НАРОДНЫЯ СРОДКІ ЛЯЧЭННЯ ЗАХВОРВАННЯЎ ДЫХАЛЬНАЙ СІСТЭМЫ

Шмеерава Арына Леанідаўна, Рэспубліка Беларусь
Беларускі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт
Беларусь, Мінск
Навуковы кансультант – м. ф. н., старшы выкладчык Носік А.А.

Анатацыя. Работа прысвечана выкарыстанню здабыткаў народнай медыцыны ў сучаснай практыцы лячэння захворванняў дыхальнай сістэмы.
Ключавыя словы: медыцына, народныя сродкі лячэння, захворванні, інгаляцыі, дыхальная сістэма, травы, адвары, лазня, расціранне.

Сучасная медыцына за апошнія дзесяцігоддзі паднялася на раней недасягальны ўзровень. Значна палепшылася тэхнічная аснашчанасць медыцынскіх устаноў, з'явілася магчымасць дыягнаставаць захворванні на самайранняй стадыі і забяспечваць хутчэйшую папраўку чалавека.

Ужо даўно прайшоў час, калі лекар быў вымушаны толькі па знешніх прыкметах угадваць хваробу, спадзеючыся выключна на свае органы пачуццяў. Навука моцна палегчыла гэту задачу. Пры дапамозе разнастайных найноўшых прыбораў і апаратаў, выкарыстоўваючы розныя метады хімічнага і фізічнага аналізу, лекар можа пракрасціся не толькі ў таямніцы дзейнасці таго ці іншага органа або сістэмы ў здаровым і хворым арганізме, але і высветліць, як функцыянуе клетка.

Але раней гэтага не было, таму нашым продкам прыходзілася шукаць розныя метады для лячэння хвароб. Сёння варта прыгадаць, як лячылі захворванні дыхальнай сістэмы.

Перш за ўсё, гэта былі травы. Вялікай папулярнасцю карысталіся лекі, прыгатаваныя з палыну, крапівы, трыпутніку, багуна, бадзягі, ліпы, лісця бярозы, кары ясеня, ядлаўцовых ягад, цыбулі, часнаку, хрэну, бярозавага соку і многія іншыя народныя сродкі. Напрыклад, пры пнеўманіі, калі хворага мучыць кашаль з макротай, карысны сок часныку з малаком.

Таксама можна дыхаць над гарачымі адварамі. Для інгаляцый карысна выкарыстоўваць адвар з цыбулі, мёду, сасновых або ядлаўцовых іголак, лісця дуба, кветак кліпы, варанай бульбы.

Па-другое, гэта лазня. Аб карысці лазневых працэдур і проста наведвання лазні для лячэння захворванняў органаў дыхання і падтрымання здавальняючага стану тых, хто схільны да іх, можна казаць вельмі доўга. Вядома, што гарачае паветра і пара часта застаюцца адзіным сродкам пры пэўных захворваннях. Аддаючы сваё цяпло, выграваючы лёгкія, не даючы магчымасці хваробатворным бактэрыям пранікаць у арганізм і размнажвацца ў ім, гарачая пара спрыяльна ўздзейнічае не толькі на хворыя органы, але і на ўвесь арганізм у цэлым, што таксама важна, паколькі здаровы арганізм актыўна супрацьстаіць любым хваробам.

Репозиторий БГМУ

Руская лазня валодае адной вельмі каштоўнай, характэрнай толькі для яе, якасцю. Гаворка ідзе аб так званым цеплавым удары. Узнікае падобная з'ява, калі на распаленыя камяні парнай печы льецца невялікая колькасць гарачай вады. Змешванне вады з рознага роду гаючымі адварамі і настоямі дае вялізныя магчымасці для ўдыхання аздараўленчых пароў і лячэння мноства хвароб, у прыватнасці хвароб органаў дыхання, паколькі менавіта яны адчуваюць прамое і непасрэднае ўздзеянне жыватворных пароў.

Вельмі добра пры паравых працэдурах выкарыстоўваць венікі, сабраныя з розных парод дрэў, якія густа пакрыты лісцем. Справа ў тым, што кожнае дрэва ў сваім лісці змяшчае гаючыя рэчывы, выпарэннеякіх і ўдыханне разам з парай палягчае працягу захворвання, чысціць ёгкія ад макроцця, аказвае магутнае супраць запаленчае ўздзеянне, абеззаражвае бронхі.

Акрамя веніка для лячэння захворванняў органаў дыхання рэкамендуецца выкарыстанне зёлак, адвар або настой якіх распырскваецца на распаленыя камяні, у выніку чаго выпарэнні, якія валодаюць гаючымі ўласцівасцямі, лёгка трапляюць у лёгкія і хутка дасягаюць пункта прызначэння (хворага органа). Карысна, напрыклад, распырскванне адвараў і настояў з чорнай парэчкі, кветак і лісця святаянніка, скрыпня, ваўчкоў, чабару і мацярдушкі.

Лазневымі працэдурамі можна паспяхова лячыць бранхіяльную астму, бранхіт і запаленне лёгкіх.

Таксама перыядычнае абліванне халоднай вадой, якое чаргуецца з гарачай, шматразовае награванне і астуджэнне цела, – вельмі карыснае для здароўя.

Яшчэ адзін сродак, які выкарыстоўвалі нашы продкі, – расціранне. Пры расціранні адбываецца награванне часткі цела і паскарэнне кровазвароту. Гэта прыводзіць да зняцця спазму, памяншэння глейкасці і палягчэння адыходжання макроты, зняцця раздражнення з легкіх і бронхаў. Акрамя таго, паскарэнне працэсаў метабалізму ў адным месцы прыводзіць да больш хуткага вывядзення прадуктаў жыццядзейнасці патагенных мікраарганізмаў.

Ад зацяжнога кашлю, пры бранхіце выкарыстоўваюць мазь з казінага тлушчу, які змешваюць з мёдам.

Такім чынам, медыцына развівалася на працягу стагоддзяў і пастуупова дасягнула сучаснага ўзроўню. І нават сёння можна з упэўненасцю казаць, што яна не перастае развівацца і ў будучыні дасягне яшчэ большых вышынь.

Литература

1. Кришнев В.К. Народная медицина Беларуси: достижения, проблемы, перспективы, синтез методов и подходов физического (биоэнергетического) и духовного (психоэнергетического) исцеления, излечения и оздоровления человека/научно-практические аспекты народной и нетрадиционной медицины. – Мн: «АЛЬТИОРА», 1996. – С. 12-14.
2. Наука, антинаука и мировой кризис // НАУКА И ЖИЗНЬ. – 2001. – №12. С. 10-17.

FOLK REMEDIES FOR THE TREATMENT OF DISEASES OF THE RESPIRATORY SYSTEM

Shmeyerova Aryna
Belarusian State Medical University
Belarus, Minsk
Scientific supervisor – Senior Lecturer Nosik A.A.

Abstract. The work is devoted to using the achievements of traditional medicine in the modern practice of treating respiratory system diseas.
Keywords: medicine, folk remedies treatment, diseases, inhalation, the respiratory system, herbs, herbal decoction, bath, rub

Репозиторий БГМУ