

# LIEČBA METEOROTROPIZMU FYTOTERAPIOU, PROSTRIEDKAMI FYZIKÁLNEJ A NATURÁLNEJ MEDICÍNY, PÔSOBIACIMI AJ NA VEGETATÍVNU LABILITU NERVOVEJ SÚSTAVY

## METEOROTROPISM-THERAPY BY MEANS OF PLANT REMEDIES AND OTHER MEANS OF PHYSICAL AND NATURAL MEDICINE ACTING ESPECIALLY AGAINST THE SYMPATHETIC VEGETATIVE NERVOUS SYSTEM.

Gillinger, A., Gillingerová, V.

### Abstract

Two kinds of meteorotropism, i.e. sensibility to weather: 1) atavistic, in natives, similar to that in (wild) animals, 2) non-phylogenetic, developed under artificial urban conditions due to non-hardening, combined with radiation influences of spherics penetrating into houses. It influences whole pathology of all diseases. The main reasons are: the vegetative nervous system, particularly its sympathetic part during short-term changes related to front passages; also long-term endocrine changes with changing seasons or geographical-climate conditions. Therapy affecting the pathogenesis, hardening and, for example, phytotherapy using MELISSA, Rosmarinum, Levandula, Salvia, Hypericum perforatum/DEPRIM industrially made, distributed in Slovak drug-stores, homeopatics-the best Prunus Padus, Hungarian and German Antifront drops, acupressure-acupuncture especially for ex.in the centre of palm, sole;yoga, massage, breath-exercises ,for cold types warm sea-spas, for warm types mountain spas.

Pokiaľ robíme štatistiky nahromadenia chorôb v čase u živočíchov a u človeka, vidíme nápadné zmeny počas roku, dňa, ako viac-menej aperiodické zmeny, toto je podľa nemeckého lekára Rudderera signálom citlivosti na slnečné, geofyzikálne faktory, ako i na počasie. Sezónnosť je dôsledkom sklonu zemskej osi k dráhe Zeme okolo Slnka (vykazuje ako i ostatné faktory i zmeny v priebehu stáročí), Slnko a Mesiac, ako i vplyvy z galaxií pôsobia zmenami kozmického žiarenia a hladiny geomagnetizmu pôsobia pri dlhodobom vplyve prostredníctvom hypotalamu, hypofýzy a endokrinných žliaz aklimatizačné reakcie, taktiež pri zmene prostredia. Počasie pôsobí 7-10 dňovými quasi-cyklami (nepresnými rytmi v dôsledku plynného skupenstva vzduchu) vyvoláva v rámci pár dní zmeny skôr na miestne sliznice, kožu a najmä u vegetatívnej nervovej sústavy, viac než u endokrinného adaptačného - stresového syndrómu, ktorý je však taktiež závažný v tom zmysle, že iritácia počasia, najmä chladu, vyvoláva predovšetkým sympatikotoniou a aktiváciu nadľadvín, „pohotovosť k boju“. Z toho dôvodu napr. v Budapešti pod vedením primára a autora bioklimatologických kníh Kérdoho bola špecifická klinika na liečbu chorôb nervovej sústavy, vegetatívnej lability.

Citlivosť na následné zmeny počasia pociťujú vtáci čo do tlaku atmosféry dutými dlhými kosťami, sucho a bezvetrie pred zrážkami a zrážky perím, elektromagnetické pole a jeho orientáciu zase magnetovcom v lebke. O predpovedaní počasia zvieratmi, napr. žabami boli popísané monografie. Zvieratá predpovedajú aj zemetrasenie, podliehajúce taktiež kozmickým vplyvom (slnečné vplyvy, uvádzajú sa i supernovy a záblesky gamažiarení). Vraj fylogenetický

atavistický charakter meteorosenzitivity dokladá väčší výskyt magnetovcov rozptýlených u austrálskych domorodcov (na rozdiel od belochov).

