

Vírusok ellen

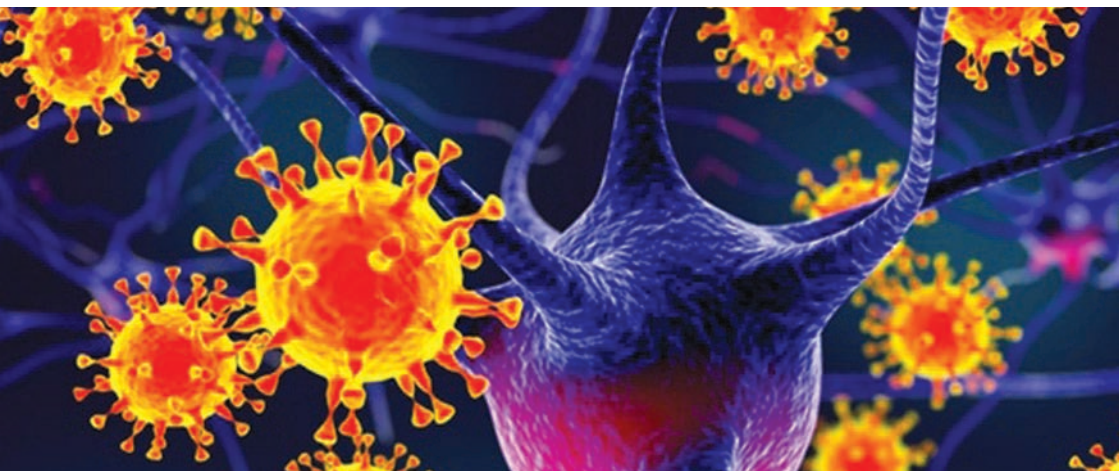
A vírusok különös élőlények, csak élő sejtben képesek szaporodni. És meglehetősen kártékonyak, hiszen előbbi tulajdonságuk miatt mindegyikük kórokozó. Igazából élőlénynek sem nagyon tekinthetők, mert csak egy fehérjeburokban lévő örökítőanyagból állnak.

Nincsenek különösebb életfolyamataik sem, mivel tevékenységük kimerül abban, hogy ha gazdasejtbe jutnak, akkor szaporodnak. Nem táplálkozik, nem lélegzik... Vírusellenes készítményekből a mai napig jóval kevesebb létezik, mint baktérium ellenesből. Növények közül van néhány, mely rendelkezik némi vírusellenes hatással, de az immunerősítő növények is igen hasznosak fertőzés esetén, hiszen azok a szervezet ellenálló képességét javítják. Érdeemes megemlíteni az adaptogén növények csoportját, ezek a szervezet adaptációját, alkalmazkodását segítik a környezetből jövő stresszt okozó folyamatokhoz, tényezőkhöz, amilyenek a vírusok is...

A kasvirágok (*Echinacea* sp.) itt is helyet kapnak, hiszen kávésav, cikóriasav és echinacin tartalmuk vírusellenes hatású. Egyik legismertebb immunerősítő növényünk, ám ennek hatásmechanizmusa még nem ismert.

Az aranygyökér (*Hydrastis canadensis*) berberin hatóanyaga immunrendszert erősítő.

A boróka (*Juniperus communis*) deoxi-podofillotoxin hatóanyaga számos vírus szaporodását gátolja sikeresen.





A citromfű (*Melissa officinalis*) a herpeszfertőzés gyorsabb lefolyását segíti.

A **csüdfüvek (*Astragalus* sp)** Kínából származnak, ott ismert immunserkentők. Hatására az emberi szervezetben jelen levő ölüsejtek aktivitása 30 százalékkal is emelhető.

Az édesgyökér (*Glycyrrhiza glabra*) 8 vírusgátló vegyületet is tartalmaz. Ebből hatásos szert készíthetünk gyökérforrázattal, amit utána még hagyunk ázni legalább 15 percig.

A fokhagymának (*Allium sativum*) baktérium ölő tulajdonságán kívül vírusellenes hatása is van. A benne található kénvegyületek hatásosak az influenza vírusok ellen.

A shiitake gomba (*Lentinus edodes*) lentinin tartalmának vírusellenes, immunserkentő és daganatellenes tulajdonságai vannak. Vírusgátló tulajdonságát laboratóriumi kísérletekkel is igazolták.

Az eukaliptusz (*Eucalyptus globulius*) és a **gyömbér (*Zingiber officinale*)** is jó vírusellenes növényi alapanyagok.

Sokoldalú gyógynövényes fertőzés gátló

Kakukkfű és indiáncsalán az alapja timol tartalmuk miatt. Eukaliptusz és rozmaring cineol tartalmuk miatt. Menta, mirtuszhanga aszpirinhez hasonló metil-szalicilát miatt. Bármilyen más antibakteriális növény is kerülhet bele. Zúzzuk össze a növényeket, tegyük egy üvegbe és annyi vodkát öntsünk rá, hogy ellepje. Néhány nap állás után szűrjük le, majd sötét üvegben tároljuk. Öblögessünk, gargalizáljunk vele, de egy-egy korty lecsúszhat belőle...