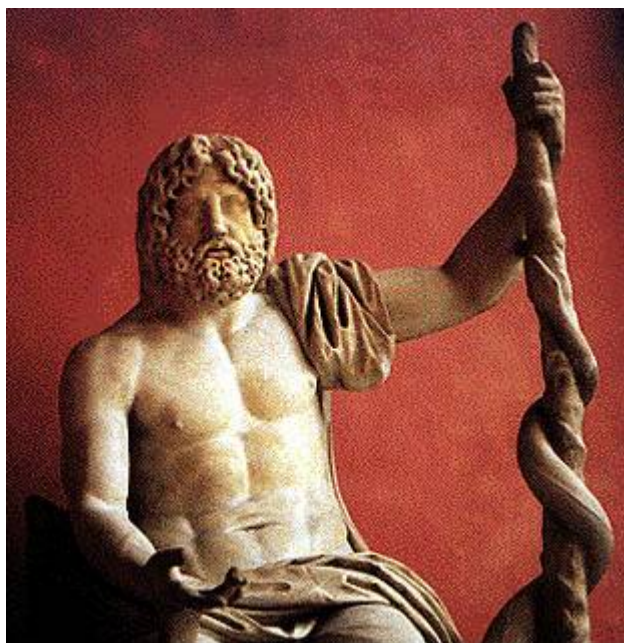


Α.Τ.Ε.Ι. ΚΡΗΤΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

**ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ
ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ–ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ
ΕΠΕΙΓΟΝΤΩΝ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΣΕ
ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΟ ΑΓΡΟΤΙΚΟ ΠΛΗΘΥΣΜΟ
ΤΗΣ ΝΗΣΟΥ ΚΡΗΤΗΣ.**



ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΡΟΒΙΘΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ

ΣΠΟΥΔΑΣΤΕΣ:

ΚΑΡΑΒΑΤΑΚΗ ΜΑΡΙΑΝΝΑ

ΠΑΠΑΓΓΕΛΗ ΘΕΟΔΩΡΑ

ΡΙΖΙΚΙΑΝΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ

«...Κανένα όφελος, ούτε χρημάτων ούτε τίποτε άλλο δεν αξίζει σαν την υγεία...»

«...Σε όσους γιατρούς υπάρχει και φιλανθρωπία, εκεί υπάρχει και ο έρωτας για την επιστήμη...»

Ιπποκράτης, Κως 460 – 377 π. χ

« Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε θερμά τον καθηγητή μας κ. Μιχάλη Ροβίθη για τη πολύτιμη καθοδήγηση και βοήθεια του στη διεκπεραίωση της πτυχιακής μας εργασίας. Όπως, επίσης, γνωστούς, φίλους αλλά ιδιαίτερα τις οικογένειες μας που μας στήριξαν σε αυτή μας τη προσπάθεια.»

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Αυτή η παραστατική και διδακτική αναδρομή στην ιατρική του παρελθόντος μας οδηγεί στην αρχαιότητα(στην Ελλάδα, τη Ρώμη, το Βυζάντιο και τη βιβλική ιατρική), τότε που η επιστήμη της ιάσεως γνώρισε μια μακρά περίοδο ακμής και πρόοδο. Η εξιστόρηση αρχίζει με την πρόμη φάση της ελληνικής ιατρικής, απαριθμούνται οι αρχαιότερες σχετικές μαρτυρίες από την κρητομυκηναϊκή εποχή και γίνεται λόγος για τους ομηρικούς γιατρούς που ήταν ταυτόχρονα θεραπευτές τραυμάτων , στρατιωτικοί γιατροί και πολεμιστές. Έτσι γνωρίζουμε ότι ο Ασκληπιός, αρχηγέτης των ελλήνων γιατρών, ίσως ήταν ιστορικό πρόσωπο, πάντως η ράβδος του με το φίδι αποτελεί ακόμη και σήμερα το σύμβολο των γιατρών. Ο μέγας Ιπποκράτης απέκτησε τη διαρκέστερη φήμη από οποιοδήποτε άλλο γιατρό στον κόσμο. Αργότερα οι αλεξανδρινοί έδωσαν νέα ώθηση στις ιατρικές μελέτες. Στη ρώμη η ιατρική διείσδυσε για πρώτη φορά με τους Έλληνες σκλάβους-γιατρούς , και μετά τη διαίρεση του ρωμαϊκού κράτους βρήκε νέα πατρίδα στο βυζάντιο.

Η φύση αποτελεί ένα απέραντο χημικό εργαστήριο, τη βασίλισσα των φαρμάκων, που μπορεί να μας ανοίξει το δρόμο για ιδιαίτερα αποτελεσματικά φάρμακα. Ειδικά στην περιοχή μας παρουσιάζει μια αναπτυγμένη βιοποικιλότητα, δίνοντας πολύτιμη πρώτη ύλη για αρκετά νέα φάρμακα. Τα φυτά παράγουν για διάφορους λόγους (άμυνα, πολλαπλασιασμός) μια σειρά ουσίες φτιαγμένες με τρόπο που κανένας χημικός δεν θα μπορούσε να φανταστεί στο εργαστήριο.

Πρωταρχικό και σπουδαιότερο μέσο θεραπείας υπήρξε το φυτό με τα διάφορα μέρη του. Χιλιάδες βότανα από τη φύση που μας περιβάλλει, μπήκαν στη υπηρεσία του ανθρώπου για καλό ή κακό σκοπό. Συχνά το ίδιο βότανο με μια διαφορά στην ποσότητα ή τον τρόπο κατασκευής γίνεται από φάρμακο δηλητήριο.

Όλα τα αρχαία μυστικά του κόσμου των βοτάνων (διάκριση, ιδιότητες, εφαρμογή, παρασκευή) τα κρατούσαν συνήθως φυλαγμένα ζηλότυπα οι ιερείς και οι μάγοι, που ασκούσαν απόλυτη εξουσία στους λαούς προς όφελος φυσικά δικό τους και της τάξης τους.

Η ιατρική μέχρι τη δεκαετία του '50 ήταν συνυφασμένη με τα φυσικά προϊόντα. Από τότε και μέχρι τη δεκαετία του '70 επικράτησε στη παρασκευή των

φαρμάκων η συνθετική χημεία. Σήμερα, η ιατρική επιστρέφει στη φύση, αφού τα φυσικά προϊόντα έχουν αναγνωριστεί και επιστημονικά σαν μια σημαντική πηγή θεραπευτικά αποτελεσματικών φαρμάκων.

Η μελέτη των βοτάνων άρχισε από την μακρινή αρχαιότητα και μελετήθηκαν εκατοντάδες φυτά, αφήνοντας στους μεταγενέστερους σημαντικές διδαχές ζωής. Η καταφυγή στο φαρμακείο της φύσης υπήρξε κοινό γνώρισμα πολλών πολιτισμών, από την μια άκρη της γης μέχρι την άλλη.

Η λαογραφία έχει τις καταβολές της βαθιά σ' όλες τις εκδηλώσεις της ζωής του λαού μας. Στα χωριά μας ακόμα σήμερα ο επιστήμονας γιατρός και τα φάρμακα του είναι δυσεύρετα. Η μάχη με τις αρρώστιες γίνονταν απ' τον πρακτικό Ασκληπιό (φαρμακοποιό) με τα γιατροσόφια του. Φάρμακα που παρασκεύαζε μόνος του με τη βοήθεια της φύσης. Εμπειρικές ιατρικές γνώσεις που επέβαλε η "αλάνθαστη" χρήση τους γενιά σε γενιά. Βεντούζες κούφιεσ, βεντούζες με αίμα, μαλλιά βρεγμένα με ρακή, ζεστά (τσάγια, χαμόμηλα, φασκόμηλα κ.ά.), είναι τα μέσα που καταπολεμάει αρκετές ασθένειες.

Οι χημικές επιδράσεις των διαφόρων φυτών, των καρπών κι όλων των προϊόντων της γης ήταν γνωστές από ανέκαθεν στον άνθρωπο. Ας θυμηθούμε, λοιπόν, τα παλιά γιατροσόφια που χρησιμοποιούσε ο λαός μας.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

A ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ:

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....σελ.1

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ.

2.1 Η Ιατρική στην αρχαία Ελλάδα..... σελ.5

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ, ΤΡΑΥΜΑΤΑ, ΔΗΓΜΑΤΑ-ΟΡΙΣΜΟΙ-ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ.

3.1.1 Εισαγωγή στα εγκαύματα- ορισμός..... σελ.9

3.1.2 Βαρύτητα εγκαύματος- κατάταξη.....σελ.10

3.1.3 Παθοφυσιολογία εγκαύματος..... σελ.12

3.1.4 Κατηγορίες εγκαυμάτων.....σελ.13

3.1.5 Πρώτες βοήθειες.....σελ.16

3.2.1 Τραύμα-ορισμός..... σελ.18

3.2.2 Ταξινόμηση τραυμάτων δέρματος-κατηγορίες.....σελ.19

3.2.3 Καταστολή αιμορραγίας-πρώτες βοήθειες.....σελ.22

3.3.1 Δήγματα-ορισμός..... σελ.24

3.3.2 Χαρακτήρες δήγματος εντόμων..... σελ.25

3.3.3 Δήγματα φιδιών.....σελ.27

3.3.4 Δήγματα σκορπιών..... σελ.29

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ-ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ.

4.1 Ιατροσόφια.....	σελ.31
4.2 Εγκοιμήσεις.....	σελ.32
4.3 Επωδές.....	σελ.33
4.4 Αναθήματα (τάματα).....	σελ.35
4.5 Βασκανία.....	σελ.36
4.6 Τσιρότο.....	σελ.36

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΠΑΡΑΛΟΣΙΑΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ-ΓΙΑΤΡΟΣΟΦΙΑ ΣΤΗ ΚΡΗΤΗ.

5.1 Πρακτική αντιμετώπιση τραυμάτων.....	σελ.40
5.2 Πρακτική αντιμετώπιση δηγμάτων.....	σελ.57
5.3 Πρακτική αντιμετώπιση εγκαυμάτων.....	σελ.65

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΤΑ ΒΟΤΑΝΑ ΚΑΙ ΟΙ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥΣ

6.1 Τα βότανα -μια αδιάσπαστη συνέχεια.....	σελ.68
6.2 Βότανα για την ανακούφιση των δηγμάτων.....	σελ.73
6.3 Βότανα για τα εγκαύματα.....	σελ.79
6.4 Βότανα για τα τραύματα.....	σελ.82
6.5 Μέθοδοι παρασκευής βοτάνων σε φαρμακευτικά σκευάσματα.....	σελ.90
6.6 Γιατρικά με βότανα για εγκαύματα, τραύματα, δήγματα.....	σελ.97

Β ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7: ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

7.1 Σκοπός έρευνας.....	σελ.102
7.2 Ερευνητικά ερωτήματα.....	σελ.102
7.3 Είδος μελέτης.....	σελ.103
7.4 Ερευνητικό πεδίο.....	σελ.103
7.5 Δειγματοληπτική μέθοδος.....	σελ.104
7.6 Ερευνητικό εργαλείο.....	σελ.105
7.7 Δεοντολογία έρευνας.....	σελ.107
7.8 Μέθοδος στατιστικής ανάλυσης-Ανάλυση περιεχομένου.....	σελ.109
7.9 Ανάλυση συνεντεύξεων.....	σελ.111
7.10 Συζήτηση, Συμπεράσματα, Προτάσεις.....	σελ.124

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1:

Συνεντεύξεις.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

1. Λεξιλόγιο.
2. Εικόνες.

ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παραδοσιακή ιατρική έχει τις ρίζες της από πολύ παλιά, ξεκινάει από την αρχαιότητα και φτάνει μέχρι τις μέρες μας. Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται διεθνώς ολοένα αυξανόμενο ενδιαφέρον γύρω από τη χρήση των παραδοσιακών μεθόδων θεραπείας (WHO 2000).

