

Z ZIELARSKIEJ PÓLKI.....

OFERTA SKLEPÓW ZIELARSKO-MEDYCZNYCH NA OBECNE CZASY

Profilaktyczne i terapeutyczne zastosowanie ziół ma wielowiekową tradycję. Od kilku lat tematyka ziołolecznictwa stała się bardzo popularna a wiedza na temat ziół pochodzi z bardzo różnych źródeł. Od tradycji ludowej przekazywanej z pokolenia na pokolenie poprzez kształcenie na specjalistycznych kierunkach studiów stacjonarnych, zaocznych czy podyplomowych, kursach specjalistycznych, warsztatach, spotkaniach zielarskich, konferencjach branżowych aż po liczne w ostatnich latach publikacje naukowe i popularno-naukowe poświęcone rozlicznym zastosowaniom ziół praktycznie we wszystkich dziedzinach naszego życia (profilaktyka zdrowia, fitoterapia, kosmetyologia, kulinaria, barwienie tkanin i przędzy, dekoracje i wiele innych).

Głównym miejscem zaopatrzenia w zioła pozostają sklepy zielarskie i zielarsko-medyczne działające w oparciu o odpowiednie przepisy prawne i sanitarno-epidemiologiczne, zgodnie z którymi osoby otwierające takie placówki muszą posiadać odpowiednie uprawnienia uzyskane podczas studiów kierunkowych lub właściwych kursów, a same sklepy muszą być zaaranżowane i zatowarowane zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Współczesne sklepy zielarsko-medyczne oferują swoim klientom bardzo szeroki asortyment ziół. Na półkach tych sklepów znajdziemy nie tylko popularne zioła polskich producentów, takie jak liść i korzeń pokrzywy, kwiat nagietka, ziele szałwii, kwiatostan lipy koszyczek rumianku, liść mięty czy ziele dziurawca, ale coraz częściej także zioła mało znane pochodzenia europejskiego, azjatyckiego czy nawet afrykańskiego (ashwagandha, rhodiola, gotu-kola, kutki, maca i wiele innych). Występują one w postaci ziół sypanych (jednorodnych i mieszanek dedykowanych), ziół pakowanych w saszetki typu „fix”, tabletek i kapsułek zawierających sproszkowany surowiec roślinny, wyciągów i nalewek, maści czy soków. W sklepie zielarsko-medycznym otrzymamy zarówno produkty kwalifikowane jako lek roślinny standaryzowany na zawartość substancji czynnej, jak i liczną grupę roślinnych suplementów diety. Oprócz tego, aby sprostać wyzwaniom współczesnego rynku klienta, sklepy zielarsko-medyczne poszerzają swój asortyment o witaminy, kosmetyki naturalne ze specjalistycznymi (skóra atopowa, łuszczyca) włącznie, kosmetyki upiększające, miody, oleje, przyprawy, olejki eteryczne i wiele innych artykułów. Tak jak w przypadku każdej branży, także w zielarstwie spotykamy się ze zjawiskiem tzw. mody na określony surowiec. Hitami sprzedaży były swego czasu eleuterokok kolczasty (żeń-szeń syberyjski), jagody acai, moringa (drzewo chrzanowe), czystek czy gojnik. Moda jak każda moda przemija, ale surowce pozostają najczęściej na stałe w ofercie sklepów zielarsko-medycznych. Na rynku cały czas pojawiają się nowe oferty producentów, importerów i dystrybutorów ziół oraz preparatów roślinnych. Stawia to przed właścicielami i pracownikami sklepów zielarsko-medycznych duże wymagania w zakresie odpowiedzialnego wyboru dobrych jakościowo surowców i preparatów spełniających także kryteria ekonomiczne zakupu w warunkach dużej konkurencji rynkowej. Osoby obsługujące klientów w sklepie zielarsko-medycznym powinny być doskonale zorientowane w asortymencie znajdującym się na półce i posiadają wiedzę niezbędną do tego, aby doradzić klientowi zakup odpowiedniego zioła czy innego produktu i poinformować o sposobie przygotowania/dawkowania czy ewentualnych działaniach niepożądanych.

