

מערכת העצבים

הטיפול הצמחי ואסטרטגיות טיפוליות

הגישה האינטגרטיבית



צמחים המשפיעים על מע' העצבים המרכזית

נחלק קטגוריית צמחים זו לשלוש קבוצות עיקריות:

מערבי: צמחים המעכבים פעילות עצבית
מסורתית: מזיני יין, מווסתי יאנג, מניעי צ'י

מערבי: צמחים הממריצים פעילות עצבית
מסורתית: מחזקי יאנג, מחממים

מערבי/מסורתית: צמחים המזינים ומאזנים את מערכת העצבים



מערבי: צמחים המעכבים פעילות עצבית

מסורתי: מזיני יין, מווסתי יאנג, מניעי צ'י

תחת הגדרה זו נמצא פעילויות שונות המוגדרות בד"כ בסדר עולה של עוצמת פעילות כדלקמן:

Tranquilizer - מרגיע קל אשר אינו פוגע בערנות

Sedative - מרגיע, לטיפול בעצבנות, חוסר שקט ולהשריית רוגע כללי.

Anxiolytic - נוגד חרדה

Hypnotic - משרה שינה

Anodyne - משכך כאבים



מרכז לימודי המשך למטפלים

באופן מעשי ההבדל בעוצמת הפעילות נעוץ במקרים רבים במינון של הצמח, כאשר ככל שהמינון עולה עצמת הפעילות עולה גם כן, לדוגמא:
במינון נמוך לשורש הולריאן השפעה מרגיעה קלה, במינון גבוהה מעט יותר יגרום להרגעה משמעותית ואף לפגיעה בערנות עד כדי גרימת שינה וכשנעלה את המינון עוד יותר נקבל השפעה נוגדת עווית ומשככת כאבים.



רשימת הצמחים בסדר עולה עפ"י עצמת פעילות:

Scutellaria lacteriflora

Lactuca spp.

Melissa off.

Paeonia

Stachys betonica

Leonurus spp.-Yi mu cao

Passiflora incarnate

Ziziphus spinosa-Suan zao ren

Humulus lupulus

Valeriana off.

Corydalis- Yan hu suo

Piscidia erythrina



מרכז לימודי המשך למטפלים

מערבי: צמחים הממריצים פעילות עצבית

מסורתי: מחזקי יאנג, מחממים

כאן נמצא צמחים בעלי פעילות מגוונת, חלקם כאלה המכילים קפאין ותרובות דומות, חלקם המכילים שמנים נדיפים וכן צמחים המכילים תרכובות פיטו-כימיות שונות ומגוונות. ככלל ניתן לומר שהצמחים בקטגוריה זו ממריצים את פעילות מערכת העצבים המרכזית, גורמים לעוררות והמרצה של פעילות מנטלית ובמינון עודף עלולים לגרום לרגיזות וחוסר שקט. צמחים אלה גם מוגדרים לעיתים ע"פ המינוח המודרני כנוגדי דיכאון (Anti-depressants).

רשימת הצמחים בסדר עולה:

Acorus calamus- Shi chang pu

Turnera diffusa

Rosmarinus off.

Cola vera

Paullinia cupana



צמחים המזינים ומאזנים את מערכת העצבים

כפי שנאמר, צמחים אלה מוגדרים כ- **Nervine trophorestoratives** ניתן למצוא כאן חלק מהאדפטוגנים, כמו גם צמחים אשר אינם מכילים תרכובות טריטרפניות ואשר מנגנון הפעולה שלהם שונה. הצמחים בקבוצה זו מטפלים בתשישות נפשית ומנטלית כמו גם במצבי דיכאון וסטריס מתמשך. צמחים אלו נחשבים לבונים ומזינים אשר עובדים מהעומק והשפעתם איטית למדי. צמחים אלו מיועדים לשימוש ארוך טווח.



רשימת הצמחי בסדר עולה:

Verbena off.

Hypericum perforatum

אדפטוגנים:

Hydrocotyl asiatica (Brahmi)

Rhodiola rosea



נקודות חשובות אותן יש לקחת בחשבון לפני בניית הרכבים צמחיים

האם המטופל נוטל תרופות פסיכיאטריות או אחרות.

נשים בלבד, האם ישנו שימוש בגלולות למניעת הריון, התקן הורמונלי או שימוש בכל תכשיר הורמונלי באשר הוא.

האם המצב מצריך שימוש בהרכבים למצב אקוטי.



פתולוגיות, סינדרומים והרכבים צמחיים



מערבי: חרדות, חוסר שקט, מתח, הפרעות שינה (יתר פעילות עצבית):

מסורתי:

תקיעות צ'י כליה/אדרנל: מתח נפשי, סטרס, מצוקה רגשית, כאב באזור הכליות והבטן

Verbena off.

Hypericum perforatum

תקיעות צ'י כבד: עליית יאנג הכבד- כאב ראש, מתח שרירי מוגבר, הפרעות שינה

Verbena off

Scutellaria lat.

Leonurus spp.

Humulus lupulus

S.Betunica

תקיעות צ'י לב: מתח נפשי, חרדות, חוסר מנוחה

Valerian off.

Humulus lupulus

Leonurus spp.

Melissa off.

Scutellaria latriflora

Stachys betonica

Crataegus spp.

חוסר יין בלב ובכליות ועודף יאנג מדומה:

חוסר יין: תחושת חום בכפות הידיים והרגליים, הזעות לילה, תסמיני גיל המעבר

חוסר יין ודם בלב ובכליות: פלפיטציות, הפרעות שינה, חרדות, חוסר מנוחה, צימאון, דופק מואץ

Passiflora incarnate

Ziziphus spinosa

Humulus lupulus

Piscidia erythrina



מרכז לימודי המשך למטפלים

הרכבים צמחיים



הכנה רוקחית:

CAPS

Valerian off.-200mg

Passiflora-200mg

מינון: 2-3 כמוסות לפי הצורך



מרכז לימודי המשך למטפלים

BLUE SKY

SLEEP

FOCUS

ראה מצגת פורמולות

אבחנה
מבדלת



מרכז לימודי המשך למטפלים

**מערבי: דיכאון (תת פעילות עצבית)
מסורתי:**

תקיעות צ'י כללית:

חוסר זרימה רגשית, חוסר מוטיבציה, חוסר כוח רצון וקושי להתחיל דברים.



חוסר יאנג כליות: חוסר חשק מיני, כאבי גב תחתון, שפיכה מוקדמת, השתנה תכופה, הפרשות וגינאליות לבנות.

חוסר יאנג: עייפות, תחושת קור, דיכאון, ירידה בפעילות קוגניטיבית.

Centella asiatica

Rhodiola rosea

Rosmarinus off.

Paullinia cupana

תקיעות צ'י כליות, כבד ולב: מתח נפשי, חרדות, חוסר מנוחה

Hypericum perforatum

Verbena off.

Crataegus spp.

Valerian off.



פלישת קור והצטברות לחות, חולשת טחול ותקיעות צ'י כבד: תקיעות צ'י בקיבה ובכבד: עיכול איטי, עצירות/שלשולים, חוסר תיאבון.

Acorus calamus

Turnera diffusa (Damiana)

Atractylodes (Bai zhu)



הרכבים צמחיים



MOODI

GOOD VIBES

RHODIOLA UP

BOOSTEA

ראה מצגת פורמולות

תודה רבה!

