

## Тематичний вечір

### “Як вода джерельна, будьте ви здорові”

Здоров'я людини є одним з джерел щастя і повноцінного життя. Достаток і гроші, слава і почесні – все це не має значення для хворої людини. Хвороби вбивають в людині радість життя, будь-які плани і надії. Народна мудрість говорить: “Здоровий жебрак, багатший за хворого короля”.

Поки у нас є здоров'я, ми зовсім не думаємо про нього не переймаємось, але коли воно йде від нас, витрачаємо купу часу, сили і грошей, щоб його повернути. Найчастіше ми самі, в більшості випадків, винні у виникненні ряду захворювань. Так само як здебільшого, ми самі винні у передчасному старінні організму. Це до речі, також результат зневажливого ставлення до власного здоров'я.

А як жити, спитаєте ви, коли здоров'я вже не повернути. Як залишитись на рівні нормального і людського існування, перебуваючи в лабетах недуги. І часто уявлення про недугу і про шляхи її подолання, більшість опиняються на роздоріжжі в розгубленості і не знають як діяти в інтересах збереження здоров'я.

В повсякденному житті кожна людина повинна уміти допомогти собі сама. Для цього, безумовно, потрібно мати деякі знання. І сьогодні ми спробуємо допомогти вам у цьому.

Лікування і споживання рослин йде ще від наших прашурів. Фітотерапія така ж давня як

і початки людською цивілізації. Вона захоче у своїх тисячолітніх таємницях прадавній досвід мудрої людини, її пізнання навколишньої природи. Цей процес був складним, часто небезпечним.

Життя і праця українців серед розкішної природи у надто сприятливому кліматі спонукало їх до споглядання, вивчення та розуміння чарів навколишньої природи. Це збереглося і до наших днів. Погляньте на садиби наших українців. Тут і айстра степова, і нагідки, і любисток, і кручені паничі, і материнка, різні види м'ят, калина, горобина. Різноманітні садовина і городина не лише, як продукти харчування а й як засоби найнеобхіднішого забезпечення людини цілющими вітамінами.

Язичницькі свята Коляди, Водосвяття, Колодія, Великодня, Зелені та Купальські свята, Покрови та Калити – не лише святощі, а й особливі ритуали з січня до кінця грудня. Ці щорічні видовишно – мистецькі дійства, що несуть у своїй основі окрім святощів, ще й приготування особливих напоїв, виробів із тіста, розмаїття страв національної кухні, з урахуванням пір року: зими, весни, літа, осені.

В узварах, напоях, киселях, пасках, весільних та урочистих короваях – ми знаходимо певні, а часом і значні елементи застосування лікарських та їстівних рослин. А скільки рослин стали національними символами, які навіть збереглися до наших днів. Це – калина, материнка, оман, чебрець, горобина звичайна, калган, верба та інші.

Отже, про лікувально-профілактичне значення цілющих рослин вам розповість правознавець, природолюб, біолог Балашко В'ячеслав Трохимович.

## **Виступ**

Засновник медицини Гіппократ писав: “Проти кожної хвороби виросла своя трава”. Але проти якої хвороби і яка трава? Спитаєте ви. Ці питання вирішували древні лікарі минулого, а використовуючи досвід років і лікарі сучасності.

Сучасна наука називає зелений світ фітосферою. Без неї неможливе надбання

цивілізацій, розвиток мистецтв. Медична галузь широко використовує рослинні препарати. Фітотерапія активно повертається в медицину XXI століття, але варто пам'ятати, що фітотерапія рекомендується у більшості випадків, як доповнююча терапія, що допомагає офіційній медицині.

Дві системи лікування не виключають одна одну (лікарські рослини і синтетичні продукти). Неможливо припускати думку, що трави можуть замінити надзвичайно ефективні медикаменти, якими борються проти більшості хвороб. Поряд з тим фітотерапія в деяких випадках має перевагу перед застосуванням швидко і сильно діючих ліків. Через те, що деякі лікарські рослини містять сильнодіючі або отруйні речовини, некомпетентне застосування фітотерапії може призвести до небажаних ускладнень. Тому траволікування бажано проводити під контролем лікаря.

Сьогодні на нашій зустрічі присутній лікар – терапевт Плиту люк Олег Петрович. Він відповість на ваші питання і розповість про застосування фітопрепаратів у традиційній медицині.

## Виступ

Людина повина пізнати себе, як у здоров'ї, так і у хворобі для того, щоб правильно використати свої сили і жити щасливо. Коли ви купуєте дорогі речі, якими плануєте користуватися довгий час, ви обов'язково радитесь з кимось знаючим. А, що із життєвих благ може бути дорожчим за ваше здоров'я?

Тож будьте обережні і обачні зі своїм здоров'ям. Навчившись долати свої проблеми ви зможете впевненіше прямувати по життю і адаптуватися в суспільстві.

На цьому наша зустріч не закінчується. Ви можете задавати питання нашим спеціалістам та спілкуватися між собою.

Дякуємо вам за увагу.