Αν και το ενδιαφέρον αυτό φαίνεται να στρέφεται κυρίως στα βότανα και άλλα παραδοσιακά φυτά, καθώς από πολύ νωρίς αναγνωρίστηκε η κλινική, φαρμακευτική και οικονομική τους αξία και η συμβολή τους στη φαρμακοβιομηχανία (Couladis 2003, Kinghorn 2002), εντούτοις τα διάφορα παραδοσιακά συστήματα υγείας έχουν να επιδείξουν πληθώρα πρακτικών και θεραπειών που σταδιακά εξαφανίζονται (Joshi and Joshi 2000) (εικόνα 1). Η συμβολή της Παραδοσιακής Θεραπευτικής (Π.Θ.), δεν έχει συνδράμει μόνο στην ανακάλυψη νέων φαρμάκων, αλλά γενικότερα έχει συμβάλει στην ανάπτυξη του σύγχρονου βιοϊατρικού μοντέλου. Σύμφωνα με τον Slikkerveer (2005), η ανάπτυξη της σύγχρονης δυτικής ιατρικής έχει τις ρίζες της στη θεωρία χυμών του Ιπποκράτη. Ο Π.Ο.Υ. το 1969 (WHO 1969) ξεκίνησε μια προσπάθεια διάσωσης, προαγωγής και ανάπτυξης της Π.Θ. , ενώ με πληθώρα ψηφισμάτων επέστησε την προσοχή στο γεγονός ότι ένα μεγάλο τμήμα του πληθυσμού σε πολλές αναπτυσσόμενες χώρες στηρίζεται ακόμα στην Π.Θ και το σύνολο των παραδοσιακών θεραπειών αποτελεί ένα ενδεχομένως σημαντικό πόρο της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (Π.Φ.Υ.) αλλά και της διαχείρισης χρόνιων νοσημάτων. Επίσης το 1978, η Διακήρυξη της Alma Ata συνέστησε, μεταξύ άλλων, τη θεώρηση αποδεδειγμένων παραδοσιακών θεραπειών στις εθνικές υγειονομικές πολιτικές (WHO 1998). Η προσπάθεια αυτή συνεχίζεται έως σήμερα με μια σειρά από αποφάσεις,

ανακοινώσεις και προγράμματα, όπως το WHO Traditional Medicine Programme κ.α. (WHO 1978, WHO 2000, WHO 2002).

Ο σωματικός πόνος που δοκίμασε ο άνθρωπος από τότε που γνώρισε το κόσμο και το ένστικτο της αυτοσυντήρησης τον ανάγκασαν να αναζητήσει τα μέσα και τον τρόπο θεραπείας. Εκείνος που γιάτρευε πρώτος μια αρρώστια του, ή μια πληγή του είναι ο πρώτος πανανθρώπινος γιατρός. Ο παθών γιάτρευε και δασκάλεψε και άλλους γύρω του εκουσίως ή ακουσίως του. Σπρωγμένος από το ένστικτο και την παρατήρηση βρήκε πολλά γιατρικά. Παρατήρησε τη γάτα που έτρωγε νηρόχορτο όταν είχε βαρυστομαχιά το σκύλο που έγλειφε τη πληγή του σταματώντας έτσι την αιμορραγία και ταυτόχρονα φονεύοντας με τα ένζυμα που περιέχει το σάλιο τα μολυσματικά μικρόβια της πληγής, το αγρίμι που έτρωγε τον έρωτα (δίκταμο) όταν ήταν λαβωμένο. Χωρίς αμφιβολία, μπορούμε να πούμε πως οι φυτικές ουσίες στάθηκαν τα πρώτα γιατρικά για τον άνθρωπο που από πολύ νωρίς ανακάλυψε τις ιδιότητες τους ωφέλιμες και μη, πάντα οδηγημένος από το ένστικτο και τη λογική. Έτσι οι πρώτοι που θεραπεύτηκαν ήταν οι παρατηρητικότεροι και εξυπνότεροι και έγιναν με τα φάρμακα που ανακάλυψαν οι κύριοι της ζωής και του θανάτου. Σιγά σιγά απόκτησαν στη φαντασία των συνανθρώπων τους υπεράνθρωπες ιδιότητες. Γι αυτό τα παλιά χρόνια τη θεραπεία την ασκούσαν οι αντιπρόσωποι του θεού στη γη: ιερείς, φύλαρχοι, ηγεμόνες, άτομα με δυνατή προσωπικότητα, προικισμένα με ένα είδος ενεργείας θέραπευαν με τα φάρμακα και με τη ψυχολογία, επικαλούμενοι κάποια θεια δύναμη πράγμα που είχε άμεση ψυχολογική επίδραση σε αυτούς που έχρηζαν θεραπείας. Έτσι παρουσιάστηκαν σιγά σιγά γόητες, οι οποίοι «γοήτευαν» το λαό λόγω της επιβλητικότητας τους επικαλούμενοι δαίμονες, και θεραπευτές που έγιναν σημαίνουσες προσωπικότητες.

Με το πέρασμα των αιώνων η θεραπευτική έγινε επιστήμη. Ο Ιπποκράτης έγινε ο πατέρας της ιατρικής. Μελέτησε τον ανθρώπινο οργανισμό έγραψε συγγράμματα και καθοδηγεί μέχρι σήμερα τους επιστήμονες. Πλάι στον Ιπποκράτη όμως στεκόταν ακλόνητα και ο Ασκληπιός προς τον οποίο οι πάσχοντες αφιέρωναν ομοιώματα ανθρώπων ή ομοιώματα μελών του ανθρωπινού σώματος, όπως συμβαίνει και στις μέρες μας με τα τάματα προς τους αγίους.

Πολλοί, προωθούσαν την ιατρική επιστήμη όπως ο Ιπποκράτης, Γαληνός, Θεόφραστος και πάλι όμως δίπλα στην επιστήμη έμενε η παράδοση και πολύς λαός

κατέφευγε στους μάντεις και στους αστρολόγους, στους γοητές και στους επαοιδούς, στα γιατροσόφια και στην εμπειρία.

Κατά τη βυζαντινή περίοδο και τη περίοδο του μεσαίωνα, κυκλοφόρησαν «δημώδη βιβλία » που περιείχαν συνταγές και οδηγίες για τη θεραπεία διάφορων ασθενειών.

Στη Κρήτη, οι λαϊκοί θεραπευτές χωρίζονταν σε τρεις ομάδες, τους πρακτικούς γιατρούς, τους μάγους ιερείς και τους μοναχούς. Η τελευταία γενιά εμπειρικών θεραπευτών στη Κρήτη, βοτανοθεραπευτών, ορθοπεδικών και μαιών βρίσκεται πλέον σε πολύ προχωρημένη ηλικία και ήδη τα μέλη της πεθαίνουν χωρίς να κληροδοτήσουν τις γνώσεις τους σε επιγόνους. Έτσι , από όλο το σύστημα λαϊκών θεραπευτών πρακτικών που παραδίδονταν από γενιά σε γενιά απομένουν σήμερα κυρίως στην Κρητική ύπαιθρο, ελάχιστα κατάλοιπα γνώσεων, στα χέρια νέων ανθρώπων. Πρόκειται για απλές μεθόδους αντιμετώπισης ελαφρών προβλημάτων υγείας όπως τα ποτήρια (βεντούζες) η απότριψη με τη ρακί και τα βραστάρια για κρυολογήματα και φυσικά το ξεμάθιασμα με διάφορους τρόπους για ελαφρούς πονοκεφάλους, ανεξήγητο αίσθημα κόπωσης και λοιπά συμπτώματα του φθαρμού (βασκανίες).

Παλαιότερες έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί στο εξωτερικό αλλά και στη χώρα μας (Bielory 1999, Huntley 2000, George 2004), επιβεβαιώνουν τη δραστηριότητα των ανθρώπων και των πολιτισμών πάνω στην αυτόχθονη παραδοσιακή ιατρική (Tzanakis et al. 2004, Van Sickle 2003).

Η Κρήτη παρά το πέρασμα των αιώνων κρατάει τα έθιμα και τις προλήψεις, τις δεισιδαιμονίες της δημώδους ιατρικής του βυζαντίου. Ο κρητικός εξακολουθεί να γιατροπορεύεται με τον πατροπαράδοτο τρόπο, ταυτόχρονα όμως ψάχνει να βρει και ότι άλλο θα ήταν χρήσιμο για το πολυτιμότερο αγαθό την υγεία.

Οδηγημένος από το ένστικτο έτυχε να βρει γιατρικά που μόλις σήμερα κατόρθωσαν οι επιστήμονες να εφεύρουν βοηθούμενοι από το χέρι της τύχης.

Όταν για παράδειγμα έτρωγαν τα μουχλιασμένα ψωμιά για να αντιμετωπίσουν την τριχόπτωση γνώριζαν την πενικιλίνη. Όταν βράζανε φλούδες πορτοκαλιού και τις έπιναν τροφοδοτούσαν τον οργανισμό με βιταμίνη C, ενώ με την κατάποση σκόρδου ρύθμιζαν την αρτηριακή πίεση.

Θα μπορούσε να ισχυριστεί κάποιος, ότι πολλά από αυτά τα γιατρικά είναι μη ενδεδειγμένα αφού για παράδειγμα για τον ίκτερο συνιστούσαν την πόση ούρων ή για τα τραύματα και τον έλεγχο της αιμορραγίας σύστηναν την επίθεση κοπράνων ζώων στην τραυματισμένη περιοχή. Όμως νεότερες μελέτες αποδεικνύουν ότι υπάρχουν στοιχεία τα οποία σε μεγάλες αναλογίες εξουδετερώνουν το τέτανο και αλλά μικρόβια. Αλλά αν στο παρελθόν ο κρητικός χρησιμοποίησε φάρμακα αποκλειστικά από την παράδοση, σήμερα σε καμία περίπτωση δεν μπορεί κανείς να ισχυριστεί ότι δεν χρησιμοποιεί τις υπηρεσίες υγείας που η σύγχρονη ιατρική έχει θέσει στην διάθεσή του ενώ παράλληλα εμπιστεύεται και ακολουθεί παραδοσιακές ιατρικές τεχνικές ως συμπληρωματικές για την αποκατάσταση της υγείας του.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

2.1 Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ

Από τους Ομηρικούς χρόνους υπήρχαν ιατροί στην Ελλάδα. Ο Όμηρος τους μνημονεύει ευφώνως: « ένας γιατρός είναι ένας άνθρωπος που αξίζει όσο πολλοί άλλοι ». Φυσικά, τόσο κατά την ομηρική περίοδο όσο και κατά τις επόμενες ιατρικές περιόδους οι ιατροί ήταν ολιγάριθμοι συγκριτικά με τις μέρες μας και τα ιαματικά μέσα λιγότερα και απλούστερα. Και αυτό γιατί ο ανθρώπινος οργανισμός κατά την ελληνική αρχαιότητα παρουσίαζε πολύ μεγαλύτερη αντοχή προς τις ασθένειες απ' ό,τι σήμερα. (Σπανδάγου-Τραύλου 1992)

Οι γνωστοί ιατροί τους οποίους μνημονεύει ο Όμηρος και οι μεταγενέστεροι ιατροί συγγραφείς ήταν " ριζοτόμοι " και πρακτικοί. Μερικοί δε από αυτούς όχι μόνο ασκούσαν την ιατρική τέχνη, αλλά την δίδασκαν και σε άλλους. Περίφημη ριζοτόμοι παρουσιάζονται και στην Κρήτη. Οι κρήτες θεραπευτές γνώριζαν ένα μεγάλο αριθμό φυτών με αποκλειστική θεραπευτική χρήση : το ασπλήνιο (για τους πόνους της σπλήνας) το δαύκον (για μυϊκές παθήσεις) το δίκταμο (για γυναικολογικά νοσήματα). Καλλιεργούσαν επίσης και έκαναν εξαγωγή φυτών που χρησιμοποιούνται ως τονωτικά αφεψήματα, ή για την κατασκευή εμπλάστρων και αλοιφών.(Σπανδάγου-Τραύλου, 1992)

Στην ιατρική των αρχαίων Κρητών προΐστατο η θεά των όφεων με πάρεδρό της τον θεό των ιατρών, τον Ασκληπιό, το σύμβολο του οποίου (τον όφη) έφερε και η κρητική θεά.

Όσον αφορά τη Κρήτη, οι Μινωίτες φαίνεται να είχαν οργανωμένη Ιατρική, με πρακτικές, όπως εξορκισμούς (γητειές), αιθέρια έλαια, αναθήματα, βότανα κ.α. που διατηρούνται έως σήμερα (Georgiou 1973, Δετοράκης 1994, Χαβάκης αχρονολόγητο-a, Χαβάκης αχρονολόγητο-b, Robert 2003).

Η θεραπευτική προσέγγιση διαφοροποιούνταν ανάλογα με τα διαθέσιμα υλικά, το επίπεδο των γνώσεων, τις αντιλήψεις που επικρατούσαν και την αποδιδόμενη προέλευση και αιτιολογία (θεϊκή, μεταφυσική ή και βίο-ιατρική) του νοσήματος, πάντα όμως αποσκοπούσε στην πρόληψη, θεραπεία, ανακούφιση του ασθενούς ή ακόμα επειδή ήταν «καλό για το σώμα» (Φραγκάκη 1978, Πουρναρόπουλος 1968).