Podstata a závažnejšie percento dnešnej meteorosenzitivity v patologickom zmysle slova však je dôsledkom schúlостiveness moderného človeka, žijúceho predovšetkým v umelej klíme bytov a nezvyklého na to, že vyjde na prudko sa meniace počasie. Počasie, ako sme už spomenuli má 7-10 dňové cykly, keď vámci Ungehuera-Brezovského fáz (viď. obrázok č. 1) prechádza od relatívne priaznivého klúdu - bezvetria, najprv k teplej, potom k studenej a okluznej (zmiešanej) fronte, pričom sa počasie prudko mení a irituje - dráždi človeka (obr. 2) a pôsobí na rôzne ochorenia, podľa Bártfaiovej predovšetkým na choroby, ktoré už predtým boli. Konceptia makrozmeny počasia na celých kontinentoch bola vytvorená pred 150 rokmi najprv anglickým admirálom Robertom Fritz-Roy-om (neskôr Švédmi), kapitánom lode Charlesa Darwina, ktorý vyšiel s koncepciou, že cyklóna, otáčavý vietor veľkej sily a nakoniec i cyklón je dôsledkom stretu teplých a studených vzduchových hmôt o rôznom smere, začal preto popri klúdnej vysokotlakovej anticyklone zakresľovať fronty na mapách so stovkami zakreslených meteorologických údajov, napr. teplôt, zrážok, vlhkosti, vetra. Neskôr cyklónálne a anticyklónálne situácie boli charakterizované napr. i za pomoci švajčiarskych a neskôr i estónskych prístrojov rôznymi ionmi v prízemných vrstvách - záporné ióny sú v súvislosti (skôr asi za teplých frontov) s parasympatickou nervovou vegetatívnou sústavou. (Fronty, pokiaľ sledujem i výškové pomocou rádiosondážnych meraní, v niektorých okolitých štátoch i 4 x za deň prechádzajú každodenne, i za pár hodín našim územím sledovaným.)

FAUST (1978) rozoznáva vychádzajúc z Ungeheuera nasledovné fázy počasia:

1. fáza - stredne pekné počasie (s malým vplyvom na meteorotropické choroby)
2. fáza - stupňovanie pekného počasia - ovšem s veľkými rozdielmi medzi dňom a nocou
3. fáza - nadmerné stupňovanie                      Fáza 3F kuliminujúce pekné počasie
4. fáza - nastávajúci zvrät počasia. Tvorba vysokých oblakov, pribúdanie vlhkosti, znižujúca sa viditeľnosť, teplý vietor z juhozápadu. Teplá fronta pokiaľ začína, teplý vzduch sa nadsúva nad studený a tým spôsobuje predzvestné symptómy chorobné. Každá synoptická situácia je príznakom istej choroby, alebo chorôb .
5. fáza - začínajúci zvrät počasia - v lete ochladenie, v zime väčšia vlhkosť, v lete silné búrky.
6. fáza - v zime chladno ale dusno (zmiešaný teplý a chladný vzduch). V horách trvalé zrážky. Tlak studeného vzduchu, čiastočne klesajúca turbulencia a preto zvýšenie (zase) znečistenia ovzdušia.      f. 6 ustálenie počasia.

V NSR DAUBERT sa sústreďuje na 3 skupiny: 1. procesy v oblastiach vysokého tlaku, 2. pri prechodných poveternostných situáciách, 3. v oblasti vplyvu cyklón, rozlišuje atonizujúce, indiferentné a tonizujúce odpovede. KUHNKE rozlišuje poveternostné situácie podľa ich energetického obsahu: meridionálne (severojužné prúdenie), zonálne (zo západu) a anticyklónálne. Ďalej rozlišuje pokles hmôt - subciencie, sklzy - výklzy - labilné výklzy a podmienené turbulenciou - konvekciou - dvíhaním napr. pár.). Zúčastnil sa na desatinnej klasifikácii počasia osemmiestnym číslom.

OVČAROVÁ a spol. rozlišujú počasie podľa obsahu kyslíka vo vzduchu, napr. pri anticyklónálnom je vysoké - počíta sa nomogramom podľa teploty, tlaku a absol. vlhkosti vzduchu.

BOGUCKIJ z Vysoké školy telových. v Poznani (Poľsko) počíta i Fedorov-Čubukovove typy počasia, rozdiel medzi Wolfovým číslom líšiacim sa od priemeru posledných 30 dní 75 % menej, alebo o 25 % viac, počíta index zmeny počasia v %:  $M - \text{počet zmenených tried počasia} / N - \text{počet pozorovaných dní} = K$ , mení sa od 25% do 50%./ LARYŠEV a BOKŠA (1965) navrhli index patogenosti počasia - u elektrickej aktivity počasia od 0 - 19 optimálne, po 90 najhoršie. Normálne počasia je teplota vzduchu 18°C, rel. vlhkosť 50 %, rýchlosť vetra 0 m/sek, oblačnosť 0, impulzy elektromagnetického poľa 10V/m za 24 hod., zmena geomagnetického poľa 0-5 gamma/24 hod., zmena slnečnej aktivity 0-5/10-22-Vt.m -2.Hz -1/24 hod. pri frekvencii 3100 MHz.

