

# **NAWRACAJĄCE INFEKCJE PĘCHERZA MOCZOWEGO I KAMICA NERKOWA W PERSPEKTYWIE TMC**



**Dorota Łapa**

**Terapeutka Medycyny Chińskiej,**

**Dietetyka, Akupunktura, Ziołolecznictwo**

## SPIS TREŚCI:

CEL WYKŁADU	5
PLAN WYKŁADU	5
1. STANY CHOROBY NEREK I PĘCHERZA MOCZOWEGO W PERSPEKTYWIE MEDYCYNY ZACHODNIEJ	6
1.1. ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO	6
1.1.1. OBJAWY ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO	6
1.1.2. LECZENIE ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO	7
1.2. KAMICA NERKOWA	7
1.2.1. RÓŻNICOWANIE ODMIAN KAMICY	8
2. ZALEŻNOŚCI NARZĄDOWE NEREK I PĘCHERZA MOCZOWEGO WG TMC	10
2.1. ZIMA – PRZEMIANA WODY	10
2.2. FUNKCJE ELEMENTU WODY W CIELE	10
2.3. JAKOŚCI ZWIĄZANE Z NERKAMI I PĘCHERZEM MOCZOWYM	10
2.4. TMC – ZALEŻNOŚCI NARZĄDOWE NEREK	11
2.5. FUNKCJE NEREK	11
2.6. TCM – ZALEŻNOŚCI NARZĄDOWE PĘCHERZA MOCZOWEGO	12
2.7. PĘCHERZ MOCZOWY W SWOJEJ FUNKCJI KORZYSTA ZE WSPARCIA	12
2.8. PIĘĆ ŻYWIOŁÓW W PERSPEKTYWIE NIEBIAŃSKIEJ	13
2.9. NERKI / PĘCHERZ MOCZOWY	13
2.10. NERKI / PĘCHERZ MOCZOWY - EMOCJE	14
2.11. EMOCJE PATOLOGICZNE, NIEADEKWATNE	15
2.12. OŚ NERKI - SERCE	15
2.13. ZEGAR NARZĄDÓW WEWNĘTRZNYCH	16
3. NERKI JAKO BRAMA WITALNOŚCI MING MEN	16
3.1. MING MEN DAN TIAN	16
3.2. FUNKCJE „MING MEN”	17
4. MEDYCYNĄ CHIŃSKĄ ORAZ CHOROBY NEREK I PĘCHERZA MOCZOWEGO	18
4.1. OSŁABIENIE OGNI „MING MEN” - OBJAWY	18
4.2. OSŁABIENIE „MING MEN” A WILGOĆ	19
4.3. DIETA, CZYLI CO TWORZY ŚLUZ I WILGOĆ W ORGANIZMIE?	19

4.4. ZIMNA WILGOĆ PĘCHERZA MOCZOWEGO	20
4.4.1. ZAKAZANE / ZALECANE / ZIOŁA	20
4.5. GORĄCO I WILGOĆ W PĘCHERZU MOCZOWYM	21
4.5.1. ZAKAZANE/ ZALECANE/ ZIOŁA	22
4.6. RECEPTURY ZIOŁOWE TCM – ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO	22
4.6.1. BA ZHENG PIAN   WAN - OCTO FORM	22
4.6.2. SAN JIN PIAN - URIEASE FORM	23
4.7. RECEPTURY ZIOŁOWE TCM – KAMICA MOCZOWA	23
4.7.1. SHI LIN TONG PIAN - LYSIMACHIA FORM	23
4.8. PĘCHERZ MOCZOWY A ELEMENT OGNIĄ	24
4.9. PATOLOGIA PĘCHERZA MOCZOWEGO	24
4.10. OGIEŃ SERCA	25
4.10.1. ZAKAZANE/ ZALECANE/ ZIOŁA	25
4.11. RECEPTURY ZIOŁOWE TCM – OGIEŃ SERCA	26
4.11.1. TIAN WANG BU XIN PIAN - CARDIOTONIC FORM	26
4.12. JELITO CIENKIE A PĘCHERZ MOCZOWY	26
4.13. GORĄCA WILGOĆ JELITA CIENKIEGO	27
4.13.1. ZAKAZANE/ ZALECANE/ ZIOŁA	28
4.14. RECEPTURY ZIOŁOWE TCM – GORĄCO I WILGOĆ W DOLNYM OGRZEWACZU	29
4.14.1. BAI TOU WENG PIAN - PULSATILLA FORM	29
4.15. PĘCHERZ MOCZOWY A ELEMENT DRZEWA	29
4.16. OGIEŃ WĄTROBY	30
4.16.1. ZAKAZANE/ ZALECANE/ ZIOŁA	30
4.17. RECEPTURA ZIOŁOWA TCM NA OGIEŃ WĄTROBY	31
4.17.1. QING HUO XIE GAN WAN - GENTIANA FORM	31
4.18. GORĄCO I WILGOĆ WĄTROBY	32
4.18.1. ZAKAZANE/ ZALECANE/ ZIOŁA	33
4.19. KAMICA NERKOWA	34
5. WZMACNIANIE NEREK	34
5.1. CO OSŁABIA NERKI	34
5.2. POŻYWIENIE, KTÓRE WZMACNIA NERKI	34