Η ιατρική αναπτύσσεται έως τον 5ο π.χ. αιώνα, οπότε σημειώνει αλματώδεις προόδους υπό την ώθηση του μεγάλου Ιπποκράτους, ο οποίος απέρριψε την μέχρι τότε κυριαρχούσα ιδέα περί θεϊκής προελεύσεως των νόσων, απάλλαξε την ιατρική από τις προλήψεις και το μυστικισμό και την θεμελίωσε πάνω σε ορθολογιστικές επιστημονικές βάσεις. Από τα πολυάριθμα συγγράμματα του επιφανούς αυτού Ιατρού και της σχολής του παίρνουμε μια ιδέα για την ιατρική επιστήμη του 5^{ου} και 4^{ου} π.χ. αιώνα και μπορούμε να εξάγουμε τα ακόλουθα συμπεράσματα:

Η ιατρική στηριζόταν κυρίως στη πείρα. Είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι σε μια εποχή που η φιλοσοφία σημειώνει τις τολμηρότερες μεταφυσικές της πτήσεις, η ιατρική επικεντρώνεται στην πειραματική μέθοδο. Ο γιατρός παρακολουθεί την κατάσταση του ασθενούς και σημειώνει μέρα με τη μέρα την εξέλιξη της. Τα διάφορα συμπτώματα περιγράφονται με αξιοσημείωτη ακρίβεια. Πολλές ασθένειες κατονομάζονται με τα ονόματα που φέρουν και σήμερα : αποπληξία, ύδρωψ, δυσεντερία, φθίσης κτλ. (Σπανδάγου-Τραύλου, 1992)

Οι αρχαίοι Έλληνες πρώτοι ανακάλυψαν την ανοσία που αποκτά ο οργανισμός μετά από την προσβολή του από ορισμένες λοιμώξεις. Αυτό το περιγράφει και ο Θουκυδίδης λέγοντας πως στον λοιμό στην Αθήνα το 430 π. Χ., όποιος αρρώσταινε και επιζούσε, δεν ξανακολλούσε την ασθένεια. Επίσης, οι αρχαίοι Έλληνες χρησιμοποιούσαν διάφορα θεραπευτικά μέσα, όπως την αφαίμαξη (θα βοηθούσε ίσως στο πνευμονικό οίδημα και σε κάποιες άλλες ασθένειες όπως καρδιοπάθειες και νεφροπάθειες), τη χορήγηση φάρμακων από βότανα, τη χορήγηση αφεψημάτων, τον καυτηριασμό στις πληγές, την κατάλληλη διαίτα (κάτι που σήμερα συνήθως αμελείται) σε κάθε αρρώστια, τις χειρουργικές επεμβάσεις – όπου χρειαζόταν, καθώς και τα λουτρά. Με αλλά λόγια πρώτοι οι αρχαίοι Έλληνες δημιούργησαν την ολιστική ιατρική και έβλεπαν τον κάθε ασθενή ως ξεχωριστό, ως μοναδική προσωπικότητα. Δεν τον έβλεπαν ως νόσημα,

εμπόρευμα και πελάτη όπως η σύγχρονη ιατρική που έχει υποδουλωθεί στις φαρμακευτικές εταιρίες και οι ιατροί είναι επαγγελματίες. (Γασπαράκης, 2004)

Η χειρουργική ήταν ένας από τους πιο αναπτυγμένους κλάδους της ιατρικής. Τα νυστέρια. Τα νυστέρια και τα χειρουργικά μαχαίρια έμοιαζαν καταπληκτικά με τα σύγχρονα. Οι αρχαίοι έλληνες ορθοπεδικοί είχαν μεγάλη επιδεξιότητα στην ένταξη εξarthρωμένων μελών και στη θεραπεία των καταγμάτων. Οι αρχαίοι έλληνες χειρουργοί έτεμναν και καυτηρίαζαν τα γαγγραινώδη μέρη. Δεν αναφέρεται, όμως, αποκοπή μελών κατά τους κλασσικούς χρόνους. Η σοβαρότητα από τις εγχειρήσεις που έγινε μεταξύ του 5^{ου} και του 4^{ου} π.χ. αιώνα, την οποία περιγράφει λεπτομερώς ο Ιπποκράτης, ήταν η διάνοιξη κρανίου με τρυπάνι.

Τόσο μεγάλη υπήρξε η παρατηρητικότητα και η οξυδέρκεια του θεμελιωτή της ιατρικής επιστήμης Ιπποκράτους, ώστε πρώτος αυτός, 2000 χρόνια πριν από τον Παστέρ, συνέλαβε και διατύπωσε τη θεωρία σχετικά με την ύπαρξη στον αέρα μικροβίων στα οποία απέδιδε και πολλές ασθένειες. Για τον λόγο, ίσως, αυτό στην Ιπποκρατική διδασκαλία αναφέρονται και αντισηπτικές μέθοδοι. Ως αντισηπτικά χρησιμοποιούσαν το κρασί, το ξύδι, διάφορες σκόνες και ξηραντικές ύλες. Ο ίδιος ο Ιπποκράτης συνιστά το βρασμό του πόσιμου νερού κατά τις επιδημίες.

Σημαντικό είναι να αναφέρουμε, ότι κατά την κλασική εποχή άκμασαν αρκετές ιατρικές σχολές. Οι πιο αξιόλογες, όμως, ήταν τρεις : η σχολή της Κνίδου, η σχολή της Κω και η σικελική.

Το 2^ο μ.Χ. αιώνα παρουσιάζεται στον ελληνικό χώρο μια εξαιρετική ιατρική διάνοια, ο Γαληνός από την Πέργαμο. Ο περίφημος αυτός ιατρός έθεσε τις βάσεις της ελληνικής ιατρικής των μεταγενέστερων γενεών, αλλά και τις βάσεις της ευρωπαϊκής επιστημονικής ιατρικής. Ο γαληνός είναι ακριβώς εκείνος που οδήγησε την ιατρική στη μέση οδό, που συνενώνει το ιπποκρατικό πνεύμα με την έρευνα, όπως την εννοούμε σήμερα, σε μια έντονη προσπάθεια τόσο θεωρητική, όσο και πρακτική.

Από τα μέσα του 3^{ου} μ.Χ αιώνα μέχρι και τον 5^ο μ.Χ αιώνα σημειώνεται μια κατάρρευση της προόδου της ιατρικής. Η ιατρική βιβλιογραφία, των αιώνων αυτών, που διασώθηκε μέχρι τις ημέρες μας , δίνει την απόδειξη όχι μόνο μιας περιόδου τέλει στασιμότητας, αλλά και μιας παντελούς σχεδόν παρακμής της αρχαίας ελληνικής ιατρικής. (Σπανδάγου- Τραύλου, 1992)

Αξίζει να σημειώσουμε ότι τα γενικά στοιχεία που διέκριναν τους ιατρούς και την ιατρική στην αρχαία Ελλάδα είναι τα εξής: η ιατρική εκπαίδευση δεν ήταν δωρεάν, μόνο τα παιδιά των ιατρών δεν πλήρωναν δίδακτρα. Στις ιατρικές σχολές της αρχαίας Ελλάδας οι σπουδαστές έκαναν πρακτική εξάσκηση με επισκέψεις ασθενών. Συνέτασσαν δε ανάλογα ιστορικά ασθeneιών, τα οποία αποτέλεσαν ολόκληρες βιβλιοθήκες. Υπήρχαν πολλές τάξεις ιατρών : οι ιατροί που εξασκούσαν ελεύθερα την ιατρική με αμοιβή και διέθεταν ιατρεία, οι ιερείς-ιατροί που υπηρετούσαν στα ασκληπιεία, οι περιοδεύοντες, οι στρατιωτικοί και οι δημοτικοί ιατροί. Οι τελευταίοι προσλαμβάνονταν από την πόλη με θητεία ενός έτους και με υψηλή αμοιβή. Η οργάνωση των ιατρείων , όπως προκύπτει από παραστάσεις αγγείων, έμοιαζε αρκετά με τη σημερινή.

Στα ιατρεία υπήρχε αίθουσα αναμονής, εξεταστήριο και άλλοι βοηθητικοί χώροι. Ως ιατρικά εργαλεία χρησιμοποιούσαν μήλες, σμίλες, λαβίδες σικύες, μαχαίρια , πριόνια, άγκιστρα, τρυπάνια, βελόνες, κ. α, που ήταν κατασκευασμένα από χαλκό, ορείχαλκο ή οστά.(Σπανδάγου-Τραύλου, 1992).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ, ΤΡΑΥΜΑΤΑ, ΔΗΓΜΑΤΑ-ΟΡΙΣΜΟΙ

3.1.1 ΕΓΚΑΥΜΑ-ΟΡΙΣΜΟΣ:

Τα εγκαύματα, μπορούν να συγκριθούν με τα κοινά τραύματα. Ωστόσο μελετώνται ξεχωριστά γιατί διαφέρουν από αυτά στη παθοφυσιολογία και στην αγωγή των τραυματικών τους επιφανιών.

Η αντιμετώπιση ενός εκτεταμένου εγκαύματος αποτελεί πολύπλοκο πρόβλημα, γιατί πέρα από τη τοπική βλάβη, δημιουργούνται στον οργανισμό και πολλές άλλες σοβαρές διαταραχές (Σαχίνη- Καρδάση Α. 2002).

Ως εγκαύματα ορίζονται οι βλάβες που προκαλούνται στους ιστούς του οργανισμού από την επίδραση της θερμότητας. Η θερμότητα αυτή μπορεί να είναι αέρια (φωτιά), υγρή (καυτό νερό), ή και στερεή (καυτές επιφάνειες). Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που μπορούν να προκαλέσουν αυτό τον τύπο των βλαβών και για αυτό διακρίνονται σε διάφορους τύπους εγκαυμάτων: τα θερμικά εγκαύματα, τα χημικά εγκαύματα, τα ηλεκτρικά εγκαύματα, τα εγκαύματα από ακτινοβολία κ.ά. (Μ.Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002).

3.1.2 ΒΑΡΥΤΗΤΑ ΕΓΚΑΥΜΑΤΟΣ- ΚΑΤΑΤΑΞΗ:

Οι εγκαυματικές τοπικές βλάβες ταξινομούνται ανάλογα με το βάθος των κατεστραμμένων ιστών και την έκταση που καταλαμβάνουν.

Από άποψη βάθους ιστικής καταστροφής, τα εγκαύματα διακρίνονται στα:

1^ο βαθμού η επιδερμικά

1^ο βαθμού η δερμικά

3^ο βαθμού η ολικού πάχους επιφανειακά

4^ο βαθμού η ολικού πάχους βαθιά

Εγκαύματα πρώτου βαθμού.

Επηρεάζουν μόνο την επιδερμίδα. Προκαλούν έντονη αγγειοδιαστολή, για αυτό και προκαλούν στην περιοχή δερματικό ερεθισμό και ένα ελαφρύ οίδημα, καθώς επίσης και τσούξιμο ή ακόμη και πόνο που εντείνεται με την ελάχιστη επαφή. Το επιθήλιο που έχει υποστεί βλάβη αποπίπτει μέσα στις επόμενες 24-48 ώρες, και οι βλάβες γενικά θεραπεύονται πλήρως σε τρεις με τέσσερις μέρες, χωρίς να αφήνουν ούλες .

Εγκαύματα δευτέρου βαθμού.

Επηρεάζουν την επιδερμίδα σε όλο της το πάχος και μέρος της δερμίδας, που είναι το υποκείμενο στρώμα του δέρματος. Προκαλούν αύξηση της διαπερατότητας της μεμβράνης και έχουν σαν επακόλουθο την εξαγγείωση του πλάσματος και κάποιων στοιχείων αίματος.

Αυτά τα εγκαύματα είναι επίσης πολύ οδυνηρά και η εξέλιξη τους εξαρτάται από το βάθος στο οποίο εκτείνονται.

Εγκαύματα τρίτου βαθμού.

Επηρεάζουν όλα τα στρώματα του δέρματος, διασχίζοντας την επιδερμίδα και την δερμίδα μέχρις ότου φθάσουν στην υποδερμίδα και ενδεχομένως τους ιστούς που βρίσκονται κάτω από αυτήν.

Αυτά τα εγκαύματα δεν προκαλούν πόνο γιατί καταστρέφονται οι νευρικές απολήξεις και δεδομένου ότι η αναγέννηση του δέρματος εξαρτάται από την αύξηση του περιφερικού επιθηλίου, η θεραπεία μπορεί να καθυστερήσει για μήνες ή ακόμα και χρόνια (Μ. Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002).

Τα κλινικά κριτήρια του βάθους του εγκαύματος είναι τα εξής:

Η φύση του παράγοντα που προκάλεσε το έγκαυμα και ο χρόνος έκθεσης σε αυτόν

Η παρουσία φυσαλίδων

Το χρώμα της τραυματικής επιφάνειας

Ο βαθμός αισθητικότητας

Η ένταση του πόνου

Η έκταση της εγκαυματικής επιφάνειας σε ενήλικα ασθενή υπολογίζεται με τον κανόνα των 9 (κεφάλι και λαιμός 9%, πρόσθια επιφάνεια 18%, οπίσθια επιφάνεια 18%, χέρια 18%, περίνεο 1%, πόδια 36%)

Γενικά τα εγκαύματα που καταλαμβάνουν έκταση πάνω από το 20% της επιφάνειας του σώματος μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο τη ζωή του αρρώστου.

Εγκαύματα που καταλαμβάνουν πάνω από το 30% της επιφάνειας του σώματος είναι θανατηφόρα, εκτός αν εφαρμοστεί έγκαιρα η σωστή θεραπεία. Εξάλλου εγκαύματα που καταλαμβάνουν το 50% και άνω της επιφάνειας του σώματος μπορεί να είναι θανατηφόρα, ακόμα και αν εφαρμοστεί έγκαιρα η σωστή θεραπεία (Σαχίνη- Καρδάση Α. 2002).

