



Fitoterápia képzés tananyaga

I.

Bevezetés a fitoterápiába, a fitoterápia általános ismeretei

- A fitoterápia története
- A gyógynövények jellemzői, felosztása
- Oki és tüneti kezelés a fitoterápiában
- A receptúra készítésének szabályai a fitoterápiában
- A gyógynövények ellenjavallatai és mellékhatásai
- Apiterápia fogalma, apiterápiás alap termékek ismeretése.
- Az apiterápia javallatai és ellenjavallatai
- A gyógynövények alkalmazási módjai (forrázat, főzet, áztatás, teák, borogatások, lemosások stb.)
- Az aromaterápia módszerei, az illóolajok általános jellemzői, hatásai.
- Gyógyító fűszernövények, gyógyító gombák.
- Gyógyító tápláléknövények – és gyógyító levek: búzafű lé, aloe vera gél, homoktövis ital.
- A gyógynövények gyűjtésének, kezelésének alapszabályai
- Életkori és élettani állapot szerinti javallatok és ellenjavallatok a fitoterápiában.
- Anamnézis készítés szabályai, dokumentációs feladatok.

II.

A fitoterápia hatóanyag szerinti ismeretei

- Alkaloidok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Alkaloid tartalmú drogok ismertetése.
- Glikozidok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Glikozid tartalmú drogok ismertetése.
- Csípős anyagok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Csípős anyag tartalmú drogok ismertetése.
- Az illóolajok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Az illóolaj tartalmú drogok ismertetése.
- A keserűanyagok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Keserű anyag tartalmú drogok ismertetése.
- Szaponinok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Szaponin tartalmú drogok ismertetése.
- Szénhidrátok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Szénhidrát tartalmú drogok ismertetése.
- Cserzőanyagok jellemzése, és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Cserzőanyag tartalmú drogok ismertetése.
- Szerves sav, és a kóvasav jellemzése, fő felhasználási területük a fitoterápiában. Szerves savat és kóvasavat tartalmazó drogok ismertetése.
- Festékanyagok jellemzése és fő felhasználási területeik a fitoterápiában. Festékanyag tartalmú drogok ismertetése.
- Vitamin és ásványi anyagok fő felhasználási területe a fitoterápiában. Ásványi anyagokat, és vitaminokat tartalmazó drogok ismertetése.
- Zsíros olajok jellemzése és fő felhasználási területeik a fitoterápiában.

III.



A fitoterápiás módszerek alkalmazása az egyes betegségeknél

- Légúti betegségek kezelésének fitoterápiás lehetőségei. Köhögéscsillapító, hurutoldó, gyulladáscsökkentő, lázcsillapító, immunerősítő gyógynövények.
- Emésztést javító gyógynövények. Étvágytalanság kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Gyomor- és bélnyálkahártya gyulladás kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Hasmenés kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Hashajtóhatású gyógynövények, a székrekedés kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Máj- és epe működését befolyásoló gyógynövények. A máj- és az epe működését javító fitoterápiás módszerek.
- A hasnyálmirigy működését befolyásoló gyógynövények és a cukorbetegség fitoterápiás kezelése.
- Vizelethajtó, húgyúti fertőtlenítő gyógynövények. Vesekő betegségeknél alkalmazható fitoterápiás módszerek.
- prosztatata bántalmak kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Idegrendszerre ható (nyugtató és hangulatjavító) gyógynövények, gyógykészítmények, apiterápiás szerek stb.
- Szív- és érrendszeri betegségek kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Reuma és egyéb ízületi bántalmak kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Nőgyógyászat gyógynövényei. Várandósság, szoptatás esetén alkalmazható gyógynövények.
- Nőgyógyászati problémák (menstruációs problémák, fehérfolyás, klimax stb.) kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Bőrbetegségek kezelésének fitoterápiás lehetőségei.
- Az egészséges testsúly kialakításának fitoterápiás lehetőségei. Fogyo- és hízó kúrák fitoterápiás támogatása.
- Immunerősítő és adaptogén hatású gyógynövények, gyógykészítmények.



IV.

Az egyes gyógynövények jellemzői, felismerése, indikációk, kontra-indikációk

A képen látható növény gyűjtésének módja, a gyűjtés optimális ideje. A növény drogjának felhasználási módja, javallatai, ellenjavallatai.

A vizsgázó a következő 55 gyógynövény közül húz 1 képet:

Akácvirág, Apróbojtorján, Aranyvessző, Benedekfű, Bodza, Boróka, Búzavirág, Borsmenta, Cickafark, Citromfű, Csipkerózsza, Diófa, Édesgyökér, Ezerjófű, Farkasalma, Fehér árvacsalán, Fehér fagyöngy, Fehér mályva, Fekete nadálytő, Galagonya, Gyermekláncfű, Hársfa, Homoktövis, Kakukkfű, Kamilla, Kasvirág, Kisvirágú fűzikefű, Komló, Kőkény, Körömvirág, Kutya-benge, Mezei katáng, Lándzsás útifű, Len, Levendula, Macskagyökér, Máriatövis, Martilapu, Mezei zsurló, Nagy bojtorján, Nagy csalán, Nyírfű, Orbáncfű, Orvosi kálmos, Orvosi somkóró, Orvosi zsálya, Palástfű, Pásztortáska, Pettyegetett tüdőfű, Szeder, Szúrós gyöngyajak, Szöszös ökörfarkkóró, Tarack, Tölgyfa, Vérehulló fecskefű

V.

Apiterápia

Apiterápiás termékek alkalmazásának szabályai, indikációi és kontra-indikációi

Méhtermékek: méz, lépes méz, virágpor, méhviasz, propolisz, méhkenyér, méhméreg, méhpempő

VI.

Aromaterápia

Aromaterápiás termékek alkalmazásának szabályai, indikációi és kontra-indikációi

Ánizs, bazsalikom, bergamott, boróka, borsmenta, citrom, citromfű, édeskömény, erdei fenyő, eukaliptusz, fahéj, kakukkfű, kamilla, kömény, levendula, narancsvirág, orvosi zsálya, rozmaring, szantálfa, szegfűszeg, teafa.

VII.

Fitoterápiás kezelési terv összeállítása konkrét anamnézis alapján

VIII.

Ismétlés, házi vizsga