Optimálne je napr. 0-5 medzidňová zmena stredného rádiového žiarenia slnka.

UŠVERIDZE vypracoval nasledovný vzorec

$$P = G \frac{T \text{ VI S R K}}{B \text{ a TVOM}}$$

kde P = počasia, G = genetický typ počasia, T = teplota vzduchu, VI = fyziologická vlhkosť, S = trvanie zrážok, R=UV radiácia, K = parciálny tlak kyslíka, B = zmena barometr. tlaku, aT= amplitúda teploty za 24 hod., V = vietor, O = oblačnosť, M = zmena geomagnetického poľa zeme a rozoznáva radiálny, edvekčný, nefrontálny a frontálny typ.

Na základe uvedeného sa vydávajú MEDICÍNSKO-METEOROLOGICKÉ PREDPOVEDE:

1. pre usmernenie dávkovania fyziatrických procedúr počas klinickej, kúpeľnej a klimatickej liečby
2. zamerá sa na nebezpečné prípady počas anestézie a pri pooperačnej prevencii embólií a krvácaní
3. Podávajú sa isté lieky, alebo sa zmení dávkovanie u jednotlivých pacientov.

Každý z nás odpovedá na podnety počasia a geofyzik. prostredia fyziologickou reakciou, niekedy to však zhoršuje patofyziológiu a dispozície. Citlivosť sa zväčša aj po prekonaní choroby, alebo poranenia. Hovorí sa o meteorosenzitivite 1/3 detí a 1/2 dospelých, pričom citlivosť narastá vekom a najmä u ženského pohlavia. Na nižšom stupni sa prejavuje celkovými príznakmi, ako napr. únavou, malátnosťou, nechutenstvom, depresiou, nepokojným spánkom, poruchami koncentrácie, sklonomi k nesprávnemu konaniu (i k zločinom, zapríčineniu nehôd) a zvýšenou zábudlivosťou. Na vyššom stupni lokálnymi prejavmi, napr. bolesťami. Vystupňovanou formou sú predzvestné pocity (1-2 dni vopred), napr. u chorých s chronickou progresívnou polyartritídou, najmä u starých ľudí, traumách lebky a mozgu, amputovaných končatinách, endogenných psychózach a neurotických prejavoch.

HELPACH PODĽA KOLESÁRA, FAUSTA tvrdí: 1. každý človek reaguje hospodárením s teplom, 2. citlivý človek, 3. precitlivený človek, poruchy vznikajú najmä v termoregulačnej sústave a v orgánoch ňou spojených. Precitlivenosť na počasia je zlomkom sily podnetu počasia S a adaptačnej kapacity jednotlivca A:

$$P = S/A$$

Prevenca a liečba meteorosenzitivity je súčasne prevenciou a liečbou depresí a samovrážd. FAUST (1978) rozlišuje 1. syndróm únavy (nízka koncentrácia katecholamínov), s hypoglykémiou. 2. syndróm predráždenosti (vyplavenie serotonínu s dvojitým videním a škvrnami - poruchami videnia, edémami, dyspnou dýchavičnosťou, zápalom spojivky, trachey, hrtanu, závratmi, trasom, hyperperistaltikou a častým močením. 3. zmiešaná forma s typickými poruchami štítnej žľazy, zrýchlením tepovej frekvencie, výskytom potenia, akné, úbytkom na hmotnosti pri zachovaní chuti do jedla. Faust ďalej uvádza symptómy meteorosenzitivity: mrzutá nálada, nechúť k práci, tlak v hlave, poruchy koncentrácie, bolesti hlavy, chyby pri práci, zábudlivosť, závraty, hnev, nepokojný spánok, bolesti v miestach fraktúr. U stredne výrazných reakcií sú subfebrility, mierne zvýšené teploty, hlavne z nachladnutia katary, u silnej je napr. hypertenzná alebo astmatická, stenokard. kríza. Typické je postihnutie viac ľudí zároveň synchronne so zmenami počasia, krátke trvanie MEZERNICKIJ (1937) zdôrazňoval pritom vplyv vetra, DANIŠEVSKIJ (1961) zdôrazňuje dyzadaptáciu. Už pred príchodom atmosferického frontu môžu pôsobiť impulzové elektromagnetické polia, potom najmä u cyklonálnych procesov, vpádu nových vzduchových hmôt s ochladením, zrážkami (UŠVERIDZE 1981). FAUST odlišuje tepelné postihnutie, UV žiarením ....Bielke (1956) spastické prejavy napr. kŕče, únavu a krvácanie. Samostatná časť sú bolesti z počasia. Ľudí meteorosenzitivných neustále pribúda so zvyšujúcou sa civilizáciou, je zaujímavé, že najviac v nemecky hovoriacich zemiach podľa ERNSTA ST(RMERA, najviac však podľa KVETOŇA MACOUŠKA z Plzne v mestách (v dedinách je 3-4 krát menej ako v meste). U žiakov v 18%, u študentiek - učníc 29% meteorsenzitivita., na jar 27,4 %, v lete 7,4%, na jeseň 29%, v zime 13,4%. Podľa FAUSTA je najvyššia meteorosenzitivita na jar a potom do zimy stále klesá (v zime je najnižšia-ovšem nie vegetatívna chorobnosť ale úmrtnosť napr. na chrípku, srdcové infarkty je najvyššia okolo februára celosvetove na severnej pologuli-vid' referát autorov toho ref.na zvolenskej čsl/.1999/a viedenskej medzinárodnej biometeorologickej konferencii/XII./ /

