

Hronični cistitis obično je praćen različitim bolestima urinarnog sistema (kamen u bubregu, adenoma prostate, suženje mokraćnog kanala i dr.). Ukoliko dođe do većeg pogoršanja, primećuju se simptomi slični akutnom procesu. U periodu remisije, manifestacije bolesti ne postoje, ili su veoma retke.

Lečenje akutnog cistitisa se obično sprovodi pomoću stroge dijete, koja isključuje začinjenu i razdražujuću hranu. Preporučuje se obilan unos tečnosti za “umivanje” mokraćnih kanala. Lečenje hroničnog cistitisa pre svega podrazumeva odstranjenje uzroka koji podržavaju upalni proces, pridržavanje dijetalnog režima ishrane, povećanje opšte otpornosti organizma.

Preporučljivo je da se terapijom uretritisa i cistitisa bavi urolog. U lečenju akutnih i hroničnih uretritisa i cistitisa fitoterapija ima pomoćnu, ali važnu ulogu. Lekovite bilje se ne prepisuju samo u vidu čajeva ili tinktura, već se široko koristi i u ishrani. Neophodno je koristiti zelen i koren peršuna, celera, šargarepe, cveklu, brusnicu (plod i u bilo kom drugom vidu), sokove od jagodičastog voća, kompote. Isključuju se začinjena, pržena i razdražujuća jela.

Sredstva koja imaju antimikrobno, protivupalno, obavijajuće, diuretično, spazmolitičko dejstvo, osnova su za racionalnu kombinaciju bilja. U toku pogoršanja bolesti preporučuje se da se leči samo fitomešavinama, a u periodu poboljšanja treba ih kombinovati sa pojedinačnim biljkama.

Za fitoterapiju akutnog i hroničnih uretritisa i cistitisa primenjuju se sledeće biljke: koren belog sleza, cvasti divlje mrkve (*Ammi visnaga*), plod anisa, koren i listovi bergenije, plod, kora i koren divljeg šimšira (žutike),

pupoljci i listovi breze, cvetovi smilja, cvetovi i zeleni delovi brusnice, dobričice, cvetovi i koren crne ribizle, bilje i koren betonike, cvet različka, list gorke deteline, vresak i ždraljevine, koren srčenice, troskot, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), kilavica, biljka i seme strižice, koren omana, kokotac, list i mladi pupoljci velike žutilovke, koren anđelike, kantarion, kopriva, suručica (*Filipendula ulmaria*), lovorov list i steža (*Potentilla anserina*), laneno seme, lanilist, list selena, vrkute (gospinog plašta), nadzemni deo krasuljka, koren broća, list podbela, plodovi smreke, i dr.

Fitomešavine se sastavljaju na takav način, da u njima budu zastupljene sve biljke sa neophodnim svojstvima:

75. Plod divljeg šimšira (žutike), list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), koren omana, steža (*Potentilla anserina*), cvet vratića, pelin, cvet kamilice, hajdučka trava, preslica, bela kopriva - u istim količinama.

10 gr mešavine preli sa 300 ml kipuće vode. Zagrevati na pari 10 minuta, ostaviti da stoji na toplom mestu (termosu) 2 sata. Uzimati toplo, po 1/4 -1/2 čaše 3 puta na dan, sat vremena pre jela.

76. List brusnice, cvet različka, troskot, kantarion, kopriva, lovorov list, hoću-neću, list bokvice, ruta, list jorgovana, list žalfije - u istim količinama.

10 gr mešavine preli sa 250 ml kipuće vode, kuvati 5 minuta, pa ostaviti da stoji na toplom mestu sat vremena. Uzimati po 1/4 čaše 4 puta na dan toplo, posle jela.

77. Anis, betonika, ždraljevina, cvet nevena, laneno seme, plod kleke, koren piona (*Paeoniae anomalae*), koren pirevine (pirike), koren celera, koren sladića, izdanci tuje, rosopas, bela kopriva - u istim količinama.

10 gr mešavine prelići sa 350 ml hladne vode, ostaviti da stoji 3 sata, dovesti do ključanja (ne kuvati), i ostaviti na toplom mestu (termosu) 2 sata. Uzimati po 1/4 čaše tri puta na dan, pola sata pre jela.

78. List breze, cvet crne ribizle, vresak, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), kopriva, lanilist, list vrkute (gospinog plašta), srdačica, kim, pupoljci crne topole, dan i noć, pegavi kaćunak (*Dactylorhiza maculata*) - u istim količinama.

8 gr mešavine prelići sa 400 ml kipuće vode, kuvati 3 minuta, ostaviti da stoji na toplom mestu sat vremena. Uzimati ceo čaj topao iz 3-4 puta, pola sata pre jela.

79. Koren belog sleza, dobričica, kokotac, koren anđelike, suručice (*Filipendula ulmaria*), steža (*Potentilla anserina*), list selena, izdanci paskvice (*Solanum dulcamara*), cvet vratića, pelin, cvet oskoruše, list crne ribizle, ljuska pasulja, suplođe hmelja - u istim količinama.