Η βαρύτητα ενός εγκαύματος εξαρτάται:

- ✓ Από το βάθος της ιστικής καταστροφής
- ✓ Από την έκταση του
- ✓ Από την εντόπιση
- ✓ Από την ηλικία

3.1.3 ΠΑΘΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ

Η (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) αναφέρει ότι τα βαριά και μέσης βαρύτητας εγκαύματα χαρακτηρίζονται από σημαντικές μεταβολές του οργανισμού. Η άμεση μετεγκαυματική περίοδος συνδέεται με σοβαρότατες κυκλοφορικές μεταβολές που συνιστούν το εγκαυματικό shock.

Μια θεαματική πτώση της καρδιακής παροχής κατά περίπου 50% των επιπέδων ανάπαυσης, προηγείται των οποιωνδήποτε μεταβολών του όγκου του αίματος ή πλάσματος. Αυτό πιθανά προκαλείται από κάποιον κυκλοφορούντα κατασταλτικό παράγοντα που απελευθερώνεται από το δέρμα που κάηκε και ο οποίος δρα άμεσα στο μυοκάρδιο, ίσως σε μιτοχόνδριακό επίπεδο.

Ο οργανισμός στο έγκαυμα χάνει υγρά ως :

- ✓ Πλάσμα που μετακινείται από τον ενδαγγειακό χώρο στο οιδιματικό υγρό
- ✓ Πλάσμα και διαμεσοκυττάριο υγρό στο εξίδρωμα.
- ✓ Ατμό νερού από την εγκαυματική επιφάνεια, που αυξάνεται επί πυρετού. Ο αυξημένος ρυθμός εξάτμισης προκαλεί υποθερμία.
- ✓ Πλήρες αίμα από κατεστραμμένα αγγεία.

3.1.4 ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΕΓΚΑΥΜΑΤΩΝ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑ ΠΡΟΚΛΗΣΗΣ ΤΟΥΣ

Θερμικά εγκαύματα

Προκαλούνται από επαφή με φωτιά , καυτές επιφάνειες , καυτό νερό ή υδρατμούς κλπ. Τα αναμμένα και παρατημένα τσιγάρα, ο κακός έλεγχος της θερμοκρασίας στις σωληνώσεις υδρεύσεως, ο χαλαρός ρουχισμός των ηλικιωμένων αυξάνουν την επίπτωσή τους.

Χημικά εγκαύματα

Τα χημικά εγκαύματα προκαλούνται όταν το δέρμα έχει έλθει σε επαφή με:

- Ισχυρά οξέα
- Αλκάλια
- Άλλες τοξικές διαβρωτικές ουσίες

Όσο η ουσία παραμένει σε επαφή με το δέρμα τόσο επεκτείνεται το έγκαυμα. Οι ατμοί μιας χημικής ουσίας προκαλούν συνήθως βλάβες στην αναπνευστική οδό και στα μάτια. Τα χημικά εγκαύματα προκαλούνται συνήθως:

- Μέσα στο σπίτι σε μικρά παιδιά
- Σε εργοστάσια ή χώρους εργασίας που παράγουν ή χρησιμοποιούν τέτοιες ουσίες
- Σε πολεμικές επιχειρήσεις, με τη χρήση χημικών όπλων.

Ηλεκτρικά εγκαύματα

Εγκαύματα μπορεί να προκληθούν από την επαφή του δέρματος με ηλεκτρικό ρεύμα χαμηλής ή υψηλής τάσης. Το οικιακό ηλεκτρικό ρεύμα προξενεί σοβαρά εγκαύματα, όπως και το ρεύμα υψηλής τάσης, όταν υπάρξει απευθείας επαφή με ηλεκτροφόρα καλώδια. Επιφέρει, επίσης, τοπικές βλάβες στους ιστούς -μικρότερες στο σημείο επαφής και πιο εκτεταμένες στα βαθύτερα στρώματα-, ενώ μπορεί να προκαλέσει καρδιακή ανακοπή, η οποία επιτείνει τις βλάβες των ιστών. Υπάρχουν πάντοτε ένα έγκαυμα στο σημείο εισόδου του ηλεκτρικού ρεύματος και μεγαλύτερες βλάβες στα βαθύτερα στρώματα, οι οποίες σε υψηλή τάση μπορεί να περιλαμβάνουν καταστροφή δέρματος και μυών σε βαθμό που να επιβάλλεται ακόμη και ο ακρωτηριασμός του σκέλους.

Το ηλεκτρικό ρεύμα υψηλής τάσης μπορεί να προκαλέσει καρδιακή ανακοπή και πολλαπλές κακώσεις από την πτώση του αρρώστου. Σε αυτή την περίπτωση, χρειάζεται εφαρμογή καρδιοπνευμονικής αναζωογόνησης και σε δεύτερο χρόνο αντιμετώπιση των άλλων κακώσεων. Κάθε καλώδιο πρέπει να θεωρείται ηλεκτροφόρο, ακόμα και αν έχει διακοπεί το ηλεκτρικό ρεύμα, η ισχύς του οποίου κυμαίνεται από 115-50.000W. Οι τηλεφωνικές γραμμές έχουν πολύ μικρότερη τάση, η οποία ωστόσο, υπό ορισμένες προϋποθέσεις, μπορεί να προκαλέσει καρδιακή ανακοπή.

Όταν ένα ηλεκτροφόρο καλώδιο πέσει πάνω σε ένα αυτοκίνητο, οι επιβάτες είναι ασφαλείς εφόσον παραμένουν στο αυτοκίνητο, γιατί οι ελαστικοί τροχοί τους απομονώνουν.

Κάθε υλικό, π.χ., οι ελαστικοί τροχοί, που εμποδίζουν το κύκλωμα να κλείσει, θεωρείται μονωτής, ενώ κάθε υλικό που επιτρέπει στο ρεύμα να περάσει θεωρείται αγωγός. Το ανθρώπινο σώμα, το νερό και τα περισσότερα μεταλλικά αντικείμενα είναι αγωγοί του ηλεκτρισμού. Πάντως, για να προκληθούν οι βλάβες, πρέπει το σώμα να συμπληρώσει το κύκλωμα ανάμεσα στην πηγή του ηλεκτρισμού και το έδαφος. Τα περισσότερα ηλεκτρικά εγκαύματα στο σπίτι προκαλούνται από χαλασμένες ηλεκτρικές συσκευές, ενώ έξω από το σπίτι από υπόγεια καλώδια σε εργάτες που κάνουν εκσκαφές (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) .

Εγκαύματα από ακτινοβολία

Τα εγκαύματα από ακτινοβολία προκαλούνται από την ιονίζουσα ακτινοβολία, η οποία παράγεται μαζί με θερμότητα στις συνεχείς ατομικές εκρήξεις που γίνονται στον ήλιο, και από το θερμικό κύμα που παράγεται από μία πυρηνική έκρηξη. Η ιονίζουσα ακτινοβολία μπορεί να περάσει μέσω του προστατευτικού στρώματος που δημιουργεί το όζον της ατμόσφαιρας και να προκαλέσει έγκαυμα, το οποίο συνήθως δεν είναι σοβαρό, γιατί η μελανίνη του δέρματος προστατεύει έως κάποιο βαθμό το δέρμα.

Τα ηλιακά εγκαύματα μοιάζουν με τα θερμικά. Τα πυρηνικά εγκαύματα από τη θερμότητα που παράγεται στην ατομική έκρηξη εξαρτώνται από την απόσταση στην οποία βρίσκεται το θύμα. Άτομα που βρίσκονται σε απόσταση λίγων χιλιομέτρων θα υποστούν θερμικά εγκαύματα του δέρματος και σοβαρές εσωτερικές βλάβες από την ιονίζουσα ακτινοβολία. Σε μεγαλύτερη απόσταση δεν παθαίνουν θερμικά εγκαύματα, αλλά η ακτινοβολία προκαλεί βλάβες των βαθύτερων ιστών. Τα εγκαύματα από ιονίζουσα ακτινοβολία αντιμετωπίζονται εύκολα με την κατάλληλη προφύλαξη και τη χρησιμοποίηση ειδικών αντηλιακών φαρμάκων (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) .

Γενικές αρχές

- Απομακρύνουμε δακτυλίδια , βέρες , κοσμήματα πριν επέλθει οίδημα.
- Αν έχει κολλήσει ύφασμα στο έγκαυμα δεν το τραβάμε. Προσεκτικά κόβουμε με ψαλίδι το ύφασμα που είναι ελεύθερο.
- Επαναλαμβάνεται ότι τα εγκαύματα στο πρόσωπο, στις παλάμες και στα πέλματα θεωρούνται εξ ορισμού σοβαρά και χρήζουν νοσηλείας.

3.1.5 ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

Πρώτες βοήθειες- ελαφρά εγκαύματα.

- Δροσίστε την περιοχή τοποθετώντας δροσερές κομπρέσες, βυθίζοντας τη σε νερό ή βάζοντας τη κάτω από νερό που τρέχει για πέντε με δέκα λεπτά .
- Αποσύρατε οποιοδήποτε αντικείμενο πιέζει την περιοχή που έχει βλαφθεί, όπως δαχτυλίδια , βραχιόλια ή ρολόγια.
- Πλένουμε την περιοχή με νερό και σαπούνι και στεγνώνουμε με μεγάλη προσοχή, αποφεύγοντας τις τριβές.
- Απολυμάνετε την περιοχή με αντισηπτικό.
- Αν το έγκαυμα βρίσκεται σε περιοχή εκτεθειμένη στη βρωμιά ή σε εκδορές, καλύψτε με αποστειρωμένο επίδεσμο (Μ. Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002).

Πρώτες βοήθειες- εκτεταμένα εγκαύματα

- Αφαιρέστε με προσοχή τα ρούχα που καλύπτουν την περιοχή που καίει, κατά προτίμηση κόβοντας με ψαλίδι, χωρίς όμως να προσπαθήσετε να απομακρύνετε τα κομμάτια του υφάσματος που έχουν κολλήσει στο δέρμα.
- Απομακρύνετε όλα τα αντικείμενα που πιέζουν την περιοχή, όπως δαχτυλίδια, βραχιόλια, ρολόγια, ζώνες, πριν ξεκινήσει η φλεγμονή.

- Δροσίστε την περιοχή που καίει με δροσερό νερό, για παράδειγμα χρησιμοποιώντας το ντους.
- Καλύψτε την περιοχή με πανιά, αποστειρωμένες γάζες, ή καθαρό σεντόνι.
- Κρατήστε το θύμα ξαπλωμένο για πρόληψη της ενδεχόμενης κατάστασης σοκ και παρακολουθήστε τις ζωτικές του λειτουργίες, κάνοντας τεχνητή αναπνοή, αν συμβεί αναπνευστική στάση (Μ. Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002).

3.2.1 ΤΡΑΥΜΑ-ΟΡΙΣΜΟΣ

Τραύμα κατά την ανατομική-χειρουργική ορολογία είναι "η λύση της συνεχείας του δέρματος ή των βλεννογόνων με συμμετοχή ή όχι των υποκειμένων ιστών". Σύμφωνα με τον όρο αυτό, τραύμα θεωρείται τόσο το απλό τσίμπημα βελόνας όσο και κάθε μικρή ή μεγάλη τομή του δέρματος. Το τραύμα "μπλοκάρει" την προστασία του οργανισμού, καθιστώντας δυνατή την "εισβολή" και την ανάπτυξη παθογόνων μικροβίων. Μεταξύ των πολλών μικροβίων που μπορούν να εισέλθουν στον οργανισμό είναι και αυτό του τετάνου (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002).

Προκειμένου να αποφασίσουμε εάν ένα τραύμα είναι ελαφρύ, θα πρέπει να λάβουμε υπόψη διάφορους παράγοντες. Ένας από αυτούς είναι η έκταση του τραύματος: το τραύμα θα πρέπει να είναι μικρό και να καταλαμβάνει το πολύ μια περιοχή ίση με την παλάμη του χεριού. Άλλος παράγοντας είναι το βάθος της πληγής: ένα τραύμα θεωρείται ελαφρύ όταν δεν διαπερνά το δέρμα. Σημαντική είναι επίσης και η θέση της πληγής: δεν μπορούμε συνεπώς να θεωρήσουμε ένα τραύμα ελαφρύ όταν βρίσκεται πολύ κοντά σε κάποιο φυσικό στόμιο μιας κοιλότητας του σώματος. Τέλος, ένας άλλος σημαντικός παράγοντας είναι η καθαριότητα: ποτέ δεν μπορούμε να θεωρήσουμε αθώα μια πληγή που είναι πολύ βρώμικη και στην οποία, αφού καθαριστεί, παραμένουν υπολείμματα χρώματος ή κρούστα.