PROFYLAXIA by bola v obmedzení telesného pohybu, vo vynechaní niektorých zaťažujúcich liečebných procedúr, v obmedzení niektorých náročných klinických vyšetrení a výkonov, vo vynechaní chirurgických výkonov; kontinuálne pozorovanie ťažšie chorých, najmä čo do obehových funkcií, najmä v nemocniciach, klimatizácia, úplný, alebo čiastočný pohyb na lôžku, podávajú sa lieky zlepšujúce adaptabilitu organizmu, sedatíva, vazodilatancia a analgetiká, niekedy oxygenoterapia.

LIEČBA METEORSENZITIVITY. Najčastejšie symptómy rýchle prejdú s rýchlou zmenou počasia: únava, zábudlivosť, porucha koncentrácie, chyby v práci, nechúť, vegetatívne prejavy, vlhké ruky, potenie väčšinou prejdú aj bez medikamentov, zmenia sa aj životosprávou, odstránením duševného stresu, telesného vypätia, nedostatku spánku, nadmernej konzumácie alkoholu, fajčenia, drog atď.

#### ODPORÚČA SA:

1. Odbúrať nezdravé požívatiný i nikotín.
2. Vyriešiť osobné problémy a konflikty.
3. Vyhýbať sa napätiu a stresu, aby sa nemuselo siahnúť po trankvilizátoroch, hypnotikách.
4. Usilovať sa o dostatočný spánok.
5. Viac bielkovín a vitamínov, menej tukov a uhl'ohydrátov. Zmenšiť telesnú hmotnosť.
6. Venovať viac času fyzickej aktivite, pravidelnosť, u starších ľudí s degeneračnými

chorobami plávanie najmä na chrbte !

7. Stimulovať sa masážou, kefovaním, gymnastikou, vodoliečebnými procedúrami najmä so striedavou teplotou vody podľa Kneippa, sauna, pobyt v klimatickej komore (Biotron).
8. Odstrániť ložiská infekcie napr. v zuboch.
9. Primerane naplávať dovolenku.
10. Adekvátnu medikamentnú liečbu.

Biotron je ťažko uskutočniteľný, podľa UŠVENIDZEHO preto:

1. sezónna meteorodesenzibilizácia - kúpele, aero, helio-terapia, telesná výchova a otužovanie. DOPLNKOM JE I FARMAKOTERAPIA.
2. včasná, nie sezónna (meteorodesenzibilizácia je pár dňová pri zlom počasi)  
S FARMAKOLOGICKÝMI PROSTRIEDKAMI NA 2-3 DNI.

1. VITAMÍNY napr. B - na prevenciu infekcií, E vitamín proti jarnej únave a nachladnutiu, podobne i C vitamín možno po 1000 ME.
2. Znížiť soľ, najmä pokiaľ nie je morská so stopovými prvkami
3. Veľa, najmä u starších ľudí najmenej 2 litre tekutín denne.

U pľúcnej astmy je škodlivé mäso a soľ. Dobrá je surová strava.

U ľadvinových kolík sa doporučuje 2 - 3 fľaše žltého piva.

