

# Jak postawić bańki lekarskie?

Ewa Koziół



**Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w  
DARMOWYM herbarium wejdź na  
[www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać  
swój dostęp i zacząć skutecznie używać  
zioł**

```
[et_pb_section fb_built="1" admin_label="section"
_builder_version="3.0.47"] [et_pb_row admin_label="row"
_builder_version="3.0.48" background_size="initial"
background_position="top_left"
background_repeat="repeat"] [et_pb_column type="4_4"
_builder_version="3.0.47" parallax="off"
parallax_method="on"] [et_pb_text admin_label="Text"
_builder_version="3.0.74" background_size="initial"
background_position="top_left" background_repeat="repeat"]
```

Sztuka stawiania baniek znana jest człowiekowi już od tysiącleci, już Hipokrates (ojciec konwencjonalnej medycyny) znał ich dobroczynny wpływ na zdrowie. Gdy syntetyczne leki zaczęły wypierać naturalne terapie, bańki zepchnięto na margines. O wiele łatwiej jest wytłumaczyć funkcjonowanie substancji chemicznej, niż przeanalizować tysiące lat praktyki.

Musimy zrozumieć, że nauka nie jest alfą i omegą, nie jest wszechwiedzącą i nieomylną siłą. Co więcej, nauka często popełnia błędy i nie potrafi wyjaśnić różnorodnych zależności.

Paradoksalnie gdy syntetyczne leki i konwencjonalne metody zaczęły zawodzić, medycyna zainteresowała się alternatywnymi sposobami walki o zdrowie tak jak [ziołami](#) czy też bańkami lekarskimi. Wielu wybitnych naukowców – jak Head, Mackenzie czy Hansen – zauważyli w swoich pracach skuteczność stosowania baniek lekarskich. Dodatkowo wskazali oni, że skóra faktycznie jest powiązana z organami wewnętrznymi, zaś banki wspomagają funkcjonowanie chociażby układu odpornościowego i przyspieszają zdrowienie organizmu.



## Jak działają bańki lecznicze?

Faza pierwsza: leczenie segmentalne polega na ułożeniu baniek w miejscach, w których występuje choroba, lub w miejscu połączonym nerwowo z danym organem wewnętrznym.

Faza druga to przestoje lecznicze, w których powstają lecznicze wybroczyny. Krwiaki te stymulują i regulują funkcjonowanie organizmu.

Postawienie baniek w pierwszym lub drugim dniu takich chorób

jak angina, grypa, przeziębienie czy zapalenie płuc bądź oskrzeli w wyraźny sposób przynosi ulgę osobie chorej. Co więcej, same bańki rozpoczynają proces zdrowienia organizmu.

## **Czego potrzebujesz do wykonania zabiegu?**

- baniek lekarskich
- spirytusu
- waty
- szczypiec chirurgicznych
- palnika do spirytusu
- pojemniczka z wodą do gaszenia waty

*Osoby szczupłe lub mające cienką skórę mogą poczuć ból w trakcie stawiania baniek; w takim wypadku przed i po zabiegu należy natrzeć skórę olejkiem rycynowym. Jeśli choroba tego nie wymaga, na czas przeziębienia lub zapalenia płuc osoba chora nie musi leżeć w łóżku.*



Postawienie baniek jest bardzo proste.

1. Podpala się kłębek waty, zanurzony wcześniej w spirytusie i dobrze nim nasiąknięty, następnie – trzymając bańkę w jednej ręce – wprowadza się go do bańki, dosłownie na chwilę. Powinniśmy to robić w miarę blisko miejsca przyłożenia bańki, aby ta nie zdążyła się wychłodzić przed jej postawieniem. **Pamiętaj!** Rozgrzewamy wnętrze bańki, nie samą bańkę czy jej brzeg, który w żadnym wypadku nie powinien być rozgrzany. Równocześnie uważajcie, aby nie podpalić włosów swoich i osoby chorej. U mężczyzn trzeba przed zabiegiem zgolić nadmiar owłosienia. Dzieciom należy stawiać niewielkie bańki. Wielu naturopatów twierdzi, że nie mam tutaj przeciwwskazań wiekowych, ponieważ nie występują działania niepożądane (w przeciwieństwie do stosowania syntetycznych leków).
2. Bańkę przykładamy i delikatnie naciskamy.
3. Po postawieniu wszystkich baniek gasimy palącą się