10 gr mešavine prelići sa 350 ml kipuće vode, zagrevati na pari 15 minuta. Ostaviti da stoji na toplom mestu sat vremena. Iskoristiti topao čaj iz 3-4 puta, posle jela.

80. Cvasti divlje mrkve (*Ammi visnaga*), list gorke deteline, ždraljevina, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), strižica (*Erysimum officinale*), koren broća, hoćuneću, koren božura, kim, list uve, preslica, izdanci borovnice, žalfija, *Tribulus terrestris* - u istim količinama.

Pripremiti i koristiti kao recept br. 78.

81. Koren bergenije, cvet smilja, različak, troskot, kantarion, kopriva, laneno seme, list vrkute (gospinog plašta), peršunov koren, *Orthosiphon* izdanci, cvet kamilice, koren celera, plod komorača, rosopas - u istim količinama.

Pripremiti i koristiti kao recept br. 75.

82. List breze, betonika, koren srčanika, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), cvet nevena, list podbela, list bokvice, koren pirevine (pirike), cvet jorgovana, kim, pupoljci crne topole, preslica - u istim količinama.

Pripremiti i koristiti kao recept br. 79.

Kursevi lečenja kod akutnih bolesti i u periodu hroničnih pogoršanja bolesti moraju da za 2-3 nedelje budu duži od uzimanja lekova i da traju minimalno 2,5-3 meseca. Svaki 1,5-2 meseca neophodno je menjati sastav biljnih mešavina.

U slučaju poboljšanja, tj. posle iščeznuća svih simptoma, neophodno je u toku 1-1,5 godine sprovoditi isprekidanu fitoterapiju, kombinujući korišćenje gore navedenih mešavina sa mešavinama manjeg sastava:

83. List breze, lanilist, koren sladića, list uve - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 75.

84. Plod smreke, peršunov koren, kilavica, hajdučka trava - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao i recept br. 76.

85. List brusnice, laneno seme, cvet nevena, dan i noć, selen - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 75

86. Cvet različka, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), koren anđelike, steža (*Potentilla anserina*), kopriva - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 77.

87. Kantarion, list vrkute (gospinog plašta), koren pirevine (pirike), kim, preslica, žalfija - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 75

88. Dobričica, list gorke deteline, troskot, suručica (*Filipendula ulmaria*), hoću-neću, cvet vratića - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 77.

89. Cvet smilja, vresak, koren broća, srdačica, pupoljci crne topole, plod komorača - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 75.

90. Plod korijandera, *Orthosiphon* izdanci, koren zečjeg trna, suplođe hmelja, rosopas, *Tribulus terrestris* - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 76.

Svaka mešavina se koristi 1,5-2 meseca, sa pauzama među kursevima u trajanju od 7-10 dana.

Obraćamo pažnju na to da je ponekad stabilno poboljšanje hroničnog uretritisa i cistitisa uspešno samo pomoću dugotrajne višegodišnje fitoterapije. Pri tome opasnost navikavanja je praktično isključena ukoliko se redovno menja sastav fitomešavina.

U slučaju stabilnog i dobrog zdravstvenog stanja (duga remisija), intervali između prijema fitomešavina mogu da se povećaju na 3-4 nedelje, a kurs da se skрати do 1-1,5 meseca i da se ograniči na mešavine sa manjim sastavom (br. 83-90). Međutim, u tom slučaju je dobro u ishranu, ili za zakuvavanje čaja koristiti pojedinačne biljke iz gore nabrojanih.

PIJELONEFRITIS

Infekcija gornjeg dela urinarnog trakta koja se razvija u bubregu zove se pijelonefritis. Čak polovina žena sa cistitisom može istovremeno da ima infekcije gornjeg dela urinarnog trakta (bubrega i urete).

Razvoj bolesti omogućavaju upalni procesi u donjim delovima mokraćnih kanala (cistitisi, uretritisi), bubrežni kamenci, zbog prepreka u oticanju mokraćne. U tom slučaju se govori o sekundarnom pijelonefritisu. Ukoliko se uzrok ne pronađe, tada se pijelonefritis označava kao primarni.

Klasična manifestacija akutnog pijelonefritisa je trijada simptoma: povećanje temperature, bol u krstima i poremećaji u mokrenju (učestalo mokrenje, zadržavanje, bol). U analizama mokraćne se pronalazi veća količina leukocita. Ukoliko se pravilno leči, akutni pijelonefritis može da se izleči za 3-4 nedelje.

Hronični pijelonefritis se često pojavljuje kao posledica akutnog. Međutim, u velikom broju slučajeva bolest ima skriveni, latentni tok, manifestuje se samo opštom slabošću, pojačanim zamaranjem, manjim bolovima u krstima. Analize mokraćne su uvek pozitivne. Dijagnoza može da bude postavljena samo uz pomoć specijalnih metoda istraživanja.

Osnovni zadatak lečenja akutnog pijelonefritisa je potpuno odstranjivanje upale. Kod hroničnog procesa pre svega je neophodna terapija, usmerena na preventivu pogoršanja. Značaj koji ima upotreba lekovitog bilja teško je preceniti. Treba ga koristiti duže vremena, povremeno ga kombinujući sa preparatima protiv upala.