Obmedziť mlieko u katarov priedušiek.

U artritídy veľa surovej stravy.

U dny veľa surovej stravy, vyhnúť sa tmavému mäsu a čokoláde.

U zápalu močového mechúra, vyhnúť sa koreniu.

U artrózy veľa A a B vitamínu, taktiež ako u E a C, dobre zastúpeného v produktoch CF (Calif. fitness). Vitamíny dôležité aj u chrípky. Obmedziť korenie u bolestí hlavy, u porúch spánku pohár teplého mlieka pred zaspáním, u srdčej nedostatočnosti menej tekutín, u vysokého krvného tlaku menej soli, u hnačky po úprave jablká, u zápchy m(šli z obilnín, otrúb, B vitamín u infekcií napr. herpetických sa doporučuje aj 5 tabliet naraz.

KÁVA je príjemná vo vlhkom, studenom počasi, najmä u nízkeho krvného tlaku, u istých prípadov bronchitídy a pľ. emfyzému. Máme sa jej vyhnúť pri vysokom krvnom tlaku, dne, reume, žlčníkových chorobách a symptómoch nervového pôvodu.

ČAJ má menej kofeínu ako káva, ale veľa kyseliny močovej.

KAKAO – kofeín má ešte menej ako čierny čaj, ale teobromin dráždi nervovú sústavu, preto sa doporučuje s mierou.

NIKOTÍN najviac robí meteorosenzitivitu, alkohol hneď po ňom..

LÁTKY POVZBUDZUJÚCE pri dlhšom používaní tiež robia meteorosenzitivitu.

NIE JE TREBA VEĽA ŠATSTVA, NAJM( NIE TESNÉHO).

Teplotu izby doporučuje KNEIPP 15-19°C, výnimočne aj 20°C, aj v spánku.

VLHKOSŤ v izbe - optimálna je 40-60%.

SKORÉ zaspávanie, napr. s pokrývkou z ovčej vlny je dôležité pre opätovné nadobudnutie vplyvu parasymptiku - vegetatívne nervstva.

Dobré je pravidelné športovanie, sauna, opaľovanie, v izbe ZELENÉ SVETLO, chôdza vo vode podľa KNEIPPA, alebo v snehu, krátke - sekundové pôsobenie studenej vody napr. na ramená.

Veľmi dôležitá liečba citlivostí na front je kúpeľ v bahne.

NAJLEPŠÍM LIEKOM je však MELISSA OFFICINALIS, skúmaná na Meteorologische

Zentralstal, v jej odľahlej lekárskej časti vo Viedni, ako i HERGARTENom v Bone a Výskumným ústavom humánnej bioklimatológie v Miczkiewiczovej nemocnici v Bratislave. 90% účinnosť. Mnísi karmeliti ju používali už v r. 1611, mnoho receptov uchovávali ako tajomstvo. Ďalej recepty pochádzajú od mníšky a lekárničky Maria Clement, ktorú Napoleon r. 1826 vyhnal z francúzskeho kláštora. Má byť v každej domácej lekárničke. Osvedčuje sa pri fone - teplý zostupný vietor z Álp napr. na Viedeň, Bratislavu, pri teplom prúdení februárovom od Neapolského zálivu napr. v oblasti Košíc, ale nie u Vysokých Tatier, pri vlhkom chladnom počasí, resp. pri každej zmene počasia napr. s vínom - cigánsky recept od Phuri Dai Pilar-a:

2 dlane listov poliať 1 litrom suchého bieleho vína a v dobre uzavretej fľaši 13 dní nechať zrieť. Denne 3-4/4-5 šálok.

DO KÚPEĽNEJ VODY: 2 dlane listov opariť a potom do kúpeľnej vody.

Melissa officinalis sa zbiera v júli - auguste, vtedy kvitne. Melissa officinalis sa dostala z Prednej Ázie na Stredomorie až po Španielsko, potom mníchmi cez Alpy do celej Európy. Pôsobí proti únave, nepozornosti, nekludu, depresii, melanchólíi, bojzlivosti - fóbiam, astme - dušnosti, krčv v oblasti srdca, brucha, hnačky, bronchitídy, chrípky, nachladnutia, bolesti hlavy - migrény, porúch spánku, srdcovej nervozity, závratov.

ROSMARINUS OFFICINALIS - proti nervovej slabosti a obehovej nedostatočnosti.