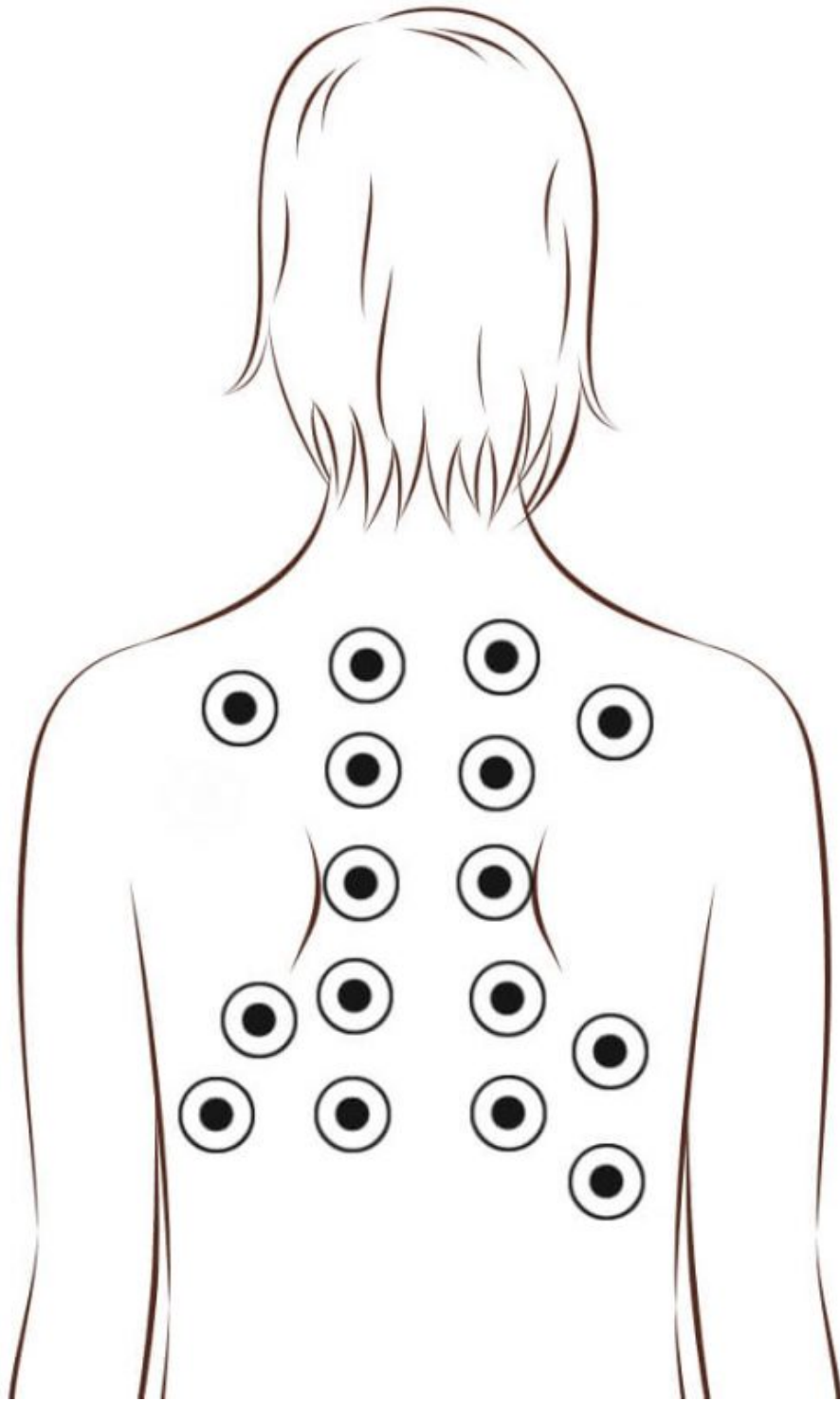
wełnę, zaś osobę chorą przykrywamy i pozostawiamy na 10–15 minut (dorosły) lub 5–10 minut (dziecko).

4. Bańkę zdejmujemy, podkładając delikatnie palec pod jej brzeg i uciskając w dół; drugą dłoń podnosimy.
5. Po zabiegu osoba chora powinna odpoczywać kilka minut pod nakryciem. Efekt ciepła wywołany przez ogniowe bańki lekarskie przez wielu naturalistów jest postrzegany jako leczniczy, dlatego ten rodzaj baniek jest według nich najlepszy.

Po postawieniu baniek można wykonać delikatny masaż, który poprawi skuteczność ich postawienia, należy jednak pamiętać, że nie wolno masować osób bardzo osłabionych.

Uwaga! Baniek nie wolno stawiać kobietom będącym w ciąży (do 4. miesiąca włącznie), ponieważ istnieje ryzyko poronienia. W przypadku gruźlicy i nowotworów nie należy stosować baniek tuż nad narządami objętymi chorobą, można jednak postawić je w innym miejscu.

## **Bańki na przeziębienie, kaszel i grypę**



Bańki na przeziębienie i grypę stawiamy po obu stronach mostka, a także powyżej i poniżej obojczyka, by objąć całe plecy. U osób szczupłych nie kładziemy baniek na łopatkach. Po zabiegu osoba chora powinna leżeć w łóżku do 2 dni.





*Jak postawić bańki lekarskie?*

POZNAJ TAJEMNĄ WIEDZĘ  
poprzednich pokoleń

KLIK

Tekst powstał w oparciu o książkę „Sztuka stawiania baniek”  
Hedwiga Piotrkowskiego.

[/et\_pb\_text][/et\_pb\_column][/et\_pb\_row][/et\_pb\_section]

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim  
©Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go  
powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez  
kontaktu z autorem na stronie [www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl)