoralnog imuniteta, mi podižemo našu obranu protiv različitih mikroorganizama na način da potičemo zdravlje, a da se pritom ne oštećuju naši organi.

ORGANI I EMOCIJE

Tretman broj jedan svima je još uvijek akupunktura koja se pokazala odličnom u borbi protiv „bolesti emocija“ poput depresije, nesаницe, anksioznosti, nervoza i psihosomatskih bolesti. Obzirom da je tijelo „složeni stroj“ u kojem je bitno funkcioniranje fizičkog, ali i psihičkog, mnogi bolove u leđima ili glavobolje ne povezuju sa svojim psihičkim stanjima koja ih najčešće uzrokuju. No, ponekad je obrnuto. Loše fizičko stanje pojedinog organa može utjecati na psihu.

Kinezi za svaku emociju „okrivljuju“ jedan disbalans u određenom organu pa je emocija:

- straha i anksioznosti povezana s nepravilnim radom bubrega
- ljutnja i agresivnost povezani su s radom jetre i žuči
- prevelika radost i uznemirenost znak je problema s radom srca
- žalost i depresija najčešće su u direktnoj vezi s nepravilnim radom pluća
- frustracija zbog previše razmišljanja, a premalo realizacije, povezani su s gušteračom i slezenom i čest je slučaj da se baš iz te grupe regrutiraju oboljeli od dijabetesa TIP 2