Ο κύριος κίνδυνος μίας πληγής έγκειται στη μόλυνση. Όλες οι πληγές επιτρέπουν την είσοδο μικροβίων που αν βρουν τις κατάλληλες συνθήκες μπορούν να αναπτυχθούν και να προσβάλουν τους τοπικούς ιστούς και να εξαπλωθούν μέσω τις κυκλοφορίας του αίματος (Μ. Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002).

Τα τραύματα, βασικά, είναι καταστρεπτικές βλάβες και οι κύριοι αντικειμενικοί σκοποί της αγωγής τους είναι :

1. Ο έλεγχος της αιμορραγίας.
2. Η πρόληψη ή ανάταξη του shock.
3. Η διατήρηση της λειτουργικότητας.
4. Η πρόληψη λοίμωξης.

3.2.2 Ταξινόμηση τραυμάτων δέρματος

Άνοιχτά τραύματα



Τα τραύματα χωρίζονται στις παρακάτω κατηγορίες:

1. Τραύματα απόσπασης ιστού
2. Τραύματα από θλώντα όργανα
3. Τραύματα από τέμνοντα όργανα
4. Τραύματα από νύσσοντα όργανα.

Τραύματα απόσπασης ιστού

Είναι τα τραύματα στα οποία αποσπάται τελείως ένα τμήμα του ιστού. Συμβαίνουν συνήθως σε κακώσεις των μερών του σώματος που προεξέχουν, όπως τα άκρα, η μύτη, το λοβίο του αυτιού κ.λπ. (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) .

Τραύματα από θλώντα όργανα

Τα τραύματα από θλώντα όργανα δημιουργούν μαζικούς γενικευμένους μώλωπες, εσωτερικούς και εξωτερικούς, που προκαλούν μεγάλο βαθμού οιδήματα, διαμεσοκυττάρειες αιμορραγίες και εκτεταμένη βλάβη ενός μεγάλου αριθμού δομών.

Τραύματα από τέμνοντα όργανα

Αφορούν σε τραυματική ρήξη δέρματος, βλεννογόνου ή παρεγχυματικού ιστού, που προκαλεί βαριά βλάβη τους. Συχνά συνοδεύονται από μεγάλη αιμορραγία και υπογκαιμικό shock. Προκαλούνται από κοφτερά αντικείμενα (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) .

Τραύματα από νύσσοντα όργανα

Αφορούν σε μια διάτρηση του δέρματος και των υποκείμενων δομών, που οφείλεται σε βίαιη είσοδο μέσα σ' αυτά αιχμηρών αντικειμένων ή δοντιών.

Τραύματα από τέμνοντα όργανα, όπως τα μαχαίρια ή ιατρογενή τραύματα από νυστέρια, συνήθως έχουν ομαλά χείλη, η μετατραυματική ουλή παρουσιάζει άριστη εξέλιξη, μπορεί να καλείται "φυσιολογική" ουλή και η προσοχή επικεντρώνεται στην αποφυγή τοπικής φλεγμονής. Παραπλήσια αντιμετώπιση έχουν και τα τραύματα από νήσσοντα όργανα, όπως τα στιλέτα ή οι βελόνες και τα καρφιά. Η αντιμετώπιση της ουλής μπορεί να γίνει μόνο με συντηρητική αγωγή (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) .

Στα τραύματα από μικτούς τύπους κάκωσης με θλάσεις, αποκολλήσεις δέρματος από τριβή, δαγκώματα με εκτεταμένες κακώσεις του δέρματος, πυροβολισμούς, εγκαύματα, δερματικές νόσους, όπως επίσης και από χημικά και ακτινικά αίτια, οι ουλές που δημιουργούνται μπορεί να είναι αρκετά δύσμορφες με ανώμαλα χείλη και επηρμένη επιφάνεια, μπορούν να καλούνται και "παθολογικές" ουλές και συνήθως απαιτούν συνδυαστική ιατρική αντιμετώπιση, τόσο επεμβατική όσο και συντηρητική. Οι "παθολογικές" ουλές χωρίζονται σε: ατροφικές, υπερτροφικές και χηλοειδή. Οι ατροφικές παρατηρούνται σε εικόνα σκαμμένου δέρματος, όπως στην ακμή και στην ανεμοβλογιά, οι υπερτροφικές σε: εγκαύματα, κακή τεχνική συρραφής, είσφρυση ξένων σωμάτων στο δέρμα, και τα χηλοειδή σε: εγκαύματα, επιμολύνσεις και βέβαια σε προδιάθεση του οργανισμού του πάσχοντα (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002) .

Ο χρόνος δημιουργίας των ουλών ποικίλει, αλλά θεωρείται σίγουρο ότι η διαδικασία ξεκινά μεταξύ 6ης και 8ης μετατραυματικής ημέρας, όπου και παρατηρείται η μέγιστη δραστηριότητα ινοβλαστών κατά τη δεύτερη φάση επούλωσης του τραύματος. Ο ουλώδης ιστός που δημιουργείται είναι σκληρός, λεπτός κι ευαίσθητος, ανελαστικός, φτωχός σε αγγείωση και με λίγη χρωστική. (Δρ. ΕΛ. Σμαρόπουλος 2000)

3.2.3 Καταστολή μιας ελαφριάς αιμορραγίας

Σε φυσιολογικές συνθήκες, μια ελαφρά αιμορραγία εξαιτίας ενός μικρού σκισίματος συνήθως καταστέλλεται μόνη της εντός λίγων λεπτών, όταν σχηματίζει ένα σταθερό πήγμα που σφραγίζει το άνοιγμα και εμποδίζει την έξοδο του αίματος. Δεν χρειάζεται να προχωρήσει κανείς σε περίπλοκες ενέργειες για την καταστολή της αιμορραγίας εκτός εάν η πληγή είναι πολύ εκτεταμένη απαιτείται άμεση ιατρική φροντίδα.

Γενικά, πρέπει να πραγματοποιούνται κάποιες ενέργειες πρώτων βοηθειών με δύο βασικούς στόχους: αφενός, την ενίσχυση της καταστολής της αιμορραγίας, αφετέρου την πρόληψη της μόλυνσης της πληγής και συνεπώς μιας μολυσματικής επιπλοκής (Μ. Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002).

- Αξιολογήστε την αιμορραγία για να κρίνετε εάν χρειάζεται αμέσως επείγουσα ιατρική φροντίδα.
- Το άτομο που προσφέρει τις πρώτες βοήθειες πρέπει πρώτα να πλύνει τα χέρια του προσεκτικά πριν από κάθε ενέργεια πάνω στην πληγή.
- Καθαρίστε την πληγή με μια αποστειρωμένη γάζα εμποτισμένη με φυσιολογικό ορό.
- Πιέστε με μια αποστειρωμένη γάζα την πληγή το λιγότερο για τέσσερα λεπτά, ωστόσο σταματήστε η αιμορραγία, εάν συνεχίζει να αιμορραγεί προσθέστε από πάνω κι άλλη γάζα χωρίς να αφαιρέσετε την πρώτη γάζα.
- Απολυμαίνουμε τη πληγή με αντισηπτικό.

- Εφαρμόστε αποστειρωμένη γάζα πάνω στην πληγή, σταθεροποιώντας τη με λευκοπλάστη.
- Τοποθετήστε ένα επίδεσμο, ο οποίος θα βοηθήσει ως μέσο πίεσης και θα αποτρέψει την επανεμφάνιση της αιμορραγίας.

3.3.1 ΔΗΓΜΑΤΑ- ΟΡΙΣΜΟΣ

Αντίδραση μέρους του σώματος σε εξωτερικό ερέθισμα το οποίο μπορεί να προκληθεί από έντομα, ερπετά, φυτά και μπορούν να προκαλέσουν αλλεργική αντίδραση, δηλητηρίαση ακόμα και θάνατο. Είναι επικίνδυνα λόγω της αυξημένης συχνότητας ανάπτυξης λοιμώξεων. Οι απλές γρατσουνιές που προκαλούνται χρήζουν επίσης ιδιαίτερης προσοχής.

Λέγοντας δήγματα εντόμων εννοούμε τόσο τα τσιμπήματα , όσο και τα κεντρίσματα από αυτά. Παρά το γεγονός ότι υπάρχουν εκατοντάδες είδη εντόμων των οποίων τα δήγματα προκαλούν πρόβλημα και οι επιστημονικές ταξινομήσεις αυτών είναι αρκετά δύσκολες (υπάρχει ολόκληρος κλάδος που ονομάζεται Ιατρική Εντομολογία), θα απλοποιήσουμε την κατάσταση διαχωρίζοντας τα έντομα σε δηλητηριώδη και μη δηλητηριώδη (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002).

Δηλητηριώδη: Μέλισσες, σφήκες, σβούροι και άλλα υμενόπτερα, σκορπιοί κλπ. Δεν υπάρχουν αράχνες με δηλητήριο στη χώρα μας. Επίσης δηλητηριώδεις σκορπιοί με νευροτοξικά δηλητήρια (π.χ black death scorpion) είναι απόντες από την ελληνική πανίδα.

Μη δηλητηριώδη: Σκνίπες , κουνούπια , βδέλλες , ψύλλοι , ψείρες , κοριοί , τα ακάρεα της ψώρας κλπ.

Τα μεν δηλητηριώδη κεντρίζουν, τα υπόλοιπα απλώς τσιμπούν.

Διαφορές

Υπάρχει σαφής και ειδοποιός διαφορά μεταξύ ενός εντόμου με κεντρί και ενός απλού τσιμπήματος.



Το έντομο με κεντρί προσβάλλει τα θηλαστικά και τον άνθρωπο στα πλαίσια αμυντικής αντίδρασης. Το κεντρί απελευθερώνει επώδυνο δηλητήριο στο σώμα του εχθρού με στόχο την απομάκρυνσή του.

Στη μέλισσα μάλιστα , το κεντρί αποτελεί μέρος του εντερικού σωλήνα της με αποτέλεσμα να πεθαίνει μετά το δήγμα (θυσιάζεται για το γενικό καλό της κυψέλης!). Αντίθετα τα κουνούπια και τα άλλα αιματοφάγα έντομα τσιμπώντας μας, απελευθερώνουν τοπικά σάλιο με αντιπηκτική ουσία με σκοπό να τραφούν και να ζήσουν από το αίμα μας.

3.3.2 Χαρακτήρες δήγματος εντόμων

<u>Συμπτώματα</u>	<u>Δηλητήριο(κεντρί)</u>	<u>Χωρίς δηλητήριο</u>
Κνησμός	Μερικές φορές	Πάντα (έντονος)
Πόνος	Πάντα (έντονος)	Μη συνήθης
Αναφυλαξία	Συνήθης	Σπάνια
Ερυθρότητα	Πάντα-Μπορεί να γενικευθεί	Ελαφριά/απούσα



Από τον παραπάνω πίνακα δεν πρέπει να εννοηθεί ότι τα μη δηλητηριώδη έντομα είναι ακίνδυνα για την Δημόσια Υγεία. Στην πραγματικότητα ευθύνονται για τη μετάδοση εκατοντάδων ασθενειών στον άνθρωπο (ελονοσία, επιδημικός και ενδημικός τύφος, νόσος του Lyme, Μεσογειακός τύφος, πανώλης κλπ). Το πιο συνηθισμένο είναι να αποτελούν μία ενοχλητική παρουσία και να προκαλούν έναν έντονο κνησμό με τα τσιμπήματά τους.

Αλλεργική και αναφυλακτική αντίδραση:

Τα δήγματα από τις μέλισσες , σφήκες και τα άλλα δηλητηριώδη έντομα είναι πολύ επώδυνα και προκαλούν έντονες τοπικές αντιδράσεις γύρω από το σημείο του κεντρίσματος (ερυθρότητα και οίδημα που μπορεί να εξαπλωθεί και μέχρι 30 εκατοστά γύρω από το δήγμα). Σε ορισμένα ευαίσθητα άτομα μπορεί να παρατηρηθεί μία γενικευμένη αντίδραση γνωστή ως αναφυλαξία: Διάχυτη ερυθρότητα και οίδημα σε όλο το δέρμα και μερικές φορές λαρυγγικό οίδημα και σπασμός των βρόγχων που μπορεί να αποβούν και μοιραία (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002).

3.3.3. ΔΗΓΜΑΤΑ ΦΙΔΙΩΝ

Υπάρχει ένας αδικαιολόγητος φόβος για τα φίδια και τις συνέπειες από το δάγκωμά τους στο ευρύ κοινό. Ο φόβος αυτός έχει καταστήσει τα ερπετά αυτά ως αντικείμενα εξολόθρευσης και διωγμού, γεγονός άδικο αφού ο οικολογικός τους ρόλος και ειδικά ως παράγων ελέγχου του πληθυσμού των τρωκτικών είναι πολύ σημαντικός. Στη χώρα μας το μοναδικό δηλητηριώδες είδος φιδιού είναι η έχιδνα ή οχιά.

