

Древнегреческая медицина возрождается



Греки очень серьезно относятся к своим традициям, в том числе связанным с едой, праздниками, спиртными напитками, танцами и искусством, которые сохранялись на протяжении тысячелетий.

Греки очень серьезно относятся к своим традициям, в том числе связанным с едой, праздниками, спиртными напитками, танцами и искусством, которые сохранялись на протяжении тысячелетий. Те культурные практики, которые помогли им в лечении болезней и поддержании хорошего здоровья и хорошего самочувствия, называются традиционной греческой медициной.

Народная медицина использует травяные чаи, питательные продукты, массаж, ароматерапию, гимнастику, водолечение и многое другое. Он работает, очищая системы органов, уменьшая воспаление и улучшая собственные целебные способности организма.

Традиционная греческая медицина похожа на другие древние медицинские системы. Он ставит диагноз через наблюдение, рассматривает элементы природы в организме и опирается на мощные лекарственные растения.

Хотя традиционная медицина не получила широкого признания в основной медицинской системе Греции, есть много других стран, которые сочетают древнюю мудрость с современными технологиями.

Вот почему греческим велнес-специалистам легче найти школы азиатских целительских искусств, таких как йога или акупунктура, чем школы, принадлежащие их собственным предкам.

Домашние средства и традиционная греческая медицина

Конечно, многие греки практикуют традиционную медицину без каких-либо специальных занятий. Домашние средства по-прежнему распространены в Греции. Их учат в основном бабушки и другие старейшины, основываясь на опыте поколений.

Они полагаются на ингредиенты, которые легко найти и, как правило, безопасны для использования. Эти ингредиенты используются для лечения распространенных легких заболеваний, таких как расстройство желудка, головные боли, простуда и боли в суставах.

Самым распространенным домашним средством является чай из лекарственных растений. Традиционно люди отправляются на близлежащие горы или природные территории, чтобы собрать растения, необходимые для чая.

Люди, как правило, знают, когда лучше их собирать, а также какую часть растения использовать — цветы, листья, корни, плоды или кору. Если они не могут найти нужные им растения поблизости, греки часто выращивают их в цветочных горшках или на приусадебных участках.

Очень популярны чаи из ромашки, мяты, шалфея или горного чая, но есть и много других способов применения лекарственных растений. Цветы зверобоя вымачивают в оливковом масле, чтобы создать лечебное средство для кожи.

Чеснок едят целиком или добавляют в пищу, чтобы укрепить организм от болезней, а ароматные цветы используют для улучшения настроения и поднятия духа. Замачивание цветов зверобоя в оливковом масле делает их темно-красными.

Это обычное домашнее средство в Греции известно как *οπαθόλαδο* (по-гречески), что на английском языке называется мечевым маслом. Он используется для лечения всех видов ран, особенно ран от меча.

Клиническая медицина

Когда домашних средств недостаточно, полагаются на лечебные процедуры, которые могут включать фармацевтику, операции или другие передовые технологии.

Это называется клинической медициной. Его практикуют врачи, акушерки и другие лица, ставшие экспертами в своей области благодаря обширным исследованиям.

Самым известным врачом был Гиппократ, родившийся на греческом острове Кос в 460 г. до н.э. Он изучал существующие формы медицины, создавал сложные теории исцеления и проверял их с помощью научных методов.

Гиппократ был не первым врачом, который письменно зафиксировал свои знания. Некоторые египетские медицинские папирусы старше его на тысячелетие.

Вместо этого он известен тем, что разработал метод медицинской практики, который лежит в основе современной медицинской науки почти 2500 лет.

Гиппократ ставил диагноз, наблюдая за функциями организма, и он полагался на терапевтические средства диеты, растительных средств и других естественных методов лечения, которые теперь считаются альтернативными лекарствами.

Он считал, что элементы природы (земля, вода, огонь и воздух) присутствуют в человеческом теле; Точно так же многие другие медицинские традиции по всему миру придерживаются той же веры.

Этот подход, известный как гуморальная теория, использовался европейскими врачами, пока несколько столетий назад не был заменен микробной теорией. С тех пор древнегреческие традиции в основном были исключены из изучения медицины.

Гиппократ разработал научный метод организации медицины. Его гуморальная теория была основой современной медицины в Европе на протяжении 2000 лет.

Греция присоединилась к международному движению за возрождение древней мудрости исцеления. В это движение входят альтернативные терапевты, этноботаники, травники и историки.

Некоторые из этих лидеров — врачи, которые уже сочетают древнегреческие методы лечения со своими современными медицинскими практиками. Есть много различных возможностей для такого рода работы, называемой комплементарной медициной.