Čaj: Do 1 hrnca čaju sa dáva 1 navrstvená lyžica listov a sa scedí. Medzi jedlami sa má piť 3 hrnce denne.

Víno: 1 hrst' listov sa dá do 1 litra vína, v prípade červeného sa nechá 42, do bieleho vína 24 hodín - 1 pohár po obede a po večeri.

Kúpeľ v rozmaríne je taktiež účinný. Rozmarín účinkuje aj na fóbie, astmu, ľadvinové koliky, bronchitídu, reumu, dysepsiu, nádchu, dnu, chrípku, bolesti hlavy, migrénu, videnie.

LEVANDULA OFFICINALIS - proti krčom, bolestiam a iným príznakom vegetatívnej dystonie, napr. spomenutých zväčša aj u rozmarínu.

Čaj: Preliať čajovú lyžicu hrnčekom vody, 5 minút odstáť a scediť. Denne 3 - 4 šálky, dobré aj na inhaláciu a do kúpeľa (pos. 1 kyticu).

SALVIA OFFICINALIS : Po oparení sa nechá 8 minút odstáť, večer či ráno 1 hrnček.

ASPERULA ODORATA: Oparujú sa dve čajové lyžičky a odstoja sa 10 minút.

HYPERICUM PERFORATUM (z Ľubovníka bodkovaného) - okrem uvedených aj hojí rany - oparujú sa 2 čajové lyžičky na 5 minút. Po scedení sa pije ráno a večer hrnček. Môže sa dať 350 g do 1 litra oleja jedlého na 6 dní nechať stáť na slnku - 10 kvapiek sa používa vnútorne, alebo napr. u popálenín sa maže, tinktúra: 2 hrste čerstvého kvetu do 1 litra pálenky, 3 týždne nechať, mazať.

GINSENG (Všehoj) - (je aj ako CF preparát) proti nedostatku energie, poteniu nôh, hnačke, nechutenstvu.

Slov. preklady: Melissa officinalis = medovka lekárska, Rosmarinus officinalis = rozmarín lekársky, Levandula = levandula, Salvia officinalis = Šalvia lekárska, Hypericum perforatum = Ľubovník bodkovaný.

Iné: Viola tricolor = fialka trojfarebná, Ocimum basilicum - bazalka pravá, Juniperus communia = borievka obyčajná, Achillea milleforium = rebríček obyčajný, Urtica = žihľava, Rosa canina = šípková ruža, Viscum album = imelo biele, Marrubium vulgare Weiser Andorn, (biely), Artemisia absintium (biela aj čierna palina), Leonorus cardiaca (srdcovník obyčajný), Kvet tilla parvifolia, grandifolia (lipa), Thymus vulgaris (dúška tymiánová), Primula officinalis veris (prvoosienka), Acorus calamus, Ruta graveolans, hortensia (ruta), Homulus lupulus (chmeľové žliazky), Galium (lipkavec), a iné (v maďarčine borágó, csombord, galogony, krekrekény, koriander, vasvirág), libapimpó, lókrm ( martilapu peresztény, Valeriána officinalis, levistcum

officinale (ligurček lekársky), Origanum majorana (majorán), Mentha crispa (mäta vodná), kvet citrus aurantium (pomaranč), Matricaria chamomilae (kamilka), Veronica officinalis (veronika lekárska), Gentiana lutea. (Hotové preparáty: z hypernicum perforatum Deprim výrobca liekov - kombinovaný preparát ANTIFRONT, výr. Planta).

Napr. podľa meteorológa Výskumného ústavu balneológie ORFI v Budapešti je dôležité aj otypovanie meteorotropizmu: citlivosť na chlad C, na teplo W, alebo zmiešaný typ. Spomenutý Dr Ormányi zisťoval rozloženie typov v rôznych skupinách obyvateľstva.