Το δηλητήριο της έχιδνας είναι κυτταρολυτικού τύπου και προκαλεί σημαντική κυτταρική βλάβη, η οποία μπορεί να έχει ως συνέπεια νεφρική, αναπνευστική και καρδιολογική δυσλειτουργία, όπως επίσης και διαταραχή των αιμοστατικών μηχανισμών του οργανισμού με πηκτικές ανωμαλίες. Υπάρχει και μία κατηγορία φιδιών, τα κοραλοειδή (coral snakes), που έχουν δηλητήριο με νευροτοξικές ιδιότητες. Τα φίδια αυτά είναι άγνωστα στην Ελλάδα (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002).

Η πρώτη εκδήλωση δηλητηρίασης από δάγκωμα φιδιού είναι η εμφάνιση φλεγμονής και ο πόνος στην προσβεβλημένη περιοχή που συνήθως είναι κάποιο άκρο. Σε αυτή τη περίπτωση συνιστάται η εξαγωγή του δηλητηρίου το συντομότερο δυνατό προκειμένου να αποφευχθεί η είσοδος του στην κυκλοφορία του αίματος και η διασπορά του στον οργανισμό.

Η απλούστερη διαδικασία είναι η απομύζηση του δηλητηρίου με το στόμα ενώ θα πρέπει να τοποθετηθεί πλαστικό μεταξύ των χειλιών και της πληγής. Όταν δεν είναι δυνατή η εξαγωγή του δηλητηρίου λίγο αργότερα επέρχονται οι γενικές εκδηλώσεις όπως ναυτία, έμετος, πόνος στην κοιλιακή χώρα, ζάλη, διαταραχές της πήξης του αίματος και νευρολογικές και καρδιοαναπνευστικές αλλοιώσεις, ακόμα και θανατηφόρες επιπλοκές αν δεν γίνει έγκαιρα η θεραπεία (Μ. Αποστολοπούλου-Χατζηδάκη 2002).

Συμπτώματα:

Η σοβαρότητα των συμπτωμάτων εξαρτάται από την ποσότητα του δηλητηρίου που έχει εγχυθεί.

- Πρήξιμο και έντονος καυστικός πόνος γύρω από το δήγμα.
- Ερύθημα γύρω από το τραύμα.
- Αιμωδία και αργότερα παράλυση του δαγκωμένου άκρου.
- Ναυτία και έμετος.
- Ασθενικός σφυγμός, χαμηλή αρτηριακή πίεση, αδυναμία.
- Αιμωδία της γλώσσας και του στόματος.
- Μαζική εφίδρωση.
- Πυρετός με ή χωρίς ρίγος.
- Μυϊκός τρόμος.
- Σπασμοί.
- Διπλωπία.
- Πονοκέφαλος.

3.3.4 Δήγμα σκορπιού:

Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων το τσίμπημα προκαλεί μόνο τοπικές εκδηλώσεις, κυρίως φλεγμονή, πόνο, και σχηματισμό φυσαλίδας στο σημείο ενοφθαλμισμού του δηλητηρίου. Τα μη θανατηφόρα προκαλούν τοπικό πόνο, οίδημα και ορισμένες φορές, αναφυλαξία, πυρετό, αδιαθεσία, διαταραχές του ρυθμού της καρδιάς και της αναπνοής (Μ. Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη 2002). Τα θανατηφόρα δεν προκαλούν ορατές τοπικές αντιδράσεις, ο άρρωστος παρουσιάζει υπερευαισθησία, που ακολουθείται από υπαισθησία και μούδιασμα, ζάλη, γενικευμένο πόνο, κνησμό στη μύτη, το στόμα, και το λαιμό, εμέτους, απώλειες και σπασμούς. Μπορεί να υπάρχει αναπνευστική και κυκλοφορική καταστολή. Τα συμπτώματα διαρκούν 24-48 ώρες (Α. Σαχίνη-Καρδάση 2002).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ-ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

Η παραδοσιακή ιατρική έχει τις ρίζες της από πολύ παλιά, ξεκινάει από την αρχαιότητα και φτάνει μέχρι τις μέρες μας. Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται διεθνώς ολοένα αυξανόμενο ενδιαφέρον γύρω από τη χρήση των παραδοσιακών μεθόδων θεραπείας (WHO 2000)

Με τον όρο Παραδοσιακή Θεραπευτική (traditional medicine, traditional healing, folk medicine) εννοούμε το σύνολο των γνώσεων, των δεξιοτήτων και των πρακτικών που βασίζονται σε θεωρίες, πεποιθήσεις και αυτόχθονες εμπειρίες του κάθε πολιτισμού και χρησιμοποιούνται για την πρόληψη και διάγνωση ασθενειών, αλλά και τη διατήρηση και βελτίωση της υγείας (WHO 2000, WHO 2003a, WHO 2003b).

Ο κάθε πολιτισμός και κάθε εποχή ανέπτυξαν πληθώρα θεραπειών και θεραπευτικών μεθόδων, οι οποίες βασίζονταν στη παρατήρηση αλλά και στην αιτιολόγηση της κάθε ασθένειας (Van Sickle 2003, Χατζηιωάννου 1981).

Στην αρχαία Ελλάδα οι ιατρικές γνώσεις ήταν αρκετά προηγμένες. Οι γνωστοί γιατροί της αρχαιότητας, τους οποίους μνημονεύει ο Όμηρος και οι μεταγενέστεροι συγγραφείς, ήταν οι "ριζοτόμοι" (έτσι ονομάζονταν οι πρακτικοί γιατροί-βοτανολόγοι που καλλιεργούσαν τα φαρμακευτικά φυτά ή τα μάζευαν από τα δάση).

Οι Μινωίτες είχαν οργανωμένη Ιατρική, με πρακτικές, όπως εξορκισμούς (γητειές), αιθήρια έλαια, αναθήματα, καταπλάσματα, επιθέματα, γιατροσόφια, βότανα κ.α. που διατηρούνται έως σήμερα (Georgiou 1973, Δετοράκης 1994, Χαβάκης αχρονολόγητο-a, Χαβάκης αχρονολόγητο-b, Robert 2003).

Η θεραπευτική προσέγγιση διαφοροποιούνταν ανάλογα με τα διαθέσιμα υλικά, το επίπεδο των γνώσεων, τις αντιλήψεις που επικρατούσαν και την αποδιδόμενη προέλευση και αιτιολογία (θεϊκή, μεταφυσική ή και βίο-ιατρική) του νοσήματος, πάντα όμως αποσκοπούσε στην πρόληψη, θεραπεία, ανακούφιση του ασθενούς ή ακόμα επειδή ήταν «καλό για το σώμα» (Φραγκάκη 1978, Πουρναρόπουλος 1968).

Έτσι, από το όλο σύστημα λαϊκών θεραπευτικών πρακτικών, που παραδιδόταν από γενιά σε γενιά, απομένουν σήμερα στα κρητικά χωριά (αλλά και στις πόλεις, σε ανθρώπους που ζουν πλέον εκεί) ελάχιστα κατάλοιπα στα χέρια νέων ανθρώπων (κάτω των 45 ετών): πρόκειται για απλές μεθόδους αντιμετώπισης ελαφρών προβλημάτων υγείας, όπως τα ποτήρια (βεντούζες), η απότριψη με τη ρακή και τα βραστάρια για κρυολογήματα και φυσικά το ξεμάθιασμα, με διάφορους τρόπους, για ελαφρούς πονοκεφάλους, ανεξήγητο αίσθημα κόπωσης και λοιπά συμπτώματα του φταρμού (βασκανίας).

4.1 ΙΑΤΡΟΣΟΦΙΑ

Είναι λαϊκές διασκευές ιατρικών συγγραμμάτων ή συλλογές ιατρικών συνταγών με βυζαντινή προέλευση. Βαθμιαία εμπλουτίστηκαν και με άλλους τρόπους θεραπείας όπως είναι η μαγικές πράξεις οι εξορκισμοί κ.α. ,άσχετα προς την εμπειρική – επιστημονική αντιμετώπιση των ασθενειών και παθήσεων. Τα κείμενα αυτά της λαϊκής ιατρικής αναπλήρωναν κατά τη διάρκεια του οθωμανικού ζυγού την έλλειψη ιατρών με επιστημονική κατάρτιση. Χρησιμοποιούνταν επίσης ως εγχειρίδια οικιακής ιατρικής αντιγράφονταν και κληρονομούνταν από γενιά σε γενιά μέσα στην ίδια οικογένεια. Οι εμπειρικοί ιατροί τα είχαν επίσης ως εγκόλπια για την αντιμετώπιση ποικίλων περιπτώσεων ασθενειών και παθήσεων. Έτσι εξηγείται το μεγάλο πλήθος τέτοιων χειρόγραφων ιατροσοφίων τα οποία σε γενικές γραμμές επαναλαμβάνουν το ένα το άλλο. κατά την αντιγραφή προστίθενται νέα στοιχεία όχι μόνο ιατρικής φύσεως αλλά και πρακτικής (Γ. Α Ρηγάτος 1999).

4.2 ΕΓΚΟΙΜΗΣΕΙΣ

Ανάγκη σχεδόν έμφυτη ωθεί το ανθρώπινο είδος στην αναζήτηση προστασίας από υπερφυσικές δυνάμεις σε κάθε δύσκολη περίσταση. Τα προβλήματα της υγείας είναι μια από τις δύσκολες στιγμές του ανθρώπου. Είναι αρχαιότατες οι αντιλήψεις ότι τα νοσήματα είναι αποτέλεσμα της θεϊκής οργής και ότι η θεραπεία τους εξαρτάται από την θέληση των θεών. Έτσι οι ιερείς όλων των θρησκειών ως εκπρόσωποι κ' εξ' ονόματος του θεού τους είχαν σε κάποια φάση της εξέλιξης του πολιτισμού και της επιστήμης τη δική τους ανάμειξη στη θεραπευτική του ανθρώπου.

Ο ρόλος τους συνιστάται στη μεσολάβηση τους ώστε να εξευμενιστεί η θεότητα που θα πέμψει τη θεραπεία όπως έστειλε και την αρρώστια. Για την αύξηση της πιθανότητας του θείου ελέους απαιτείται και η συμμετοχή του ασθενούς με καθαρτήριες τελετές και προσευχές με αφιερώματα στο θεό, στο ναό και στους ιερείς του που τελούν και τις σχετικές ιεροπραξίες.

Ορισμένες από τις πράξεις της θεουργικής θεραπευτικής εμφανίζουν σημαντικές ομοιότητες στη πορεία του χρόνου. Μια από τις κύριες πρακτικές αυτού του είδους είναι η εγκοίμηση. Πρόκειται για μια αρχαία πρακτική η οποία αναπτύχθηκε στα Ασκληπιεία, τους ναούς θεραπευτήρια της ελληνικής αρχαιότητας. Οι ασθενείς πήγαιναν στο ναό μετά από την κατάλληλη προετοιμασία, σωματική και ψυχική, και (εγ)κοιμόνταν για να δεχτούν εκεί το θεόσταλτο όνειρο ή την επίσκεψη του θεού ή την παρέμβαση των ιερέων για τις αναγκαίες θεραπευτικές διαδικασίες.

Η θεολογική πρακτική των εγκοιμήσεων έχει μια σταθερή παρουσία στον ελλαδικό χώρο επί μακρά σειρά αιώνων . Ξένοι ερευνητές ήδη από τον προηγούμενο αιώνα περιγράφουν την τέλεση τους ως ζωντανού στοιχείου της καθημερινής ζωής και της καθημερινής ιαματικής πίστης. Οι σύγχρονοι λαογράφοι επισημαίνουν την επιβίωση του και είναι φανερό ότι οι εγκοιμήσεις εισέρχονται πέρα από κάθε αμφιβολία και στον 21^ο αιώνα (Γ. Α Ρηγάτος 1999).

4.3 ΕΠΩΔΕΣ

Όπως αναφέρει ο (Γ. Α Ρηγάτος 1999) στο μέσο, μεταξύ της μαγικής και της θεουργικής ιατρικής, κινείται και η θεραπευτική με επωδές. Όπως δηλώνει η αρχική έννοια της λέξης επωδή ή επαοιδή είναι ο λόγος που άδεται-τραγουδιέται-ψάλετε. Ακόμα σήμερα τα ξόρκια μουρμουρίζονται με μονότονη φωνή που διατηρεί ένα υποτυπώδες μέλος. Αλλά και η ονομασία γητείες που χρησιμοποιείται σε αρκετές περιοχές για να δηλώσει τα ξόρκια δηλαδή τις επωδές προέρχεται από τη λέξη γοητεία την ευχάριστη εντύπωση που αφήνει ο θεραπευτής ή η θεραπεύτρια, ο γητευτής ή η γητεύτρα, γιατρεύοντας με τη βοήθεια επωδών.

Οι επωδές ως θεραπευτική μέθοδος είναι πανάρχαια και ασκείται από τους μάγους αλλά και από τους εμπειρικούς θεραπευτές, κατά κανόνα παράλληλα με τις πρακτικές μεθόδους θεραπείας. Ο Ασκληπιός μυθικός ή υπαρκτός γιατρός που αργότερα θεοποιήθηκε χρησιμοποιούσε τις επωδές παράλληλα και συμπληρωματικά προς τα φυσικά μέσα θεραπείας (βότανα, χειροπρακτικές ή χειρουργικές τεχνικές).

