

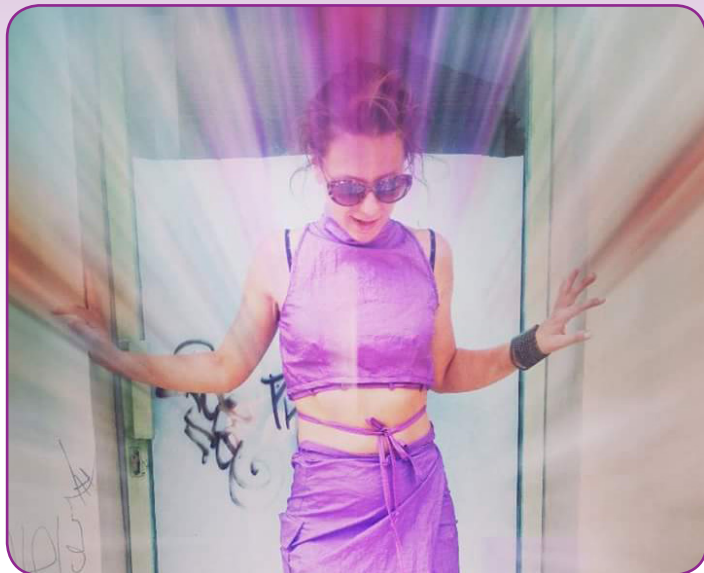
Važnost i uloga u liječenju i očuvanju zdravlja

Alternativna medicina je termin koji se koristi od druge polovice 20. stoljeća za skupinu terapeutskih postupaka koji zbog svoje zastarjelosti ili zbog nedostatka dokaza o djelotvornosti nisu dio medicine. Neke alternativne metode doista nemaju dokazanu djelotvornost, ali većinom jer nisu provedena dovoljno opsežna testiranja. Moglo bi se čak reći da konvencionalna medicina uopće ne priznaje alternativnu medicinu. Službeni krugovi često alternativne terapije i iscjelitelje osuđuju, te odbijaju prihvatiti sve dobrobiti prirodne medicine, premda u novije doba sve češće se nekim metodama koriste i sami liječnici, naravno kao pomoćnim metodama u liječenju.

Što sve spada u alternativnu medicinu? Praktički, to je svaki

ravno, danas u suvremenoj medicini postoje neke grane liječenja poput fitoterapije (i aromaterapije kao jedne od sastavnih dijelova fitoterapije), najstarijeg oblika medicine koju podržava i sama svjetska zdravstvena organizacija. No, doista teško bi bilo poreći da se u Farmakopeji – najvažnijoj knjizi farmaceutske industrije nalazi niz uvrštenih homeopatskih preparata i bilješke o izlječenju i poboljšanju ljudskog organizma.

Medicina danas je zaista silno napredovala. Spoznale su se nove formule i primjenjuju se redovito na pacijente, poboljšane su tehnike u kirurgiji, antibiotici spašavaju živote, dijagnostika je poput proricanja budućnosti... doista je teško obuhvatiti napredak medicine, ali mora se opaziti kako konvencional-



moiscjeljenja, brige o svojem tijelu, umu i duhu.