V reflexológii Fitzgeralda-Ingham-a Hanne Marcuart-ovej robíme akupresúru, alebo akupunktúru u vegetat. dystonie v strede chodidla, dlane, na veľkom prste nohy zospodu a na konci palca zvnútra - vpravo pôsobíme na ľavú pologuľu, podobne aj na plexus solaris, nervovú pleteň pod žalúdkom, trocha nižšie pre hypofýzu, pre reflex krku - zadnej strany hlavy, pre plece na 2-5 prste. Pre chrbticu: na vnútornej strane chodidla od veľkého prsta po pätu. Srdcový reflex: na dlaňovej strane prsteníka, malíka. Pre nos: na chrbtovej strane - prednej časti nohy, na prednej strane prstov. Pre nosné dutiny: na konci všetkých prstov, - pre prehltanie: na začiatku veľkého prsta nohy a palca, pre bronchy na stredných prstoch, pre žalúdok na vnútornej strane nohy, na ruke vľavo u 2. - 4. prsta, vpravo pod ukazovákom, pre štítnu žľazu: u začiatku veľkého prsta na nohe, u palca. U nadľadvín: pod veľkým prstom nohy a z vnútornej strany palca - stres! Ďalej masáž, dýchacie cviky, napr. so slovom „OM“, zvýšenie zadku pri dotknutí sa zeme rukami, nohami, progresívne uvoľňovanie svalov. Pre C typy dobré je teplomorské klíma, pre W pohoria.

Homeopatia na rozdiel od alopacie lieči liekmi s podobnými príznakmi ako konštitúcia, v menšej miere berie do úvahy symptómy, je však rozpracovaná pre citlivosť na jednotlivé prvky počasia - v minimálnych zmenách. U veľkej vlhkosti a chladu Acidum benzoicum riadenie D3, alebo acidum nitricum D4. U f(hnu alebo teple aconitum

D3, u nádchy pri chlade allium cepa D4, pri vetre asa foetida D4, atropa belladonna D30 (aj u f(hnu, podobne ursum metallicum D30, najlepšie homeopatikum Prunus Padus Vitaplex forte, z CF preparátov LECITIN (!), 1 - cystein, zinok, chlorofyl a lieky na všetky príznaky meteorotropizmu.

Obrázok 1

1,

	Počasie		Konvekcia		Výklyzy			Fronty			Zostupné procesy		
	C-cyklónálne A-anti- cyklónálne		prí- zemná	mohut- ná	stabil- né	labil- né	subtro- pické	teplé	stu- dené	oklú- zie	subsidi- encie	sklzy	inver- zie
	A	C											
Schopnosť koncentrácie	+	⊙		⊙					⊙		+		
Reakčný čas	+	●	○	○				●	●	●	+	●	●
Dopravné nehody	+	●	+	+	+	⊙	⊙	⊙	⊙	⊙	+	●	
Pracovné nehody	+	●		⊙			⊙	⊙	⊙	⊙	+	●	
Zvýšená citlivosť na bolesť	(+)	⊙	⊙	⊙		⊙	⊙	⊙	⊙		+		
Potreba spánku	+	⊙		⊙		⊙	⊙	⊙*	⊙	⊙*	○	+	+
Hĺbka spánku	+	⊙	○	+	(+)	●	⊙	●	○	○	+	●	
Asthma bronchiálne	+	●	○	●	○	○	●	⊙	●	●	+	+	●
Apoplexia	+	⊙					●	⊙	●	○			
Angina pectoris	+	●	+	●	+	●	●	●	●	⊙	+	+	
Infarkt myokardu	+	●	⊙	⊙		●	●	●	●	●	+	⊙	○
Srdcová smrť	+	●			○	●		●	●		+	⊙	
Úmrtnosť	+	●	+		⊙	●	●	●	●	●	+	⊙	⊙
Embólia	+	⊙	○	⊙	+	⊙	⊙	⊙	⊙	○	+	○	⊙
Obliečková kolika	+	⊙					●		●		+	+	
Žľznáková kolika	+	⊙					●		●		+	+	
Perforácia žalúdka	+	⊙	+	+	⊙	⊙	⊙	⊙	●	⊙	+	+	○
Appendicitis	+	⊙		●			●				+	+	○
Vnútroočné krvácanie	⊙											⊙	
Glaukóm	+	⊙						⊙	⊙	⊙		⊙	
Bolesti hlavy		⊙					⊙	⊙		⊙			
Samovraždy	+	⊙					⊙		⊙				
Počasie 1955-1956 v %	54,5	45,5	1,3	4,3	9,4	2,3	21,2	2,0	3,9	1,1	23,4	31,1	asi 30% sklizov
Stupeň biotropie													
			slabá	mierna	mierna až slabá	silná	veľmi silná	silná až mierna	silná až mierna	silná	indiferentná	slabá až indiferentná	silná pri viacdennej inverzii pod 1000m

