

Organizačné pokyny

1.) Dátum vykonania kurzu fytotherapie: podľa plánu kurzov fytotherapie

Riadiaci kurzu, odborné, zdravotnícke

zabezpečenie

MVDr. Michal Ondovčík

Technické zabezpečenie kurzu:

Zväz branných športov Zvolen

2.) Základný kurz fytotherapie (ďalej len kurz) bude realizovaný v lokalite podľa aktuálneho plánu kurzov fytotherapie. Nástup do kurzu je stanovený v prvý deň kurzu v čase do 1700 hod. Od 1700 hod. bude vykonané ubytovanie, vydanie základných organizačných pokynov ku kurzu, od 1800 hod. večera a voľný program.

Ukončenie kurzu je plánované na tretí deň v čase 1300 hod.

3.) K zabezpečeniu plynulého priebehu kurzu je potrebné, aby si každý účastník kurzu priniesol so sebou nasledovný materiál:

Výstroj:

- vhodný odev, náhradný odev a bielizeň,
- oblečenie do dažďa,
- pevná obuv,
- batoh (ruksak) na materiál,
- pokrývka hlavy do terénu,
- platené vrecká,
- doska na krájanie,
- sklenené fľaše so širokým hrdlom a zátkou resp. viečkom,
- hygienické potreby pre osobnú potrebu,
- hodinky s ručičkami (pre potrebu orientácie v teréne počas zberu bylín)-*odporúča sa*,
- písacie a kresliace potreby (pre poznámky)- *odporúča sa*,
- poľná fľaša a iná fľaša vhodná na prepravu vody v objeme min. 2 l,
- liehový varič a lieh prípadne iný varič (pre prípravu čaju)- *odporúča sa*,
- jedálenský riad-ešus, lyžica-(pre prípravu čaju)- *odporúča sa*,

Výzbroj:

- nôž na rezanie rastlín,
- lopatka na vykopávanie koreňov rastlín,
- nožnice na strihanie drevín.

Iný materiál:

- zapaľovač alebo zápalky,
- igelitové vrecia na odpadky- *odporúča sa*,
- iné pomôcky a materiál podľa vlastného uváženia.

4.) Ubytovanie, stravovanie a náklady na pedagogickú činnosť zabezpečí Zväz branných športov Zvolen, poplatky si hradí každý účastník kurzu sám po príchode do kurzu.

5.) U účastníkov kurzu sa predpokladá dobrý zdravotný stav. Ďalšie organizačné pokyny budú vydané pri zahájení kurzu.

Poznámka: Súčasťou organizačných pokynov je anotácia, učebné osnovy, rozvrh zamestnania a poukážka k bezplatnému odberu knižnej publikácie „Liečenie bylinkami v teréne“.

MVDr. Michal Ondovčík



Anotácia

Rastliny, predovšetkým tá skupina, ktorá sa vyznačuje liečivými vlastnosťami, slúžia ľudskej populácii na prevenciu a liečbu rôznych ochorení a poranení. Prakticky nie sú známe ochorenia, mimo ochorení chirurgického charakteru, na liečenie ktorých by sa v prírode nevyskytovali aj liečivé bylinky.

O hĺbke a šírke poznania a používania liečivých bylín pri liečbe ochorení svedčí aj veľké množstvo literárnych prameňov, z ktorých je dostatočná časť dostupná i u nás. Výsledky liečby bylinkami, uverejnené v nich, jednoznačne poukazujú na veľké možnosti ich využitia v prospech zdravia populácie. Liečivé bylinky, predovšetkým ich vhodné aplikačné formy, sa v plnej miere využívajú pri liečbe dýchacieho, srdcovocievneho, pohybového, tráviaceho a močového a pohlavného ústrojenstva. Využívajú sa pri liečení zápalov pľúc a priedušiek, pri poruchách krvného tlaku a srdcových dysfunkciách psychického pôvodu, pri ochoreniach svalov, šliach a šlachových puzdier, pri zápaloch žalúdka, čriev a pri nechutenstve, pri ochoreniach obličiek, zápaloch močového mechúra, pri zápaloch a poraneniach kože, pri zápaloch pečene, pankreasu a pod.

Množstvo účinných látok, obsiahnutých v tele bylinky, závisí od lokality výskytu, hodiny zberu, počasia a od časti bylinky, ktorá sa bude využívať pri liečbe (kvet, byľ, list, celá rastlina, koreň). Toto všetko vplýva na liečivú silu bylinky, ktorá je nízka, ak sa neprihliadne na uvedené faktory a ak sa nedodržia zásady prípravy aplikačných foriem.

Jedovaté rastliny sa pre rôzne účely začali používať spolu s liečivými bylinkami. V podstate ich môžeme zaradiť medzi liečivé bylinky s tým, že ich aplikácia s ohľadom na zloženie účinných látok musí byť veľmi obozretná a nie vždy je potrebná.

