

Pohled na Celulitidu z Hlediska TČM

Celulitida postihuje v dnešní době čím dál více žen, obzvláště v mladém věku a stává se tak pomalu civilizační nemocí. Velký podíl na tom má také užívání antikoncepce již v mladém věku (nezřídka už od 15 let) .Z pohledu západní medicíny není to nemoc jako taková, spíše se jedná o estetický handicap, ale z hlediska čínské medicíny je to již známka nerovnováhy v organismu. Jde o nedostatečnou energii

v dráze ledvin a sleziny, spolu se stagnací QI a vlhka v dolních partiích těla.

Mohli bychom tento stav nazvat "slabým ohýnkem, na který přikládáme mokré dříví..." Dle TCM dráha ledvin je sídlem vrozeného ohně života YANG, jež zahřívá tělo na "provozní teplotu". Při oslabení tohoto ohýnku pak zákonitě nedochází

k odpařování vody, která tak stagnuje v organismu. YANG ledvin zahřívá a dodává energii do sleziny, která přeměňuje potravu a vzduch na blahodárnou energii Qi

a krev. Při nedostatku energie Qi a krve si naše tělo doslova "říká", ba přímo vyžaduje jídla, která jsou sice energeticky a kaloricky bohatá (z důvodů rychlého doplnění energie), ne však dostatečně vhodná a zatěžující dráhu sleziny. Jedná se většinou o rychlé životabudiče jako jsou různé sladkosti, pečivo, čokolády, černá káva, tonizující nápoje, alkohol, apod.). Tato jídla však dráhu sleziny do budoucna ještě více oslabují a tzv. zavlhčují. Jelikož dráha sleziny vyživuje svaly od pasu dolů, kumuluje se toto vlhko ze sleziny (spolu se stagnací vody z nedostatečného YANG ledvin) v těchto oblastech těla. Proto i léčba celulitidy je zaměřena na rozprůdění stagnace QI a odstranění vlhka v dolních partiích těla a posílení ledvin a sleziny. Obzvláště nutné je dodržování správné výživy, především pak úplného vynechání černé kávy, tvrdého alkoholu a sladkostí a naopak zařazení jídel, která posilují slezinu a ledviny jako jsou obilné kaše, jáhlové a pohankové kaše, celozrnná rýže, houby a veškerá vařená zelenina, hlavně pak dýně a mrkev.

Potraviny, posilující YANG ledvin: veškeré ledvinky (pokud možno domácí či z BIO chovu), krevety, humry, sardinky, hřebíček, fenykl, badyán, skořice, kopr, pórek, pistáciové oříšky, vlašské ořechy, maliny, červené a černé datle

Potraviny, posilující Qi sleziny a vysušující vlhko: jáhly, fazole adzuki (malé červené fazolky), bob obecný (koňský), vřetenokukuřičného klasu, trnky, ostružiny, bambusové výhonky

Potraviny, odstraňující stagnaci energie Qi: třešně, kokosový ořech, tofu, rýže, mrkev, tykev, dýně Hokaido, špenát, ředkvička, pažitka, česnek, cibule, kmín, máta, bazalka, šafrán, oregáno, kardamom, žampiony, houba šitake (houževnatec jedlý), citrón, limetka, mandarinka, hovězí, kuřecí, skopové a husí maso

Více informací získáte na stránkách Mudr.Hoffmanna www.patentnimediceina.cz