

14-częściowy kurs ZIOŁA I KLASYCZNE RECEPTURY CHIŃSKIEJ

Plan ostatnich warsztatów z ziołolecznictwa chińskiego (dwa dwudniowe warsztaty, sesja 13 i 14) z mgr Grażyną Kidawską

Cel warsztatów:

Warsztaty mają na celu praktyczne zapoznanie uczestników z podstawami ziołolecznictwa chińskiego, umożliwiając im nie tylko zdobycie wiedzy teoretycznej, ale przede wszystkim umiejętności praktycznych. Uczestnicy będą mieli możliwość pracy z różnymi formami ziół chińskich, nauczą się sporządzać i aplikować odpowiednie preparaty, a także zrozumieją kluczowe zasady bezpieczeństwa i interakcje między ziołami chińskimi a lekami zachodnimi.

I. Praktyczne zapoznanie z suszonymi ziołami chińskimi

- Uczestnicy będą mieli okazję zapoznać się z wybranymi suszonymi ziołami chińskimi. Każde zioło będzie opisane pod względem właściwości, funkcji terapeutycznych, sposobów użycia oraz przeciwwskazań.
- Zajęcia będą miały formę praktyczną: każdy uczestnik otrzyma próbki ziół do samodzielnego obejrzenia i powąchania.

Omówienie różnych form preparacji ziół

- Zioła w medycynie chińskiej występują w różnych formach: zioła surowe suszone, koncentraty, proszki, tabletki, kulki, nalewki. Uczestnicy poznają zalety i wady każdej z form.
- Dyskusja na temat wyboru formy w zależności od stanu pacjenta, wieku, preferencji i choroby.

Sporządzanie wywarów ziołowych z degustacją

- Praktyczna część, w której uczestnicy przygotują wybrane wywary z ziół chińskich
- Podczas zajęć omawiane będą zasady przygotowywania wywarów: proporcje, czas gotowania, sposób przechowywania.
- Uczestnicy będą degustować przygotowane wywary i omawiać ich smak, zapach oraz potencjalne właściwości terapeutyczne.

Zasady bezpieczeństwa w pracy fitoterapeuty

- Omówienie podstawowych zasad bezpieczeństwa przy pracy z ziołami chińskimi: higiena, przechowywanie ziół, kontrola jakości.
- Szczególna uwaga zostanie poświęcona interakcjom między ziołami chińskimi a lekami zachodnimi oraz konieczności monitorowania reakcji pacjenta.

- Przykłady przypadków, w których zioła mogą wchodzić w interakcje z lekami, oraz jak unikać niepożądanych efektów ubocznych.

II. Zastosowanie ziół chińskich w praktyce terapeutycznej

Wprowadzenie do podstawowych procedur leczenia w ziołolecznictwie chińskim

- Omówienie głównych procedur terapeutycznych: zatrzymanie wycieków, usprawnienie trawienia, leczenie głównych dolegliwości (ból głowy, gorączka, problemy trawienne, problemy z układem moczowym itp.).
- Zajęcia mają na celu zrozumienie, jak różne zioła pomagają w przywracaniu równowagi w organizmie oraz jak dobierać odpowiednią formułę ziołową w zależności od potrzeb pacjenta.

Studium przypadków – analiza i dobór odpowiedniej mieszanki ziołowej

- Uczestnicy będą mieli okazję przeanalizować przypadki pacjentów, którzy zgłaszają różne problemy zdrowotne.
- Wspólne omawianie symptomów i dobór odpowiednich ziół z uwzględnieniem wskazań i przeciwwskazań. Każdy przypadek zakończy się opracowaniem indywidualnej mieszanki ziołowej.
- Omówienie dawkowania, częstotliwości podawania oraz formy preparatu.

Symulacja praktyczna – przygotowanie indywidualnych formuł ziołowych

- Uczestnicy, w małych grupach, przygotowują indywidualne formuły ziołowe dla wybranych przypadków.
- Każda grupa omówi procedurę, od analizy przypadku po przygotowanie i dobór odpowiednich ziół w zależności od potrzeb terapeutycznych.

Reakcje pacjenta po przyjęciu formuły ziołowej

- Omówienie potencjalnych reakcji pacjenta po zażyciu formuł ziołowych: jakie objawy mogą wskazywać na zbyt wysoką lub zbyt niską dawkę, na nietolerancję danego zioła, czy na ewentualne interakcje z innymi lekami.
- Dyskusja na temat monitorowania pacjenta i dostosowywania terapii w zależności od reakcji organizmu.

Podsumowanie warsztatów i otwarte pytania

- Otwarte pytania i dyskusja, możliwość konsultacji z prowadzącym w przypadku wątpliwości dotyczących konkretnego przypadku klinicznego lub ziół.

- Podsumowanie najważniejszych zagadnień poruszanych podczas warsztatów

Podsumowanie:

Podczas warsztatów uczestnicy zdobędą zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne umiejętności w zakresie pracy z ziołami chińskimi. Zajęcia skoncentrowane będą na nauce przygotowywania różnych form preparatów ziołowych oraz na realnych przypadkach, co pozwoli na lepsze zrozumienie, jak stosować zioła chińskie w codziennej praktyce terapeutycznej.