

# TERÁPIA - GYÓGYÁSZAT

## A láz és csillapítása az antropozófus gyógyászat szempontjából

Természetes igényünk, hogy az antropozófiai világnézet gyakorlati eredményeit mindennapi életünkben alkalmazzuk. Az alábbi írás a láz antropozófiai megvilágításán túl konkrét módszert, javaslatokat ad a lázcsillapítással kapcsolatos megfelelő hozzáállást, esetleges teendőket illetően. Az anyagot Wagner Andrea és Dr. Szőke Henrik előadása alapján Dr. Kiss Zsuzsanna állította össze.

A lázas betegségek - elsősorban - a gyermek- és ifjúkorban nem ritkán fejtörést okoznak az otthoni ápolási szempontokból a szülőknek, családtagoknak. A leggyakoribb, ami problémát okoz, az a lázcsillapítás kérdése: mikor, hogyan avatkozzunk be, egyáltalán beavatkozzunk-e ebbe, a néha ijesztőnek tűnő folyamatba. A mai korban fennálló „*lázfóbiás*“ állapot hátterében régi, negatív lenyomataink állnak: a múltban előforduló, magas lázzal járó súlyos, veszélyes, nem egyszer halálos fertőző betegségek. Ezekben az esetekben a láz csökkenése jelentette a gyógyulást, a megkönnyebbülést. Így megmaradt ama képzet bennünk, hogy akkor gyógyul meg a gyermek, vagy felnőtt, ha lemegy a láza, illetve ha sikerül lecsökkenteni, megszüntetni. Így rögzíthetett bennünk az a téves álláspont, miszerint a lázat csillapítani kell. Pedig maga a lázfolyamat is gyógyulási útja a szervezetnek. Ennek jobb megértéséhez közelítsünk az antropozófus gyógyászat szémszögéből, illetve röviden tekintsük át az ember tagozódása szempontjából földi lénytagjait és viszonyukat a 4 alapelemhez.

Ismert az antropozófia irodalmából, hogy a 4 elem (föld, víz, levegő, hő) és a hozzájuk kapcsolódó 4 lénytag (fizikai-, éter-, asztrálest és Én-szervezet) hogyan fejlődik ki, nyilvánul meg a Teremtés hosszú korszakain keresztül, míg a Földön megjelenhetett az ember. A leghosszabb fejlődési utat bejáró fizikai testünk hordozza az ásványi világ erőit (Szaturnusz kor) és így megnyilvánulásaiban a föld elemhez kapcsolódik. Önmagában élettelen, szétesik, elporlad, ahogyan a mi testünk is teszi a halál beállta után, elhagyatva a többi lénytagtól.

Ahhoz, hogy élővé váljon, át kell, hogy hassa a második lénytagunk, a Nap-korszakban megszülető éter-

vagy élettést. E lénytagunk a víz elemben hat leginkább, ennek megfelelőek az erői: alacsony tónusú, lassú ritmusos, folyamatos áramlásban nyilvánulnak meg, melyeket szellemi látás nélkül már nem tudunk olyan közvetlenül megtapasztalni földi érzékszerveinkkel, mint a fizikai test ásványi-földi megnyilvánulásait. Ellenben érzékelhetjük a fizikai testre gyakorolt hatásaiban, mint pl. növekedésben, sebgyógyulásban, vitalitásban, életjelenségekben, regenerálódásban, stb.

A következő, már tisztán szellemi lénytagunk, az asztrálest a Hold-korszak „*szülötte*“. A levegő elemhez kapcsolódik, abban él és működik. Szemben a tónustalanul, hullámzóan áradó éteri erővel, tónust, feszülést ad: ezt látjuk megnyilvánulni pl. az izomtónusban, izommozgásban. Megfigyelhető működése a járásban, gesztikulációban, mozdulatokban, stb. Ha túl erősen hatol be az alsóbb lénytagokba, az belső szervi fájdalmat okoz. Az étertesttel együttműködve az Én-szervezet hatására az ösztönök, érzelmek „*fizikai*“ hordozója.

A negyedik, szintén szellemi lénytagunk az Én-szervezet. Az Állócsillag szférából tisztán szellemi „*Én*“-ünk az Én-szervezetet küldi a fizikai világba, hogy ott, mint „*szervet*“, tudja használni. Ez az inkarnálódás emberi folyamata, mely során a szellemi Én, mint egy ruhát, magára veszi az Én-szervezetet, majd tovább haladva a Föld felé az asztrál-szférában az asztrálestet, még tovább az étertestet, és végül beletagozódik a földi fizikai testbe, ami nem más, mint a családi, öröklött burkunk.

Az Én-szervezet a hőben él és a szellemi Én ebben hat. Az Én maga a ható akarat, mely pl. a cselekedetekben nyilvánul meg. A cselekedet izommunkával, mozgással jár, mely során kimelegszünk. Fordítva is igaz, ahhoz, hogy izmaink jól működjenek, be kell őket melegíteni. Így tükröződik az Én-ben „*égő*“ nem fizikai hő, a lelkesedés hője a fizikaiban: élettanilag a kémiai-égési folyamatokban, melyek leépüléssel, elégéssel járnak. Az Én-szervezet egy oldalon - az alsóbb lénytagokat áthatva - az „*alsó emberben*“ felépíti a szerveit, és biztosítja működésüket (tudattalan felépítő, gyógyító, anyagcsere-folyamatok). A másik oldalon viszont, a „*felső emberben*“ a tudat éber működését leépítés, kis „*halál*“ kíséri. Az Én-szervezet jó inkarnálódásához hőre van szükség: testi, lelki és szellemi szín-

ten egyaránt. A lelki hő a lelkesedés, amivel meg tudom emelni még fizikailag is a testhőmérsékletemet, átmelegedek. A lelkesedés által kipirulok, átmelegszen, ez a bőrömön is érződik: ilyenkor azt mondjuk, az Én-szervezet kijut egészen a perifériáig. A szellem hője pedig az odaadás, az áldozati tűz, mely a magasabb vallásos élményekben élhető meg. Így nyilvánul meg testi, lelki és szellemi szinten Én-organizációnk.

Természetesen még hosszan és sokat lehetne írni a lénytagokról, az elemekről és egymás közötti viszonyaikról, ám most a gyakorlat szempontjából közelítjük meg a lázat. A fentiekből kiderül, hogy a testhőmérséklet emelkedése - ebből a szempontból - az Én-organizációhoz kötődik. A láz így nézve az Én-organizáció kísérlete a szervezet gyógyítására az „*alsó ember*“ felől. A gyermek, vagy felnőtt „*maga hozza létre a lázat*“, ennek folyamata rá jellemző, egyéni jellegű lesz, természetesen a kiváltó okra specifikusan reagálva. A betegség megoldásához, az egyensúly visszaállításához a szervezet „*kitűzi a szükséges célhőmérsékletet*“, amely elérheti - végbélben mérve - a 41,5-41,7 Celsius fokot is! Eddig a hőmérsékletig - szemben egyes téves álláspontokkal - nem következik be szöveti károsodás. Természetesen figyelembe kell venni a lázmérés helyét is. A legpontosabb eredményt a végbélben mért testhő adja. Tudni kell azt is, hogy a hő eloszlása a testünkben nem egyenletes, a különböző testrészeknek, szerveinknek „*saját*“ hő-szervezetük, hőállapotuk van, így eltérőek lesznek a fülben, vagy hónaljban mért hőmérsékletek. Ezt a lázmérésnél figyelembe kell venni!

Normális esetben a maximum 41,5 Celsius fokot elérve magától is megindul a testhőmérséklet csökkenése. Sokan tartanak a gyermekeknél a lázgörcstől. Itt is korrigálni kell egy helytelen nézetet, miszerint a magas láz váltja ki a lázgörcsöt, tehát le kell csökkenteni a lázat. Ez nem így van. A görcsöt - ha lénytagok szintjén nézzük - az asztrálest okozza azáltal, hogy az idegrendszer labilis állapotba kerül, méghozzá a hőmérséklet változásától! Így maga a láz csillapítása is kiválthatja a görcsöt azáltal, hogy a testhőmérsékletet megváltoztatom!

A láznak 3 szakasza van, ebben a 3 szakaszban más és más a teendő. Összességében a fő feladat a pontos megfigyelés és az események, az állapot „*kísérése*“. A gyermek érezze magát biztonságban. A lázcsillapítás történhet kémiai úton, belsőleg, lázcsillapító gyógyszerekkel, illetve külső fizikai beavatkozásokkal: különböző borogatásokkal, lemosásokkal. Az antropozófus gyógyászatban ez utóbbiak alkalmazása áll előtérben.

A láz három szakasza a következő:

1. Mint korábban említettük, az Én-szervezet *kitűzi magának a „célhőmérsékletet“* és ezt el akarja érni, pl. egy adott baktérium elpusztítására. Maga a lázgörbe így a kórokozóra is utalni fog. Ilyenkor a feladat a szervezet támogatása, hogy a célhőt szövődmény-

mentesen elérje. Az anyagcsere feladata felvinni a testhőt. Ebben a szakaszban hideg a kéz és a láb, didergés, vacogás, fázásérzet lép fel, mert a perifériás erek összehúzódnak, a hőtermelés túlsúlyban van a leadással szemben. Ekkor még nem szabad hűteni, hanem enyhén melegíteni kell a perifériát, a külső felől. Ez történhet meleg borogatással (pl. meleg citromleves pulzus-borogatással) illetve fürdővel is. Előbbi esetben a csuklókra és bokákra forró citromos borogatást lehet helyezni, lehetőleg biocitrommal készített (fél liter forró vízbe fél citromot szétnyomni). Vigyázat, a forró vízzel ne égessük meg a kezünket, a borogató - vászon - ruhát valamilyen segédeszközzel vegyük ki a forró vízből és csavarjuk gyorsan ki, ne hagyjuk elhűlni. A borogató ruha fölé tekerjünk - már előre odakészített - száraz vastag törölközőt úgy, hogy minél kevesebb levegő kerüljön a két réteg közé. Utána jól takarjuk be a beteget. Ha kihűlt a nedves ruha, cseréljük ismét melegre. Erre ilyenkor figyelni kell, hiszen a cél a melegítés. Ha nincs otthon biocitrom, jó a sima víz is. Fürdőben is lehet fokozatosan emelni a víz hőmér-



sékletét, a vízbe lehet citromolajat, levendulaolajat cseppenteni (nem sokat, 2-3 cseppet). Elsősorban akkor ajánlott, ha hányinger, fejfájás kíséri a láz emelkedését - ennek a hirtelen dinamikáját lehet csillapítani, elnyújtani a borogatással.

A 2. szakaszban elérte a szervezet a célhőt, ilyenkor a gyermek lerúgja magáról a takarót, már nem fázik, melege van, itt egy hőtartó állapot alakul ki. A hőtermelés és hőleadás egyensúlyban van. Ilyenkor langyos teát adjunk a gyerekeknek és csak vékony takaróval takarjuk be. Ebben a szakaszban a felnőtténél segíthet az izzasztás, meleg takarókkal - gyerekeknek nem kell. Várhatunk, amíg magától oldódik a láz és megindul a testhőmérséklet csökkenése. Hűteni csak akkor kell, ha kellemetlen közérzettel, fejfájással, hányingerrel jár együtt. Ez történhet ugyancsak csukló, boka, vádli borogatással, langyos citromos vagy ecetes, vagy sima vízzel: átmelegedés után ki kell cserélni a nedves ruhát 3x, majd fél-egy óra szünetet kell tartani és utána lehet a borogatást ismételni. Ha a ennek kivitelezése nem lehetséges, akkor langyos vizes kézzel simítunk végig a gyermek karjain, vádliján, többször ismételve: így a párolgással segíthetjük a hűtést. Há-

nyás, hasmenés esetén ajánlott lehet a beöntés alkalmazása langyos híg (2 dl vízbe 1 púpozott mokkáskálnányi só) sós kamillateával: 2 dl-t fél-egy óránként lehet adni. Bármilyen korban alkalmazható!