5.3. POŻYWIENIE, KTÓRE WZMACNIA YANG NEREK	35
5.4. KAŻDEGO DNIA DBAJ O NERKI!	35
5.5. ZIOŁA WZMACNIAJĄCE NERKI	35
5.6. MOKSOWANIE I AKUPUNKTURA	36
5.7. ZABIEGI OGRZEWANIA NEREK	37
5.8. MOKSA NIEBIAŃSKA DOMOWYM SPOSOBEM	37
5.9. OCZYSZCZANIE NEREK	38
5.10. ZIOŁA NA ZAPALENIE PĘCHERZA	38
6. GOTOWANIE WEDŁUG PIĘCIU PRZEMIAN WZMACNIA NERKI	38
6.1. TEORIA PIĘCIU ELEMENTÓW	38
6.2. ŻYWIOŁY - SMAKI	39
6.3. SMAKI INFORMACYJNE W ODŻYWIANIU	39
6.4. NARZĄDY – SMAKI INFORMACYJNE	40
6.5. KIERUNEK DZIAŁANIA POSZCZEGÓLNYCH SMAKÓW	40
6.6. DZIAŁANIE SMAKÓW - SŁONY	41
6.7. NARZĄDY – SMAKI TERAPEUTYCZNE	42
6.8. DZIAŁANIE SMAKÓW - KWAŚNY (CIERPKI)	42
PRZYKŁADOWE PRZEPISY NA WSPARCIE PĘCHERZA MOCZOWEGO I NEREK	44
TABELE PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH	49

## CEL WYKŁADU

Przybliżenie rozumienia patologii Nerek i Pęcherza Moczowego poprzez ocenę stanów zaburzeń w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej wraz z propozycjami leczenia ziołowego i wzmocnienia narządów Wody.

## PLAN WYKŁADU

- Stany chorobowe Nerek i Pęcherza Moczowego w perspektywie medycyny zachodniej – objawy, leczenie, różnicowanie.
- Zależności narządowe Nerek i Pęcherza Moczowego wg TMC wraz z przypomnieniem podstawowych aspektów wybranych filozofii.
- Nerki jako brama witalności Ming Men.
- Stany patologii wg TMC leżące u podstaw chorób Pęcherza Moczowego i Nerek wraz z zaleceniami i ziołowymi recepturami.
- Profilaktyka i dbałość o element Wody.

## 1. STANY CHOROBY NEREK I PĘCHERZA MOCZOWEGO W PERSPEKTYWIE MEDYCYN Y ZACHODNIEJ

### 1.1. ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO

Przyczyną zapalenia pęcherza moczowego są **bakterie, które zagnieźdźają się na ścianie pęcherza i rozpoczynają jego kolonizację.**

W większości przypadków drobnoustroje, które doprowadzają do zakażenia, pochodzą z cewki moczowej.