Φυσικά όταν επιστημονικές γνώσεις είναι περιορισμένες και η εμπειρία είναι μικρή ίσως το ψάλσιμο ή το μουρμούρισμα μιας επωδής να είναι ότι καλύτερο μπορεί να γίνει εκείνη την ώρα. Ίσως η υποστήριξη του αρρώστου ή αίσθηση του ότι δεν αφήνεται μόνος και αβοήθητος, ίσως το υποβλητικό κλίμα και τα συχνά μυστηριώδη και ακατάληπτα λόγια της επωδής, η δύναμη τις υποβολής και η κινητοποίηση της αυθυποβολής μπορούν να παίξουν κάποιο ρόλο. Γι' αυτό, όχι μόνο οι αυτόκλητοι θεράποντες και οι εμπειρικοί θεραπευτές, αλλά ακόμα και οι μεγάλοι φιλόσοφοι, όπως ο μαθηματικός, γιατρός, δάσκαλος και μύστης Πυθαγόρας χρησιμοποιεί επωδές. Με ρυθμούς δηλαδή και μελωδίες και γητείες καθησύχαζε τα ψυχικά πάθη των συντρόφων του αλλά και τα σωματικά.

Οι ομοιότητες ανάμεσα στην ελληνική αρχαιότητα και τη λαϊκή παράδοση δεν περιορίζονται στις αντιλήψεις και τις γνώσεις, στα θεραπευτικά μέσα και στις χρησιμοποιούμενες μεθόδους. Δεν είναι μόνο η λογική που λειτουργεί με τρόπο ανάλογο αλλά και το παράλογο και ο εξωλογικό στοιχείο. Πάντα ο άνθρωπος στρεφόταν στο παράλογο όταν με το λογικό δεν μπορούσε να καλύψει τις ανάγκες του και πάντα στρεφόταν στο υπερφυσικό όταν το φυσικό δεν του επαρκούσε δεν το γνώριζε. Γιατί πολύ συχνά μπορούσε να εκλαμβάνει ως υπερφυσικό το φυσικό που αγνοούσε ή να προσωποποιεί και να ερμηνεύει αυθαίρετα ώστε να το κατανοεί, το υπερφυσικό που με τον τρόπο αυτό το φυσικοποιούσε.

Η δημόδης ιατρική, σε ευρύτατη χρήση σχεδόν ως τα μέσα του 20^{ου} αιώνα, έχει κατά κόρο χρησιμοποιήσει τέτοιες επωδές, τις οποίες οι λαογράφοι μας, επαγγελματίες και ερασιτέχνες, έχουν καταγράψει και διασώσει. Εργασία πολύτιμη, καθώς οι σύγχρονες πολιτισμικές μεταβολές ισοπεδώνουν κυριολεκτικά κάθε τοπική, ακόμα και κάθε εθνική ιδιαιτερότητα της καθημερινής ζωής. Παραθέτουμε ορισμένες χαρακτηριστικές επωδές από εκείνες που χρησιμοποιούνταν για το σταμάτημα της αιμορραγίας από τραύματα.

Κίνησε ο Χριστός και η κυρά Παναγιά
πήγε σε ψηλή κορφή βουνού
βρίσκει την αιμορραγία ιδρωμένη λιμνωμένη
και στο αίμα βουτηγμένη
και της φέρνει μια γροθιά ο Ιησούς Χριστός
και της λέει να στίψει το αίμα του (τάδε)
από τη καρδιά
εις το όνομα του Πατρός [και του Υιού]
και του Αγίου Πνεύματος. Αμήν.

Υιός και μάνα εκίνησε
με πίττα, με κονδύλι
να πάνε να βαφτίσουνε
στη μέση στο γεφύρι...
Στάμα, αίμα, στάμα...

Τα γητέματα αυτά όπως και τα περισσότερα αν όχι όλα λέγονται από τρεις φορές.

4.4 ΑΝΑΘΗΜΑΤΑ (ΤΑΜΑΤΑ)

Αρχαιότατη είναι και η συνήθεια των αναθημάτων ή, όπως τα λέμε σήμερα, των ταμάτων. Παρά το ότι ο Ιπποκράτης, αιώνες πριν, υποστήριξε ότι “μηκέτι το θείον αίτιον είναι “των νοσημάτων”, “αλλά τι το ανθρώπινον” πολύς κόσμος εξακολουθούσε να πιστεύει μάλλον στον Ασκληπιό. Στους ναούς του τα γνωστά Ασκληπιεία οι ιερείς θεραπευτές ασκούσαν ένα κράμα εμπειρικής και θεουργικής ιατρικής. Προς εξευμενισμό του θείου και για την επίτευξη του θεραπευτικού στόχου οι ασθενείς έταζαν και προσκόμιζαν διάφορα αφιερώματα τα οποία απέθεταν στο Ασκληπιείο. Οι παραστάσεις είναι διάφορες. Ορισμένες λόγω χάριν απεικονίζουν νήπια και είναι αφιερώματα που έγιναν μετά την απόκτηση παιδιού από γυναίκες με δυσκολίες στη σύλληψη ή μετά από θεραπεία αρρώστου παιδιού.

Άλλα αναθήματα παριστάνουν μέλη του σώματος: Μαστοί, χέρια, πόδια, αυτιά, μάτια έχουν αφιερωθεί στον Ασκληπιό για τη βοήθεια του στην αποκατάσταση της υγείας των εικονιζόμενων μελών.

Ορισμένα συνοδεύονται από επιγραφές σχετικές με τη θεραπεία ενώ υπάρχουν και επιγραφές χωρίς απεικονίσεις. Τα τάματα συνέχισαν να υπάρχουν και να χρησιμοποιούνται καθ' όλη τη διάρκεια των αιώνων που πέρασαν και συνεχίζουν να υπάρχουν και στις μέρες μας (Γ. Α Ρηγάτος 1999).

4.5 ΒΑΣΚΑΝΙΑ Η ΜΑΤΙΑΣΜΑ

Είναι μια βλαβερή επίδραση που πιστεύουν μερικοί μόνο άνθρωποι ότι μπορεί να έχει "το κακό μάτι" πάνω σ' έναν άνθρωπο, ζώο ή αντικείμενο. Η βασκανία είναι γνωστή από αρχαιότατους χρόνους και υπήρχαν ορισμένες ευχές για να τη διώχνουν. Υπάρχουν και σήμερα βέβαια αυτοί που πιστεύουν στο "μάτιασμα". Η εκκλησία έχει και μια ειδική ευχή, για να απαλλαγούν τα άτομα από το μάτιασμα. Η επιστήμη και ειδικά η ιατρική δεν παραδέχεται καθόλου το μάτιασμα, γιατί πιστεύει ότι άλλοι παράγοντες επιδρούν στον οργανισμό του ανθρώπου και προκαλούν αυτές τις ανωμαλίες. (Live-Pedia.gr)

4.6 ΤΣΙΡΟΤΟ

Η λέξη τσερότο ή τσιρότο προέρχεται από την Ελληνική λέξη κηρωτόν. Το κηρωτόν όπως δηλώνει η λέξη είναι ένα κερωμένο πανί το οποίο γνώριζαν και παρασκεύαζαν όλοι οι αρχαίοι γιατροί από τα χρόνια του Ιπποκράτη. Φαίνεται ότι στην αρχαιότητα αποτελούσε μάλλον ένα συνηθισμένο θεραπευτικό μέσο καθώς όχι μόνο αναφέρονται σε αυτό οι περισσότεροι από τους γιατρούς συγγραφείς αλλά δίνουν οδηγίες για την εφαρμογή πολλών ειδών κηρωτής (Γ. Α Ρηγάτος 1999).

Βασικό συστατικό ήταν το λιωμένο κερί με το οποίο διαπότιζαν το πανί. Πολύ συχνά μέσα στο κερί έβαζαν και ουσίες με φαρμακευτική και αρωματική δράση.

Έτσι υπήρχαν διάφορων συνθέσεων αλλά και διάφορου συστάσεως κηρωτές, με θεραπευτικές ή καλλυντικές εφαρμογές.

Η συνέχεια τους ανευρίσκεται σε γιατροσόφια συχνά όμως χωρίς να ξεχωρίζει σαφώς από τα έμπλαστρα, κάποτε και από τα καταπλάσματα. Και η λαϊκοί θεραπευτές γνωρίζουν περισσότερα είδη κηρωτών (Γ. Α Ρηγάτος 1999).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

ΓΙΑΤΡΟΣΟΦΙΑ ΣΤΗ ΚΡΗΤΗ

Τα τελευταία χρόνια, όπως συμβαίνει σε πολλούς άλλους επιστημονικούς τομείς, έτσι και στην ιατρική επιστρέφουν στις πανάρχαιες μεθόδους και αντιλήψεις ως προς τη θεραπεία των ασθενειών. Και αυτό γιατί πολύχρονες έρευνες και εξαντλητικές μελέτες απόδειξαν ότι οι γνώσεις και τα μέσα όλων των αρχαίων λαών δεν έχασαν καθόλου τη αξία και την ισχύ τους. Αντίθετα επιβεβαιώνεται συνεχώς η απίστευτη ευρύτητα των ιατρικών γνώσεων τις εποχής εκείνης

Οι Μινωίτες φαίνετε να είχαν οργανωμένη ιατρική με πρακτικές όπως εξορκισμούς και γητείες, αιθέρια έλαια, αναθήματα, βότανα και άλλα που διατηρούνται ως σήμερα. Υπήρχαν αυτοδίδακτοι, πρακτικοί, έμπειροι γιατροί (κομπογιαννίτες), άντρες και γυναίκες, που γιάτρευαν διάφορες αρρώστιες, χρησιμοποιώντας διάφορα αυτοφυή φυτά, βότανα, χόρτα, που υπήρχαν άφθονα εκείνη την εποχή (γιατρικά, θεραπευτικά βότανα). Χρησιμοποιούσαν ακόμα και ζώα.

Στην παραδοσιακή Κρήτη οι άνθρωποι της υπαίθρου που ασχολούνταν με την αποκατάσταση της υγείας των συνανθρώπων τους, αλλά και των ζώων, μπορούν να τοποθετηθούν σε τέσσερις βασικές κατηγορίες:

- Επιστήμονες γιατροί.
- Εμπειρικοί θεραπευτές "πρακτικοί", που ασκούσαν κυρίως λαϊκή βοτανοθεραπευτική, ορθοπεδική και μαιευτική.
- Μάγοι και μάγισσες.

- ο Ιερείς και μοναχοί, που τελούσαν "διαβαστικά" (εξορκισμούς και γενικά ευχές επί ασθενών), ευχέλαια και αγιασμούς ή σπανιότερα άλλες ιεροπραξίες.

Οι άνθρωποι που εντάσσονται στις δύο πρώτες από τις παραπάνω κατηγορίες μεταχειρίζονταν κυρίως πρακτικές μεθόδους αντιμετώπισης των ασθενειών, ενώ εκείνοι που περιλαμβάνονται στις δύο τελευταίες, μεθόδους που ανήκουν στο χώρο της μεταφυσικής· ωστόσο αυτό δεν ήταν απόλυτο, αφού οι μεν συχνά χρησιμοποιούσαν και γηθειές ή άλλου είδους λαϊκές μαγικές μεθόδους, ενώ οι δε συνδύαζαν ενίοτε τη μαγεία ή την προσευχή τους με πρακτικές συμβουλές, συνήθως ενδεδυμένες με κάποια θρησκευτικότητα.

Υπήρχαν εξάλλου άνθρωποι, άνδρες και γυναίκες, που ειδικεύονταν στην αντιμετώπιση ενός συγκεκριμένου προβλήματος υγείας, «εκόβγανε τη χρυσή» π.χ., αλλά και άλλοι ("χερικήρηδες"), ειδικευμένοι σ' ένα συγκεκριμένο τρόπο "μεταφυσικής θεραπείας" ασθενειών χωρίς να είναι μάγοι ούτε ιερείς, π.χ. «εκάνανε λιόκουρνο ή εχύνανε τον ήλιο με το ποτήρι, εγράφανε τσι μαγουλάδες, εσάζανε χαϊμαΐλια ή ξεμαθιάζανε κ.τ.λ.» Σε όλες τις πρακτικές τους σημαντικό ρόλο κατείχαν οι ανάλογες για την περίπτωση γηθειές (οι γηθειές συνιστούσαν ένα ολόκληρο μαγικό μικρόκοσμο, που περιελάμβανε ευχές και ξόρκια για κάθε περίπτωση, για κάθε επιθυμητό αποτέλεσμα και "προς αποτροπήν παντός εναντίου").

