

OSTROPEST PLAMISTY wspaniały lekarz wątroby!

Wątroba jest jednym z najważniejszych organów w naszym ciele. Waży ok 1,5 kg, a jej większa część leży po prawej stronie naszego nadbrzusza. Podstawowym jej zadaniem jest filtrowanie krwi ze szkodliwych produktów z naszego organizmu jak alkohol, środki farmakologiczne i inne zbędne szkodliwe substancje.

Jest odpowiedzialna za magazynowanie witamin: A, C, D, E, B12 i za trawienie tłuszczu. Bierze udział w termoregulacji – wypływająca z niej krew jest cieplejsza o 1 stopień, pozbawia hormony zbytnej aktywności, utrzymuje żelazo pod postacią ferrytyny i dopasowuje ją do potrzeb ciała, bierze udział w przemianie węglowodanów w glukozę, a nadwyżki przerabia w glikogen, który reguluje cukier pomiędzy posiłkami i dzięki temu nie dopuszcza do niedocukrzenia w naszym ciele. Wątroba jest organem, który sam potrafi wspaniale się regenerować, ale nie oznacza to, że nie powinniśmy podchodzić do niej z troską. Zbyt duże, nagłe lub permanentne uszkodzenia wątroby przez alkohol, środki farmakologiczne, pasożyty i różnego rodzaju trucizny wprowadzane do naszego ciała potrafią doprowadzić ją do marskości i do niespełniania przez nią podstawowych funkcji życiowych, a nawet do śmierci.

Zostało wymienionych tylko kilka niezbędnych życiowych funkcji tego organu, ale i tak widać jak ważną rolę ona spełnia dla nas.

OSTROPEST PLAMISTY (Silybum marianum L.Geartner) - jest rośliną jednoroczną. Surowiec do celów leczniczych należy zbierać od końca sierpnia do początku września. Najcenniejsze w tej roślinie są owoce w których znajduje się sylimaryna, substancja mająca zbawiennie działa nie tylko na naszą wątrobę, ale także na mięsz nerek. Ważnym zadaniem sylimaryny jest regeneracja, odtruwanie i oczyszczanie wątroby z toksyn i substancji trujących. Pomocna jest także przy odtłuszczeniu wątroby i w jej wirusowych zapaleniach. Owoce ostropestu zwiększają wydzielanie soku żołądkowego dzięki czemu regulują trawienie, oraz wspomagają pracę woreczka żółciowego w wydalaniu zastoju żółci. Przy zatruciach muchomorami, alkoholem czy innymi toksynami ostropest pomaga w towarzyszących kuracjach leczniczych.

Ostropest można stosować na kilka sposobów:

W postaci herbatki: 1/2 – 1 łyżeczkę ziarna ostropestu zalewamy szklanką wody i gotujemy, po doprowadzeniu wody do wrzenia gotujemy jeszcze przez 5 – 7 minut, a później pozostawiamy zioła pod przykryciem na 15 minut. Wywar pijemy 2 x dziennie 1/2 szklanki po jedzeniu.

Zmielone ziarna ostropestu przyjmujemy po 1/2 łyżeczki proszku 2-3 x dziennie po jedzeniu.

W mieszankach z innymi ziołami, mielony: ostropest, korzeń mniszka, len, wiesiołek i kozieradkę w równych proporcjach mieszamy i stosujemy 2-3 x dziennie po łyżeczce w trakcie lub po jedzeniu.



Materiał do artykułu został wykorzystany z książki: Aleksander Ożarowski i Wacław Jaroniewski „Rośliny Lecznicze i ich praktyczne zastosowanie”.

Autor: GRussia

Artykuł pobrano ze strony eioba.pl