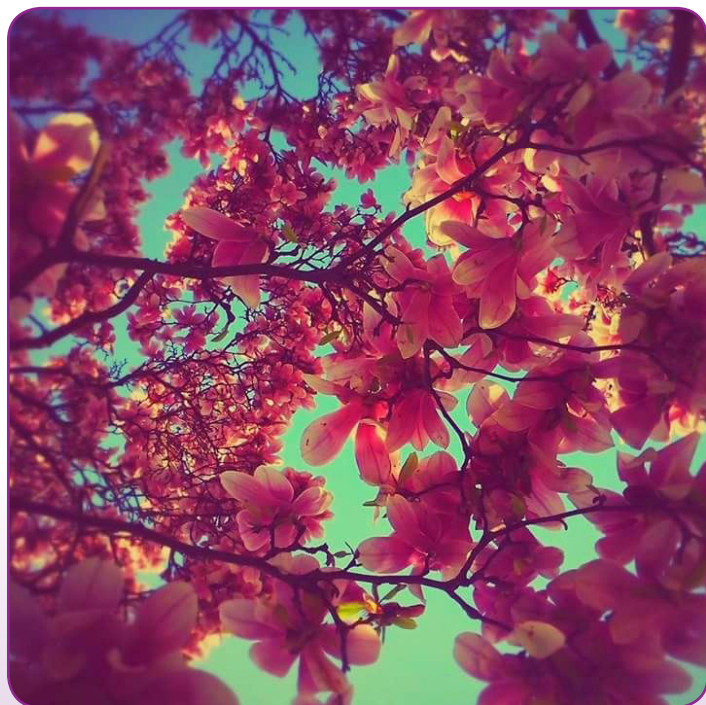
Naravno kako je konvencionalna medicina u suvremenom svijetu postala i unosan biznis, ali nika-ko se zbog toga ne smanjuje broj istraživača tradicijske medicine, već naprotiv raste svih onih koji se nastoje domoći receptura starih drevnih liječnika, medicini, liječenja biljkama prirodnim načinima. U svijetu postoji niz korporacija, fondacija koje svoja velika sredstva ulažu upravo u ovaj istraživački rad, te upućuju svoje ekspedicije u južnoameričke prašume ili na afrički kontinent kako bi otkrili te drevne recepture. Bez konvencionalne medicine ne bi se mogle provesti razne invazivne i fantastične metode i svi načina liječenja. Ali, alternativna medicina je dopuna i svakako se uvijek treba barem informirati koji su najbolji prirodni načini očuvanja zdravlja ili ozdravljenja.

Jedna od drevnih vrsta alternativne medicine je Fitoterapija, u prijevodu upotreba biljnih lijekova za jačanje oslabljenog tjelesnog sustava, za obuzdavanje simptoma bolesti, kao i za poticanje vlastite iscjeliteljske snage koje tijelo posjeduje. Zbog prirodne uravnoteženosti sastojaka u pojedinim biljkama lakše se izlazi na kraj s neuravnoteženošću u tijelu, te se tako naprosto obnavlja zdravlje. Svaki

biljni lijek sadrži jednu određenu količinu sastojaka od kojih svaki teži uravnoteženju s djelovanjima ostalih. Suvremena fitoterapija nije samo alternativna medicina već i dio znanstvene medicine.

Postići idealno zdravlje moguće je samo ako ste zdravi na fizičkom, duhovnom i mentalnom nivou. Navodimo najzanimljivije aspekte ove drevne medicine. Od postanka svijeta hrana se smatra lijekom tako u ayurvedi hrana igra vrlo važnu ulogu u očuvanju zdravlja, te se smatra prema ovoj holističkoj znanosti da svatko od nas ima svoju zasebnu konstituciju, tip tijela (prakriti) što je ustvari individualna kombinacija fizičkih, emocionalnih i mentalnih karakteristika koje su određene vremenom začeća i rođenja osobe.

Alternativna medicina doista ima svakog dana sve više poklonika, dostupna je mnogima, nije agresivna prema organizmu, a najvažnije je da doista vodi računa o pojedincu i njegovom stilu života, bavi se umom, duhom i tijelom. Na neki način danas je alternativna medicina nova industrija kako je ustanovio Nacionalni centar za dopunsku i alternativnu medicinu u Americi.



ljekarski tretman koji nije iz oblasti konvencionalne medicine, a pacijenti ga koriste umjesto nje. To je sve domena alternativne medicine; deseci starih vještina poput namještanja kostiju do homeopatije, akupunktura, kineske medicine, ayurvede, te svih onih tradicionalnih medicina vezanih uz specifičnu kulturu nekog naroda. Na-

na medicina ipak nije svemoguća i kako nije u stanju primjenom lijekova educirati osobe u tome da je održavanje zdravlja garancija za samo dobro zdravlje svakog pojedinca. Farmacija je tu da liječi simptome bolesti, dok alternativna medicina nudi i potiče permanentno dobro zdravlje svakog pojedinca i to na temelju samopomoći, sa-

Maja Panić
091-5499493