Lečenje akutnog pijelonefritisa podrazumeva pridržavanje dijetalne ishrane. Uglavnom, neophodno je isključiti iz jelovnika konzervirane proizvode, začinjena jela, smanjiti unos mesa i soli. Preporučuju se mlečni proizvodi i kaše. Zabranjena je upotreba alkohola.

Režim ishrane obolelih od hroničnog pijelonefritisa zavisi od njegovih faza. U fazi pogoršanja on je isti kao kod akutnog procesa. Ukoliko nema znakova pogoršavanja, suštinskih ograničenja u ishrani nema, međutim, potpuno je potrebno isključiti začinjena jela i razne dodatke. Kod povišenog arterijskog pritiska ograničava se upotreba kuhinjske soli (do 8 gr na dan).

Postupak fitoterapije kod akutnog pijelonefritisa je isti kao i kod cistitisa, ali su kure duže. Optimalno se lekovito bilje koristi godinu dana nakon normalizacije sastava mokraće, s pauzama u trajanju od 2-3 nedelje na svaka 3 meseca, uz promenu mešavina posle svake pauze.

Fitoterapija hroničnog pijelonefritisa je nešto drugačija. U periodu pogoršanja bolesti, korisno je kombinovati lekovito bilje sa lekovima, a u periodu remisije se ponekad možemo ograničiti samo na lekovito bilje. U toku prve godine bolesti fitoterapiju treba neprekidno sprovoditi, menjajući mešavine svaka 2-3 meseca.

Za lečenje pijelonefritisa primenjuju se biljke sa istim svojstvima kao i kod fitoterapije uretritisa i cistitisa.

Kod akutnog pijelonefritisa i u fazi pogoršanja bolesti, preporučuju se sledeće mešavine:

91. Anis, list breze, dobričica, kantarion, srdačica, dan i noć, preslica - u istim količinama.

10 gr u prah samlevene mešavine prelići sa 400 ml kipuće vode, kuvati 5 minuta, ostaviti da stoji sat

vremena, procediti. Uzimati toplo po 1/2 čaše 4 puta na dan, pola sata pre jela.

92. List brusnice, cvet različka, čestoslavica, list šumske jagode, koprive, laneno seme, list podbela - u istim količinama.

10 gr u prah samlevene mešavine prelići sa 0,5 l kipuće vode, ostaviti u termosu 8 sati, procediti. Uzimati toplo po 1/2-2/3 čaše, 4 puta na dan, posle jela.

93. Troškot, plod smreke, ovsena slama, hajdučka trava, list žalfije, bela kopriva - u istim količinama.

8 gr mešavine prelići sa 250 ml vode, ostaviti da stoji 4 sata. Dovedi do ključanja, držati na pari još 10 minuta, pa ostaviti da stoji na toplom mestu sat vremena. Procediti. Uzimati toplo po 1/2 čaše 4 puta na dan, 20 minuta posle jela.

94. List breze, vresak, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), kokotac, cvet nevena, suručica (*Filipendula ulmaria*), hoću-neću, cvet vratića - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 91.

95. Cvet divljeg šimšira (žutike), cvet zove, zlatošipka (*Solidago canadensis*), steža (*Potentilla anserina*), cvet lipe, zeleni delovi *Carex arenaria*, peršunov list, *Orthosiphon* izdanci, cvet kamilice, plod komorača - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 93.

96. List brusnice, betonika, troškot, kantarion, steža (*Potentilla anserina*), list selena, koren pirevine (pirike), pupoljci crne topole, suplođe hmelja, *Tribulus terrestris* - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 92.

97. Dobričica, cvet različka, list gorke deteline, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), kilavica, list koprive, plod smreke, *Orthosiphon* izdanci, koren zečjeg trna, list borovnice - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 93.

98. Cvet smilja, list gorke deteline, kokotac, suručica (*Filipendula ulmaria*), laneno seme, koren broća, hoćuneću, koren pirevine (pirike), hajdučka trava - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 91.

99. Plod anisa, list brusnice, troskot, kilavica, kantarion, list svena, ovsena slama, cvet vratića, srdačica, plod oskоруše, dan i noć, suplođe hmelja - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 92.

100. Koren belog sleza, list breze, čestoslavica, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), list šumske jagode, cvet nevena, list podbela, *Orthosiphon* izdanci, koren sladića, list uve, plod komorača, preslice - u istim količinama.

Pripremati i koristiti kao recept br. 91.

101. List brusnice, list vreska, list zelene kruščice (*Pyrola rotundifolia*), kantarion, cvet nevena, suručica (*Filipendula ulmaria*), lanilist, list vrkute (gospinog plašta), list podbela, cvet vratića, pelin, cvet kamilice, cvet jorgovana, kim, hajdučka trava, preslica, žalfija - u istim količinama.

10 gr mešavine prelitati sa 400 ml kipuće vode, kuvati na tihoj vatri 3 minuta, ostaviti da stoji na toplom mestu sat vremena. Uzimati toplo po 1/4 čaše 3 puta na dan posle jela.