A 3. szakaszban a láz kezd magától lefelé menni, a lemosás segíthet, de nem szükséges. Ezek a szakaszok ismétlődnek, de egyre laposabb görbét írnak le, lecsengenek. A fizikális beavatkozásokkal a láz dinamikáját, a lázcsúcsot lehet lecsitítani.

Végezetül azok az esetek, amikor orvosi segítségre van szükségünk:

- 3 hónaposnál fiatalabb csecsemőnél
- 6 hónaposnál fiatalabb csecsemőnél, ha fogalmunk sincs, mitől ugrott fel a láza

- erős fájdalommal, tarkótáji merevséggel, fénykerüléssel járó állapotokban
- nehezített a légzés, a gyermek zihál, kapkodja a levegőt
- nem iszik eleget a gyermek (37,5 Celsius fok feletti plusz testhő, fokonyként a szokásosnál 20%-al többet!)
- zavart a tudatállapota, aluszékonyvá válik, nehezen ébreszthető
- valahol a szervezetben heveny, erős fájdalmat jelez
- a bőrön bevérzések, szokatlan kiütések jelennek meg
- ha 3 nap után nem javul az állapota
- szokatlan a lázgörbe, eltér a gyermek szokványos lázmenetétől
- hirtelen fel-le ugráló vagy folyamatosan magas, nem oldódó láz lép fel
- általánosan látványosan romlik a gyermek állapota.



## Ágh István: Gyógyító

Doktor,

A boldog végelgyengülést nem hiszi senki.  
 Van rá okunk elég,  
 Apánk fuldokol, Anyánk sír-rí,  
 Teleholdig nő a vérnyomása.  
 Nagyanánk testét gaz verte föl, a rák,  
 Ma boldog asszony, ma rózsa fölötte, s gyep.  
 Nagypánk csontja idegen földön  
 Elszuvasult mielőtt születünk.  
 Tizedelésnél rosszabb  
 Sunyibb halál,  
 Nem hull le annyi csillag egy év alatt,  
 Mint ahány embert közülünk kivégez  
 Rák, vaskerek, bomba és idegbaj.  
 Te mentőangyal élet halál között,  
 Aranypogákkal nézzél,  
 Mindig neved, mindig okos légy,  
 Mindig higggyünk,  
 Megfizetünk tömjénnel, arannyal,  
 Mert nem akarunk menni idő előtt,  
 Utáljuk a fogfájást, görcsöket,  
 Jutott elég rövid életünkben.

Ajtód előtt sorban állunk,  
 Védj meg.  
 Feléd rajzunk,  
 Tapossuk udvarod, ellepjük házad,  
 Ülőhely sincs,  
 Padon, széken, korlátan annyi ember.  
 Csikket nyomunk a virágcserepbe.  
 Ráhordjuk  
 Kínunk verejtékszagát, szemérmünk titkát,  
 Ruháink belsejét,  
 Botránnyaink és butaságaink történetét,  
 Panaszunk imáját.  
 Megrozdásodnak szép szerszámaink,  
 Ablakaink kosztól homályosak,  
 Éhesen nyöszörögnek a disznók,  
 Elhanyagolt fiaink kóborolnak,  
 Ha nem segítesz,  
 Ruhás árnyunk marad, beáll szánkba a csönd,  
 Fekete pokol,  
 Kedveseink húzhatják a gyász  
 Ezüst igáját.