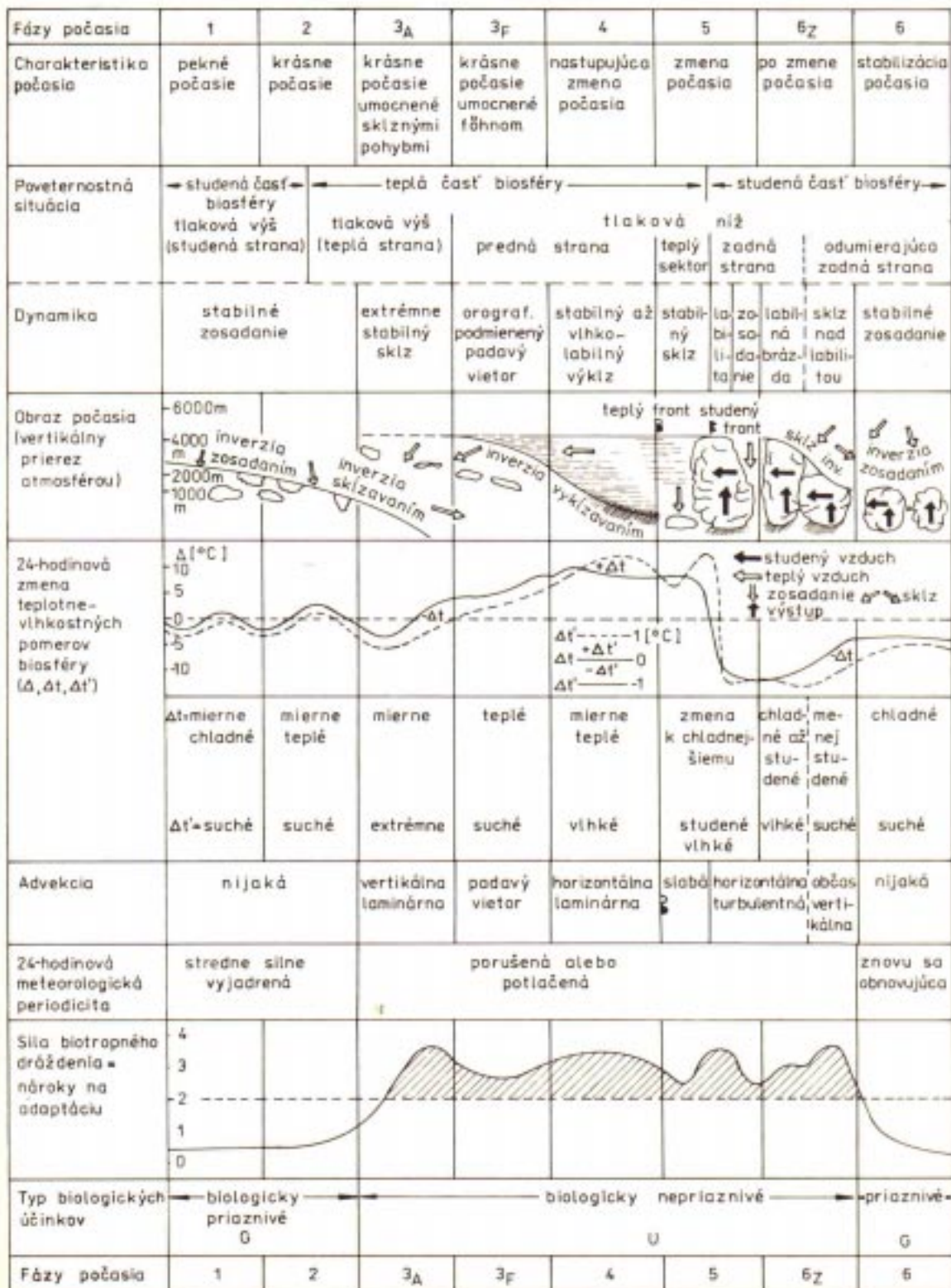
Obr. 25 Biotropný vplyv počasia podľa Beckera a Strödera

(Becker a Ströder, 1962); + - priaznivý vplyv, +, - štatisticky dokázaný priaznivý vplyv; prázdny krúžok - vplyv doteraz s istotou nedokázaný, šrafovaný krúžok - nepriaznivý vplyv, plný krúžok - štatisticky dokázaný nepriaznivý vplyv



Obrázok 2

2.



Obr. 28 Fázy počasia podľa poveternostnej situácie a teplotno-vlhkostného prostredia (Ungeheuer, 1955 a Brezowsky, 1965); opis jednotlivých fáz počasia pozri v tab. 16