Od ponad roku cały świat żyje w cieniu pandemii koronawirusa SARS-CoV-2. Potrzeba większej dbałości o własne zdrowie wywołała także większe zainteresowanie pacjentów naturalnymi metodami profilaktyki i leczenia wspomagającego, w tym także ziołami

i preparatami roślinnymi. Sklepy zielarsko-medyczne oferują pełen wybór ziół podstawowych, mieszanek ziołowych, herbatek ziołowych typu „fix”, leków roślinnych i roślinnych suplementów diety pomocnych w budowaniu odporności dzieci i dorosłych oraz zwalczaniu objawów wirusowych i bakteryjnych infekcji dróg oddechowych m.in. gorączki, kaszlu, kataru, bólu mięśni, bólu głowy. Najczęściej stosujemy wtedy (w zależności od objawów) kwiatostan lipy, owoc maliny, kwiat podbiału, aloes, wyciągi alkoholowe i wodne z korzenia oraz ziela jeżówki purpurowej, koszyczek rumianku, korę wierzby, ekstrakt z korzenia pelargonii afrykańskiej, porost islandzki, płucnicę islandzką, kwiat i owoc czarnego bzu, ziele szałwii, ziele tymianku, oregano, ziele brodziuszki wiechowatej, korzeń lukrecji, liść melisy. Ponadto skutecznym uzupełnieniem takiej terapii będą miody z bzem i cynkiem, z imbirem, cebulą i czosnkiem, z maliną, dziką różą i bioflawonoidami (np. EkaMedica), pierzga, propolis, witamina C w tym najbardziej poszukiwana naturalna witamina C z kapusty kiszzonej (Skarby Gai), witamina D3, kompleks witamin ADEK, cynk, soki z owoców o dużej zawartości witaminy C np. z aronii, czarnego bzu, dzikiej róży, acai, aceroli, rokitnika (np. EkaMedica), soki z warzyw w tym sok z kiszonych buraków z dodatkiem czosnku i selera, oleje z rokitnika, wiesiołka, dzikiej róży, olejki eteryczne: eukaliptusowy, pichtowy, sosnowy, rozmarynowy, goździkowy, z drzewa herbacianego. Ponadto mamy do dyspozycji przeciwwirusowe mieszanki ziołowe (np. Elixir antywirusowy z 15 ziół - Zielona Dolina) i roślinne preparaty złożone. Wyżej wspomniane zioła i preparaty roślinne mogą być także pomocne w odbudowie odporności u rekonwalescentów po przebytym COVID-19.

Ostatnio w związku z COVID-19 coraz więcej zaczyna się mówić o powikłaniach po przebytej chorobie, których lista jest coraz dłuższa w miarę przybywania liczby tzw. ozdrowieńców i okresu czasu, który upłynął od ich wyleczenia. Objawy takie mogą się utrzymywać nawet przez kilka miesięcy od wyzdrowienia i mieć różne nasilenie. Oprócz trwałych uszkodzeń płuc, serca czy mózgu przez wirusa, co wymaga dalszego specjalistycznego leczenia i rehabilitacji, ozdrowieńcy skarżą się na szereg objawów ogólnych, powodujących dyskomfort fizyczny i psychiczny.

