

# A bajt feszülő fejfájás árulja el a betegnek

## A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

**TÓTH ZSIGMOND**  
természetgyógyász  
minden vasárnap  
hasznos információkat  
ad olvasóinknak.



**Kérdéseiket várjuk**

a [termeszetgyogyasz@borsonline.hu](mailto:termeszetgyogyasz@borsonline.hu)  
e-mailre vagy levélben a

Bors, 1149 Bp., Róna u. 120-122. címre.

A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”

Arckoponyánk üregeinek belső felületén milliónyi parányi kis csillószőr és mirigy van. A mirigyek váladékát a csillószőrök hajtják az orrunkba. Így biztosítva van az üregek folyamatos tisztulása. Ez a váladék egy kis félhold alakú lyukon érkezik be az orrunkba, és a baj akkor kezdődik, ha ez a kis félhold valamilyen influenza, allergia vagy egyéb ok miatt eldugul, mert a nyálkahártyái megduzzadnak. Az arcüreg váladékai ilyenkor felgyülemlenek, majd az egyéni hajlamtól függően gennyesedni kezdet-

nek. Jellemző az úgynevezett feszülő fejfájás, és az arccsont nyomás-kopogtatás érzékenysége. Erősebb gennyesedésnél láz is lehet. Általában öngyógyulással hetek alatt magától elmúlik a dugulás és az arcüregek gyulladása, de ha az üregek közötti rostacsontokra is áttérjedt már, akkor a betegség a koponyánkban felfelé, egyenesen az agyunk irányába is megindulhat.

Egy arccsontgenen minden pontosan látszik. Legfontosabb dolog az eldugult félhold alakú nyílás dugulásának megszüntetése, hogy az arcüregekből minden újra kiürülhessen az orrunkon keresztül. Az orrlukon keresztül ezért gyulladáscsökkentő, antibakteriális és nyálkahártya-regeneráló anyagokat kell ehhez a kis nyíláshoz juttatni, amit direkt felszippantással vagy inhalálással érhetünk el. Szippantani legjobb az ezüstkolloid és a homoktövismag-olaj, inhalálni pedig jó a kamilla, a mályva, az echinacea, az eukaliptusz, a körömvirág, kevés vasküvel és fehér fűzfalevéllal. Felső szemfogaink gyökérgyulladás is áttérjedhet ide, mivel gyökérük felér ideig.