

Népbetegség a szemszárazság

A TERMÉSZETGYÓGYÁSZ TANÁCSAI

TÓTH ZSIGMOND
természetgyógyász
minden pénteken
hasznos információkat
ad olvasóinknak.



Kérdéseiket várjuk

a termeszetygyasz@borsonline.hu
e-mailre vagy levélben a
Bors, 1537 Bp., Pf. 446. címre.
A borítékra írják rá: „Természetgyógyász”



A bioburgonya-pakolás természetes gyógyír a fáradt szemre

Normális esetben a szemünket – még akaratlanul is – mindig nedvesen tartjuk. Ez belénk van programozva: a könnycsatorna nevű kis csövön érkezik folyamatosan a speciális szemmosó folyadék, amit a rendszeresen bekövetkező pislantással kenünk fel vékony, egyenletes, úgynevezett „könnnyfilm” rétegben az egész szemfelületre. Ez a folyadék nem csak olajozza, hanem védi is a szemet a portól, de a hirtelen meglepetésektől is, például a belefröccsenő, pattanó szikrától, forró víztől, olajcsepptől stb.

A könnycsatorna-szűkülés, esetleg elzáródás, vagy a szemfolyadék-termelés minőségi és mennyiségi problémái okozzák a gondokat. Utóbbiak összefügghetnek különféle anyagcserezavarokkal, májunk, esetleg vesénk állapotával.

A szemszárazság is egyértelműen modern korunkban lett népbetegség. Legalapvetőbb oka az éveken, évtizedeken keresztül naphosszakig tartó, kevés pislogással, vagy akár teljesen pislantás nélkül végigbámult idő. Nem nehéz rájönni, hogy a képernyőknél és monitoroknál ülve járunk így. A vibrálás és a szembe folyamatosan bevilágító természetellenes háttérfény is túlerőlteti a szemünket, és hamarabb alakul ki az elhúzódó szemszárazság.

Segít a biokrumpli-pakolás. Esténként helyezzünk a szemünkre frissen lereszelt bioburgonyapépet, és hagyjuk rajta 15 percig. Ez minden bajt megold, még a komolyabb problémákat is leküzdí néhány hét alatt. Szedjünk közben D6-os kálium foszforikum schüssler-féle sót is. Ha már ég és vörösödik is néha, akkor inkább a D12-es ferrum foszforikum lesz jobb.