W innych przypadkach mogą rozwijać się w wyniku innego, współistniejącego schorzenia i przedostawać się do dróg moczowych wraz z limfą.

Zapalenie pęcherza moczowego wywołują najczęściej bakterie ***Escherichia coli*** (pałeczka okrężnicy), a także inne bakterie jelitowe.

Zapalenie pęcherza często współwystępuje z **infekcjami pochwy i sromu** (zarówno bakteryjnymi, jak i grzybiczymi).

#### 1.1.1. OBJAWY ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO

- uczucie parcia na mocz,
- częste oddawanie moczu (w małych ilościach),
- dyskomfort i pieczenie w czasie oddawania moczu,
- oddawanie moczu w nocy,
- zmieniony zapach moczu,
- krew w moczu (wynik zapalenia błony śluzowej pęcherza),
- bóle podbrzusza.

## 1.1.2. LECZENIE ZAPALENIA PĘCHERZA MOCZOWEGO

Leczenie farmakologiczne	Wskazówki dietetyczne
<ul style="list-style-type: none"> <li>leki zawierające <b>nitrofurantoinę</b> (furaginę), czyli substancję działającą na szerokie spektrum drobnoustrojów powodujących zapalenie pęcherza moczowego przez 7-8 dni,</li> <li>dieta wysokobiałkowa i suplementacja witaminą C,</li> <li>antybiotyki.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wypijać duże ilości wody mineralnej niegazowanej oraz sok z żurawiny, sok z czarnej porzeczki, aronii,</li> <li>mieszanki ziołowe o działaniu moczopędnym i przeciwzapalnym,</li> <li>preparaty zawierające skoncentrowany wyciąg z żurawiny.</li> </ul>

## 1.2. KAMICA NERKOWA

Rozwija się niepostrzeżenie.

**Atak kolki nerkowej** - gdy kamień zamyka światło przewodu moczowego, powodując obrzęk nerek lub nerki.

To stan wymagający natychmiastowej interwencji specjalisty.

**Bardzo silne dolegliwości bólowe o charakterze kolki** obejmują zwykle brzuch, bok, a także pachwinę, w zależności od płci - jądra lub wargi sromowe.

W trakcie "rodzenia" kamienia mogą wystąpić:

- krwiomocz,
- ból podczas oddawania moczu,
- częste oddawanie moczu, bolesne,
- nagłe parcie na pęcherz i trudności w jego utrzymaniu,
- również podwyższona temperatura, bladość skóry, uczucie niepokoju i rozbicia.

## 1.2.1. RÓŻNICOWANIE ODMIAN KAMICY

	Kamica cystynowa – 1%	Kamica fosforanowa 5 – 10%
PRZYCZYNY	<ul style="list-style-type: none"> <li>wada wrodzona - upośledzenie wchłaniania cystyny;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>częste zakażenia układu moczowego bakteriami wytwarzającymi ureazę, czyli <i>Proteus</i>, <i>Klebsiella</i> i <i>Pseudomonas</i> - wywołuje alkaliczny odczyn moczu;</li> </ul>
LECZENIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>dieta ograniczająca ilość cystyny oraz metioniny,</li> <li>stosowanie penicylaminy, która z cystyną tworzy rozpuszczalne związki;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>najistotniejsze jest zakwaszenie moczu,</li> <li>nie można tego osiągnąć wyłącznie dzięki diecie,</li> <li>konieczne jest przyjmowanie leków zakwaszających;</li> </ul>
DIETA	<ul style="list-style-type: none"> <li>podstawą powinny być mleko i jego przetwory,</li> <li>produkty roślinne,</li> <li>konieczne jest picie dużej ilości płynów,</li> <li>ograniczyć należy spożycie mięsa i jego przetworów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>polega na unikaniu produktów bogatych w wapń i fosforany (nasiona roślin strączkowych),</li> <li>ograniczenie ziemniaków, warzyw i owoców oraz mleka i jaj,</li> <li>zalecane są ryby, kasze, makarony, chleb, masło, mięso.</li> </ul>