Pre správne využívanie liečivých bylín je dôležité poznanie bylín a poznanie ich účinkov na organizmus. Z dôvodu dôkladnejšieho poznania sa aj v dnešnej dobe venuje štúdiu rastlín, či už liečivých alebo jedovatých, veľká pozornosť, k čomu sa využívajú dokonalé analytické prístroje a postupy. Cieľom štúdia je dôsledne preniknúť do tajov liečivých bylín, rozšíriť vedomosti o nich, zvýšiť a skvalitniť ich používanie.

UČEBNÉ OSNOVY

ZÁKLADNÝ KURZ - realizovaný formou prednášok, výkladov s ukázkami a praktickými zamestnaniami

1.) Úvod

Prezentácia, cieľ a program kurzu, organizačné pokyny

2.) Materiálno-technické vybavenie

Ústroj na zber rastlín, materiál potrebný ku spracovaniu jednotlivých aplikačných foriem

3.) Metabolizmus rastlín

Stavba tela rastliny, chemické a biologické procesy prebiehajúce v tele rastliny, ukladanie účinných látok v tele rastliny v závislosti od ročného obdobia a od dennej doby

4.) Zber liečivých rastlín

Denná a ročná doba zberu rôznych častí liečivých rastlín, bezpečnostné opatrenia pri zbere liečivých rastlín, orientácia a lokalizácia miesta zberu liečivých rastlín

5.) Aplikačné formy liečivých rastlín

Aplikácia per os, zápar, odvar, macerát, tinktúra, olej, masť, sušená rastlina - droga, obklad, kaša, kúpeľ

6.) Druhy liečivých rastlín

Druhy liečivých rastlín, ktoré možno odporúčať priamo v prírode alebo v domácnosti

7.) Literatúra, web a wap stránky o liečivých rastlinách

8.) Praktická časť kurzu

Zber liečivých rastlín, manipulácia s nazbieranými rastlinami, príprava aplikačných foriem

V kurze neučíme klientov obsahové zloženie organických chemických látok, ktoré sa podieľajú na účinkoch liečivých rastlín.

Rozvrh zamestnania

DRUHÝ DEŇ Základný kurz

Číslo témy	Počet hodín	Čas	Riadi	Téma	Poznámka
1.	1	08:00-08:50	MVDr. Ondovčík Michal	Úvod <i>Učebné otázky:</i> prezentácia, cieľ a program kurzu, organizačné pokyny Literatúra, web a wap stránky o liečivých rastlinách	prednáška
2.	1	09:00-09:50		Materiálno-technické zabezpečenie <i>Učebné otázky:</i> ústroj na zber liečivých rastlín, materiál potrebný ku spracovaniu jednotlivých aplikačných foriem	výklad s ukážkou
3.				Metabolizmus rastlín <i>Učebné otázky:</i> stavba tela rastliny, chemické a biologické pochody prebiehajúce v tele rastliny, ukladanie účinných látok v tele rastliny v závislosti od ročného obdobia a od dennej doby	prednáška
4.	1	10:00-10:50		Zber liečivých rastlín <i>Učebné otázky:</i> denná a ročná doba zberu rôznych častí liečivých rastlín, bezpečnostné opatrenia pri zbere liečivých rastlín, orientácia a lokalizácia miesta zberu liečivých rastlín	prednáška
5.				Aplikačné formy liečivých rastlín <i>Učebné otázky:</i> aplikačná forma per os, zápar, odvar, macerát, tinktúra, olej, masť, sušená rastlina-droga, obklad, kaša, kúpeľ	výklad s ukážkou
6.	1	11:00-11:50		Druhy liečivých rastlín <i>Učebné otázky:</i> druhy liečivých rastlín, ktoré možno odporúčať pri použití priamo v prírode alebo v domácnosti	prednáška
6.	2	12:00-13:50		Druhy liečivých rastlín <i>Učebné otázky:</i> druhy liečivých rastlín, ktoré možno odporúčať pri použití priamo v prírode alebo v domácnosti	prednáška
8.	6	14:00-19:50		Praktická časť kurzu <i>Učebné otázky:</i> zber liečivých rastlín, manipulácia s nazbieranými rastlinami, príprava aplikačných foriem	praktické zamestnanie

TRETÍ DEŇ Základný kurz

Číslo témy	Počet hodín	Čas	Riadi	Téma	Poznámka
8.	4	08:00-11:50	MVDr. Ondovčík Michal	Praktická časť kurzu Učebné otázky: zber liečivých rastlín, manipulácia s nazbieranými rastlinami, príprava aplikačných foriem	praktické zamestnanie
	1	od 12:00		Ukončenie kurzu: <ul style="list-style-type: none">- konzultácie k prezentovanej tematike,- testy k predmetnej tematike,- vystavenie osvedčení o absolvovaní kurzu	

Poukážka na elektronické knihy

Elektronické knihy



Poukážka na elektronické knihy platí iba pre platiacu osobu.

Zakazujem dávať túto poukážku iným osobám.

MVDr. Michal Ondovčík

Pre získanie kníh a ďalších informácií klikajte na obrázky kníh a na iné obrázky na poukážke