

Algus lk 739

Taimetark usub, et nii nagu ühtki farmakoloogilist ravimit ei tohi liigtarvitada, kehtib sama ka looduslike ravimite kohta.

“Rusikareegel on 20–25 grammi kuivatatud droogi 1 liitri vee kohta. Organism hakkab harilikult tõrkuma, kui liiga kontsentreeritud tömmist saab.”

Krimmi sõnul on näiteks pärnaõis ja nurmenukk diskreetsema mõjuga, mõlema alusel tehtud teed võib juua rohkem ja pikaajalisemalt.

Teisalt kanarbik on kergelt toksiline. “Kanarbik kiirendab küll ainevahetust ning mõjub hästi hingamisteedele, aga kanarbikuteed tuleb kindlasti tsükliliselt juua, mitte liiga kontsentreeritult ja pidevalt. Kuivatatud kanarbikulehti ja -varsi võiks lisada 10–15 grammi liitri vee kohta. Droog tuleks õige kergelt keeta ja lasta tõmmata.”

Apteegist ostetud ravimite pakikestel on kirjas tarbimissoovitus: nii kuivatatud taime ja vee vahetust kui ka kuuri soovituslik kestus. Samuti säilivusaeg.

“Üle kahe aasta seisnud kuivatatud ravimtaimede mõju on küsitav,” teab Heiki Krimm.

Loodus ei ravi kärsituid

“Eurooplase suhtumine on selline, et kui ma olen ühel päeval haige, siis homme tahan ja pean kohe terve olema,” tõdeb Krimm.

“Ja siis võetakse väga kangeid arstimeid. Kõige õigem oleks elada nii, et haigus välja ei arenekski – tuleb ennetada! Külmal ajal võiks juua taimeteesid, vältida tulleks stressi, korrastada oma mõtlemist, liikuda, aga ka süüa tasakaalustatud toitu.”

Farmakoloogilistel ravimitel on sageli omad kõrvalmõjud: haigust ravides võib kahjustada mõnda elutähtsat organit või funktsiooni. Krimmi sõnul pole kõigile inimestele täiesti ohutud ka looduslikud ravimid.

“Tänapäeval on väga palju allergilisi inimesi. Teadlased ütlevad, et meid ümbritseb üle 40 000 allergeeni. Eriti tundlikud on lapsed, nende allergiline reaktsioon on tugevam ja äkilisem. Leidub isegi lap-

si, kes on ülitundlikud oma ema piima suhtes.

Heikki Krimm on välja töötanud mitmeid looduslikel komponentidel põhinevaid preparaate, mida müüakse ka apteekides. Ometi usub ta, et parimad tulemused on ta saanud konkreetse inimesse ja tema haigusjuhtumisse süüvides.

Iga inimene on eriline

“Haigusjuhtumi puhul on kindlasti oluline, kui vana on patsient ja kui kaua on ta selle haiguse all kannatanud. Vastavalt sellele doseerin ka tömmise komponendid.”

Kuid haiguste ärahoidmiseks on parim viis ise raamatutest või internetist taimede kohta teadmisi koguda ja katsetada, millised neist meele reipaks ja organismi tugevaks teevad,” soovib taimetark.

KAJA PRÜGI

Lugemissoovitus:

Ain Raal, “Tervist ja vürtsi maailma maitsetaimedest”

**ONYCOR**

Kas teie varba- või sõrmeküüs on traumast kahjustatud? Kas soovite ergutada küünte kasvu või soodustada tallanaha elastsust?

Onycor sisaldab tömmiseid järgmistest looduslikest komponentidest: agaav, sirel, pune, valge sinep, Cayenne'i pipar, kadakas, lisaks taruvaik ja etüülalkohol.

Küünekahjustuste ja/või -kasvu kiirendamiseks tilgutage mõned tilgad küüne alla ja vaille. Liigsarvestunud tallanaha pehendamiseks või jalanaha hoolduseks hõõruge jalanahale piisav kogus 2–3 minuti jooksul pärast jalgade pesemist ja kuivatamist.

**KLUX**

Kas teid vaevavad mao ülehappesusest tingitud probleemid ja kõrvetised? Või olete oma kõhu liiga täis söönud? Ehk on stress tekitanud seedehäireid?

Klux koosneb looduslikest preparaatidest: lagrits, kardemon, ingver, samuti glütseriin, etüülalkoholi sisaldus kuni 18%.

Manustage 2 korda päevas enne sööki 40 tilka puhtalt või lahustatult 50 ml leiges (toasoojas) vees. Ennetamiseks söögitoru limaskestast kahjustuste tekkimist, on soovitatav mao ja söögitoru hoolduskuuride tegemine 1–2 korda aastas ühe kuu vältel. Sobib kasutamiseks koos ravimitega. Ei soovitata kasutada raseduse ja imetamise ajal. Sapikivide kahtluse korral kasutada ettevaatusega.

Loodus ravib

PAPS-20

Kas tunnete, et olete oma lihastele või liigestele liiga teinud? Või häirivad teid nahamarrastused ja -kriimustused? Ehk on teid hammustanud mõni putukas?

Paps-20 koosneb looduslikest preparaatidest: agaav, sirel, taruvaik ning etüülalkohol. Ülitundlikkuse korral üksikkomponentide suhtes tuleb pidada nõu arstiga.

Kandke PAPS-20 õhukese kihina vastavale kehapiirkonnale kuiva naha peale, soovitatavalt 3–4 korda päevas.

**UNE-MATI**

Kas te ei suuda õhtuti uinuda? Või ärkate öö jooksul korduvalt?

Unetus ja rahutu uni võib tekitada päeval väsimustunde, millega kaasneb kurnatus, närvilisus, mäluhäire. Lisaks muutute ka haigustele vastuvõtlikuks. Une-Mati koosneb looduslikest preparaatidest: viirpuu, veistesüdamerohi, teeleht, põldosi, tatra- ja nisukliid, humal, lisaks etüülalkohol (kuni 16%).

Manustage enne sööki keele alla 25 tilka (1/4 teelusikatait) 3 korda päevas 2–4 nädala jooksul ja Une-Mati toob teile hea une.



Lisainfo:

www.massuno.ee

Küsige Massuno loodustooteid apteekidest. Apteeker annab ka teavet, millises apteegis toodet parajasti saadaval on.