## NAWRACAJĄCE INFEKCJE PĘCHERZA MOCZOWEGO I KAMICA NERKOWA W PERSPEKTYWIE TMC

	<b>Kamica szczawianowa (szczawianowo-wapniowa) 50 – 80%</b>	<b>Kamica moczanowa 5 – 10%</b>
<b>PRZYCZYNY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nadczynność przytarczyc,</li> <li>• przedawkowanie witaminy D3,</li> <li>• nadmierne wydalanie z organizmu wapnia, cytrynianów i szczawianów;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwija się, gdy pH moczu jest kwaśne,</li> <li>• gdy organizm produkuje nadmiar kwasu moczowego,</li> <li>• dotyczy też chorych na chłoniaki i białaczki;</li> </ul>
<b>LECZENIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwiększenie ilości płynów do 4-5 l na dobę,</li> <li>• leki zatrzymujące wapń w przewodzie pokarmowym i zmniejszające wydalanie go z moczem;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jest łatwe, bo kamienie można rozpuścić, biorąc odpowiednie tabletki,</li> <li>• stosuje się także środki zmieniające kwaśny odczyn moczu na zasadowy;</li> </ul>
<b>DIETA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• polega głównie na ograniczeniu spożycia szczawianów,</li> <li>• wykluczyć należy czekoladę, kakao, szpinak, rabarbar, szczaw, cytryny, buraki, ostre przyprawy, alkohol, oranżady, coca-colę, kawę i herbatę,</li> <li>• ograniczyć - ziemniaki, pomidory, groch, śliwki, truskawki,</li> <li>• zalecane są drożdże, kielki, jaja, chleb razowy, kasze, chude mięso, ryby, drób, ogórki, sałata, masło, cebula i owoce.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• musi zmniejszyć kwasowość moczu dzięki potrawom mlecznym oraz dużej ilości warzyw i owoców,</li> <li>• ograniczenie produktów będących źródłem puryn,</li> <li>• zalecane są warzywa, owoce, cukier, masło w małych ilościach, mleko, chudy ser, ziemniaki,</li> <li>• ogólna dzienna kaloryczność pokarmów nie powinna przekraczać 2000-2200 kcal.</li> </ul>

## ZAINWESTUJ W ZDROWIE!

**Wykup dostęp do naszego webinaru i uzyskaj dostęp do pełnego, 55-stronicowego materiału!**

W materiałach znajdziesz jeszcze takie informacje, jak:

- **zależności narządowe Nerek i Pęcherza Moczowego według TMC,** 
- **Nerki jako brama witalności Ming Men** oraz jej funkcje, 
- **choroby Nerek i Pęcherza Moczowego w perspektywie Medycyny Chińskiej** - stany patologii, które leżą u podstawy chorób, zalecenia i ziołowe receptury, 
- **profilaktyka i dbanie o Nerki** - co osłabia Nerki, pożywienie i zioła wzmacniające Nerki, zabiegi ogrzewania Nerek, 
- **gotowanie według Pięciu Przemian sposobem na wzmocnienie Nerek** - smaki informacyjne i terapeutyczne w odżywianiu, kierunek działania poszczególnych smaków, działanie smaku słonego i kwaśnego, 
- **przykładowe przepisy:**
  - gomasio z czarnego sezamu,
  - zupa miso,
  - zupa z fasoli adzuki,
  - barszcz ukraiński z fasolą adzuki,
  - jabłka pieczone w całości,
  - gulasz warzywny z soczewicy,
  - mus kalafiorowy z czarną soczewicą,
  - pasztet z czarnej soczewicy,
  - pasta z brązowej soczewicy,
- **tabele produktów spożywczych z oznaczeniami smaków, termiki i działaniem.**

Nazwa	Smak	Termika	Działanie
Amarant	sł, lekko g	n	przekształca Śluz
Gryka	g	og	wspomaga trawienie, przekształca Wilgoć
Jęczmień	sł	och	wzmacnia Śledzionę, chłodzi Pęcherz, moczopędny