Uczucie dyskomfortu fizycznego i psychicznego dotyka nas wszystkich, bo wszyscy żyjemy obecnie w ogromnym stresie. Niepokój o zdrowie swoje i swojej rodziny, lęk przed utratą pracy i stabilizacji życiowej, przymusowa izolacja (praca zdalna rodziców i zdalne nauczanie w domach, samotność, wyczerpanie) powodująca zachwianie równowagi w życiu rodzinnym i społecznym oraz zaburzenie rytmu okołodobowego organizmu, przede wszystkim u osób prowadzących dotąd bardzo aktywny tryb życia. Rozregulowane wydzielanie melatoniny czyli tzw. hormonu snu wywołuje problemy z zasypianiem w nocy oraz trudności z funkcjonowaniem w ciągu dnia. Wszystko to skutkuje pojawieniem się i coraz większym nasileniem stanów depresyjnych, nerwowością, silnymi stanami lękowymi czy zaburzeniami snu (np. koszmary senne, częste przebudzanie się w ciągu nocy) z bezsennością włącznie.

Oferta sklepów zielarsko-medycznych odpowiada na zapotrzebowanie wszystkich klientów zarówno tych stosujących profilaktycznie zioła i preparaty roślinne jak i pacjentów w stanie choroby czy rekonwalescencji jako skuteczne i bezpieczne uzupełnienie farmakoterapii stosowanej w celu złagodzenia lub wyeliminowania odczuwanych objawów.

Mogą to być zróżnicowane objawy ze strony:

- układu sercowo-naczyniowego (np. niewydolność serca, bóle w klatce piersiowej, duszności).
Pomocne zioła i preparaty roślinne zawierające: kwiat głogu, ziele serdecznika, kłącze kozłka, ziele melisy.

- układu oddechowego (zaburzenia oddychania, zadyszka, kaszel). Pomocne zioła: płucnica islandzka, porost islandzki, kwiat i liście podbiału, kwiat akacji, ziele majeranku, korzeń prawoślazu, kwiat i liść ślazu, liście i ziele babki lancetowatej, kwiat dziewanny, liść bluszczu pospolitego, korzeń pelargonii afrykańskiej, ziele szałwii, ziele miodunki, kwiat i owoc bzu czarnego (Zielona Dolina) oraz preparaty złożone.

- układu nerwowego (utrata węchu i smaku, bóle głowy, tzw. mgła mózgowa czyli zespół dolegliwości neurologicznych takich jak oszołomienie, problemy z koncentracją, trudności ze skupieniem uwagi, problemy z pamięcią). Pomocne zioła i preparaty roślinne zawierają: liść melisy, liść miłorzębu japońskiego, korzeń żeń-szenia, korzeń eleuterokoka kolczastego, korzeń różenia górskiego, ziele kozieradki, ziele brahmi, ziele wąkrotki azjatyckiej (gotu-kola), korzeń maca, korzeń kudzu.

- układu ruchu (bóle mięśni i stawów); znużenie, zespół przewlekłego zmęczenia CFS). Pomocne zioła i preparaty roślinne to te zawierające: korzeń żywokostu, ziele gojnika, korzeń siedmiopalcznika błotnego, kadzidłowiec, czarci pazur, owoc dzikiej róży oraz preparaty zawierające dodatkowo kolagen, kwas hialuronowy i glukozaminę stosowane doustnie lub w postaci maści czy żeli do stosowania zewnętrznego.

- układu trawiennego (zespół jelita wrażliwego IBS, niestrawność). Pomocne zioła i preparaty zawierają: koszyczek rumianek, ziele glistnika, owoc kopru włoskiego, liść mięty pieprzowej, kłącze imbiru, korzeń arcydzięgla, owoc kminku, ziele dziurawca, kwiat nagietka, liść szałwii, karczoch, owoc ostropestu plamistego, nasiona siemienia lnianego.

- psychiki. Samo zachorowanie, szczególnie w sytuacji konieczności leczenia na szpitalnym oddziale intensywnej terapii w przypadku ciężkiego przebiegu choroby COVID-19, odbija się negatywnie na zdrowiu psychicznym pacjentów zwiększając prawdopodobieństwo późniejszego wystąpienia zaburzeń snu i bezsenności, depresji, napadów lękowych czy nawet objawów zespołu stresu pourazowego PTSD. W tym przypadku pomocne mogą być zioła: liść melisy, korzeń kozłka lekarskiego, ziele dziurawca, koszyczek rumianku, szafran, szyszki chmielu, ziele i kwiat lawendy czy złożone preparaty roślinne

Jednym z nowych powikłań pocovidowych jest też łysienie będące najprawdopodobniej wynikiem stresu, wysokiej gorączki, niedożywienia i przyjmowanych podczas choroby leków. Pomocne mogą być tutaj wyciągi z kłącza tataraku, korzenia łopianu, korzenia pokrzywy, liści brzozy czy papryczki chili do stosowania zewnętrznego oraz preparaty zawierające biotynę, krzem i skrzyp polny stosowane doustnie.

Szczególnie ozdrowieńcy cierpią na objawy ogólnoustrojowego zmęczenia i znużenia często kwalifikowane jako zespół chronicznego zmęczenia (ang. CFS). W tym przypadku jako wspomagające rekonwalescencję i dochodzenie do pełni sił można zastosować zioła z grupy tzw. ziół adaptogennych oferowanych przez sklepy zielarsko-medyczne w dużym wyborze. Są to zioła z definicji nietoksyczne i niezależniące, charakteryzujące się specyficznym wpływem na ludzkie ciało i umysł. Nadrzędną właściwością wszystkich adaptogenów jest niwelowanie skutków stresu oraz adaptacja organizmu do niesprzyjających warunków zewnętrznych. Największą popularnością w sklepach zielarsko-medycznych cieszą się: ashwagandha (witania ospała), żeń-szeń azjatycki, cordyceps (maczużnik chiński), eleuterokok (żeń-szeń syberyjski), traganek błoniasty (astragalus), grzyb reishi (lakownica żółtawa), różeniec górski (rhodiola), cytryniec chiński (schisandra), korzeń maca, szczodrak krokoszowaty (leuzea), gotu-kola, żeń-szeń koreański czerwony.

Jak widać na przedstawionym przykładzie współczesne sklepy zielarsko-medyczne dysponują całym wachlarzem ziół, leków roślinnych oraz roślinnych suplementów diety wzbogaconym o witaminy, soki, oleje, miody i kosmetyki naturalne. Na zielarskich półkach możemy znaleźć praktycznie wszystko, co wspomże nas w profilaktyce i zwalczaniu codziennych dolegliwości zdrowotnych oraz prowadzeniu zdrowego stylu życia w jak największej zgodzie z naturą.

Poszukajcie dobrego sklepu zielarsko-medycznego w swojej okolicy. Czekają tam na Was półki pełne produktów oraz fachowa obsługa.

Właściciele sklepów zielarskich i zielarsko-medycznych mogą w swojej działalności, odbywającej się w coraz bardziej złożonych warunkach gospodarczych, liczyć na wsparcie różnych organizacji branżowych. Wsparcie to może się odbywać na wielu płaszczyznach: ekonomicznej, prawnej, marketingowej i szkoleniowo-edukacyjnej. Jedną z takich organizacji jest Polska Grupa Zielarska Sp. z o.o., której partnerami są z jednej strony właśnie sklepy zielarskie, zielarsko-medyczne, ekologiczne i inne podmioty zainteresowane współpracą, a z drugiej – producenci, dystrybutorzy oraz importerzy dysponujący ciekawą i dobrą jakościowo ofertą ziół, roślinnych suplementów diety i innych produktów naturalnych, będących przedmiotem sprzedaży we wspomnianych sklepach. Polska Grupa Zielarska Sp z o.o. oferuje swoim partnerom wsparcie na wielu płaszczyznach: ekonomicznej (organizacja platformy zakupowo-sprzedażowej B2B), prawnej, marketingowej i szkoleniowo-edukacyjnej (zjazdy, konferencje).

Napisała: Małgorzata Gościcka

Polska Grupa Zielarska Sp. z o.o.