Τέλος, υπήρχε ένα είδος "οικιακής ιατρικής", που συνίστατο σε απλές γιατρικές, κατάλληλες για μικροπροβλήματα: κομπρέσες με ξιδόνερο για τον πυρετό, εντριβές, ποτήρια (βεντούζες), απλές ευχές για το ξεμάθιασμα κ.λ.π., που είχαν πρόχειρες για καθημερινή χρήση οι περισσότεροι ενήλικες (ιδίως οι μανάδες), αλλά και τα παιδιά, που όλο 'πέφτανε κι εβαρίχγανε (χτυπούσαν) και ενίοτε αντέγραφαν τους μεγάλους. (Θεόδωρου Ι. Ρηγινιώτη).

Ας θυμηθούμε όμως, πως γιατροπορευόταν ο κόσμος εκείνη την εποχή και τι πιθανά και, κυρίως, απίθανα γιατροσόφια χρησιμοποιούσε. Άλλα αποτελεσματικά, άλλα άχρηστα και άλλα επικίνδυνα για την υγεία.

5.1 ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΡΑΥΜΑΤΩΝ

Κατ' αρχήν για να σταματήσει το αίμα σε μια πληγή, οι "θεράποντες" παριστάμενοι έσπευδαν με πανικό να ανακαλύψουν ένα τσιγάρο, έστω και γόπα. Έκοβαν το τσιγάρο και άδειαζαν τον καπνό πάνω στη «χαίνουσα πληγή» που την έδεναν σφιχτά μ' έναν επίδεσμο, συχνά παλιό πουκάμισο κομμένο σε λουρίδες.(Α. Γαβρηλίδης 1999)

Για την επούλωση των τραυμάτων χρησιμοποιούσαν παλιότερα το «βάλσαμο» ή ποντικοφάρμακο. Αποτελείται από λάδι μέσα στο οποίο έριχναν, κατά διαστήματα, άτριχα νεογνά ποντικιών, το οποίο διατηρούσαν μέσα σε φιαλίδια για πολλά χρόνια.

Όσον αφορά την αιμόσταση των τραυμάτων γινόταν χρήση καπνού ή ιστού αράχνης. Επίσης, στα κοψίματα από αιχμηρά αντικείμενα έβαζαν βρασμένο κοψοβότανο ή πόπορδο (είδος στεγνού άσπρου μανιταριού). Το ξύσμα απ' το εσωτερικό μέρος πέτσινου λουριού, καμένο χαρτί ή το καμένο βαμβακερό πανί, αναφέρεται ότι σταματούσαν την αιμορραγία.

Επίσης, άλειφαν τα τραύματα με ένα είδος αλοιφής που τη παρασκεύαζαν ως εξής: ανακάτευαν φλούδες από φράξο, ρετσίνι, κεριά και λάδι και θεωρούσαν ότι είχε επουλωτική και αντιμικροβιακή δράση (Χατζηπέτρου 2001).

Για την ασηψία των τραυμάτων και την αποφυγή των μολύνσεων, γινόταν πλύση από ούρα του ίδιου του ασθενή ή μικρού παιδιού, ακόμα με κρασί και αλισίβα.. Τις πληγές, τις απολύμαιναν με τσίπουρο(Λ. Σταμάτη 2002). Επίσης, έβαζαν στη πληγή μέλι και μετά το κάλυπταν με επίδεσμο, το μέλι έχει ισχυρές αντιβακτηριδιακές ιδιότητες. Πρόσφατη έρευνα έδειξε μάλιστα ότι καταστρέφει σχεδόν όλα τα στελέχη από τα πιο συχνά βακτηρίδια που προκαλούν μολύνσεις στα τραύματα.

Σε τραύματα και πληγές από καρφί, έβαζαν επάνω σε αναμμένα κάρβουνα κρύο νερό ώστε να δημιουργηθεί ατμός και πάνω του κρατούσαν το πόδι για να μην μολυνθεί.(Χατζηπέτρου 2001).

Στην εσωτερική αιμορραγία, έδιναν στον ασθενή να πιεί φρέσκο λιωμένο βούτυρο. Για τα τραύματα που δύσκολα θεραπευόταν πίεζαν το σημείο γύρω από το τραύμα, ώστε να βγει το «σκοτωμένο αίμα» ή με απομύζηση διά στόματος. (Λ. Σταμάτη 2002).

Σύμφωνα με τη (Λ. Σταμάτη 2002) σε νεότερες επιστημονικές έρευνες έχει ανακαλυφθεί ότι η δραστική αποτελεσματικότητα του ελαιολάδου σε ορισμένες δερματοπάθειες, τραύματα, πληγές καθώς και σε εγκαύματα οφείλεται στην ύπαρξη της βιταμίνης E και της προβιταμίνης A καθώς και στις πολυακόρεστες λιπαρές ουσίες του.

Το ελαιόλαδο , κυρίως εκείνο της πρώτης έκθλιψης - πίεσης, χωρίς την παρέμβαση του ζεστού νερού καθώς και το αγουρόλαδο χρησιμοποιήθηκε εδώ και αιώνες ως άμεσο και βασικό εργαλείο της λαϊκής θεραπευτικής .(Μ. Λαμπράκη 2004)

Οι κύριες θεραπευτικές χρήσεις του ελαιολάδου - χωρίς αυτές να είναι και μοναδικές- εστιάζονται σε νοσήματα που φορούν τις παθήσεις της επιδερμίδας, των ματιών, τις νευραλγίες , τα γυναικολογικά προβλήματα , τις δύσκολες περιπτώσεις τοκετού, τα μικρά τραύματα και πληγές, τα τσιμπήματα των εντόμων, τους ρευματισμούς, τη δυσπεψία καθώς και σε ελαφριές περιπτώσεις δηλητηριάσεων.(Μ. Λαμπράκη 2004)

Μόλις το 1988 ανακοινώθηκαν τα αποτελέσματα μιας νέας έρευνας, σύμφωνα με την οποία η χλωροφύλλη που ως ουσία συναντάται αποκλειστικά στο ελαιόλαδο προάγει τον μεταβολισμό, διεγείρει την αύξηση των κυττάρων και συμβάλει στην αιμοποίηση, με αποτέλεσμα να επιταχύνεται η διαδικασία επούλωσης των τραυμάτων. (Λ. Σταμάτη 2002)

Σύμφωνα με τον (Ν. Κωστόπουλο 1989), αυτό που βοηθούσε πολύ στην επούλωση των τραυμάτων ήταν ο καθαρισμός της πληγής με άφθονο νερό και

πράσινο σαπούνι, το οποίο έχει αντισηπτικές ιδιότητες και βοηθούσε στη προστασία του τραύματος από τα μικρόβια.

Επίσης, τα κρύα ή θερμά επιθέματα με οινόπνευμα ή ρακί συντελούσαν στην προστασία του τραύματος, μετά από τα επιθέματα έπλεναν ξανά το τραύμα με σαπούνι και το στέγνωσαν καλά.

Συχνά όμως πέρα από τα καταπλάσματα, τις αλοιφές και τα περιεργα μίγματα έχουμε απλά παρασκευάσματα όπου κάποια βότανα ή μπαχαρικά εμβαπτίζονται για πολλές μέρες μέσα σε ελαιόλαδο συμπληρώνοντας και ενισχύοντας την ιαματική δύναμη του.

Στην Κρήτη η πρακτική ιατρική η οποία φυσικά πολλές φορές ασκείται από τις ίδιες της γυναίκες της οικογενείας παρασκεύασε ένα άοσμο ελαιόλαδο με βάση τα πέταλα της κόκκινης βρώσιμης παπαρούνας (γνωστής και ως κουτσουνάδας) και το λάδι της ελιάς. Την παρασκευή του «Κοκκινόλαδου» το οποίο αποτέλεσε και βασικό συστατικό στην προετοιμασία του Μαγιάτικου «σαρανταβότανου» περιγράφει η λαϊκή μούσα :

« Απήγανο και βάρσαμο τση γης το χαμομήλι

τη μυριστή αμπερόριζα που δένουν στο μαντήλι

Πάρε και κοκκινόχορτο βάλε και κουτσουνάδα

που κάνουν κοκκινόλαδο στου ήλιου την πυράδα»

Το λάδι αυτό με το εντυπωσιακό κόκκινο χρώμα χρησιμοποιήθηκε κύρια ως μαλακτικό σε πονέματα του δέρματος από τραύματα αλλά και ως αντιβηχικό σιρόπι στον παιδικό πονόλαιμο, όπως άλλωστε και το λιγότερο εντυπωσιακό αλλά έντονα αρωματικό φασκομηλόλαδο.

Ακούγοντας κάποιος όλα τα παραπάνω αντιλαμβάνεται τους λόγους που ο καρπός της ελιάς θεωρήθηκε «Μέγιστο αγαθό προς πάσα του βίου θεραπεία».

Εκείνη όμως η ιαματική ιδιότητα του ελαιολάδου, που είναι περισσότερο από όλες γνωστές και έχει σημαντικές αναφορές τόσο σε αρχαία όσο και σε Βυζαντινά ,

Ευαγγελικά και νεότερα κείμενα είναι η επουλωτική δράση του επάνω σε πληγές και τραύματα.(Λ. Σταμάτη 2002).

Μια ιδιότητα που ο λαός μας εκθείασε με τον γνωστό έμμετρο τρόπο:

*Για βάλε λάδι στην πληγή
να δεις πως θα γλυκάνει
μα ο γιατρός εις το σεβντά,
ήντα μπορεί να κάνει.*

Η γητεύτρα σταύρωνε με το χέρι της στο τραύμα, ή ακόμα κρατώντας σταυρολούλουδα έλεγε:

*"Ο Οβραίος ο λωβός
τον Χριστό ελόχεψε.
Μήδ' αιμάτωσε
Μήδ' εκάκωσε
Μηδέ γιαράς εγίνει".*

Για τα απλά «πονέματα» του δέρματος από τραύματα και πληγές, άνοιγμα διηθημάτων , σπυριά με πυώδη μορφή, την εξαγωγή αγκαθιών από τα δάχτυλα των χεριών η των ποδιών, τα δαγκάματα εντόμων οι λαϊκοί θεραπευτές χρησιμοποίησαν μια απίστευτα μεγάλη ποικιλία καταπλασμάτων όπου βότανα, χόρτα , λαχανικά, λίπος χοιρινό ή κατσικίσιο αναμεμιγμένα με λάδι ελιάς θεωρούνται αποτελεσματικότερα ως φάρμακα. (Μ. Λαμπράκη 2004)

Μια πλήρη συνταγή για την αντιμετώπιση τέτοιου είδους δερματικών προβλημάτων μας δίνετε στο «Ιατροσόφιο» του Μητροφάνους :

«Κόψε έναν κρομμίδιν στην μέσην εύγαλε τα μέσα φύλλα . Άφησε από έξωθεν χλωρά τρία μέσα το υπόλοιπο γεμισέ το με λάδι . Βάλε τα στα κάρβουνα πάνω να

ψηθούν και όσον το δέχεσε ζεστόν βάλε το εις τον καρφίτην (εξάνθημα, πληγή) και είναι πολλά ωφέλιμον.» (Μ. Λαμπράκη 2004)

Στη συνέχεια η βιβλιογραφία αναφέρει ως επολωτικό κατάπλασμα σε μικρό τραυματισμό, την πράσινη άργιλο. Ένα παχύ στρώμα τοποθετείται πάνω στην προβληματικό σημείο. Όταν ο άργιλος αρχίσει να στεγνώνει, μπαίνει κάτω από το νερό μέχρι να αποκολληθεί. Ο άργιλος έχει αποδειχθεί ιδιαίτερα ευεργετικός για το δέρμα.

Κάποιοι χρησιμοποιούν την άργιλο εξωτερικά και εσωτερικά ταυτόχρονα, γιατί βοηθάει στην εξισορρόπηση και ενεργοποίηση του οργανισμού. Αναπληρώνει τα μέταλλα του οργανισμού(βοηθάει σε περίπτωση σπάσιμου κοκάλων, στραμπουληγμάτων, διαστρεμμάτων, αιμορροΐδων, άφθων, κρυολογημάτων, τραυματισμών κλπ) (Παπαδάκου, 2007).

Οι επαΐοντες στο χώρο των εναλλακτικών θεραπειών λένε ότι για να επιβεβαιωθούν τα ευεργετικά αποτελέσματα των παραδοσιακών πρακτικών και βοτάνων θα πρέπει να διεξαχθούν πλήρεις κλινικές δοκιμές.

Οι ερευνητές του Kings College εξέτασαν την αποτελεσματικότητα ινδικών εκχυλισμάτων κατά του διαβήτη, των φυτικών ουσιών που χρησιμοποιούνται στη Γκάνα για την επούλωση των πληγών και των αντικαρκινικών βοτάνων που απαντώνται στην Κίνα και την Ταϊλάνδη.

Οι επιστήμονες λένε ότι τα ευρήματα των ερευνών τους θα βοηθήσουν τους κατοίκους των περιοχών αυτών και όχι μόνο στο να εξακριβώσουν ποια φυτά συνιστώνται και θα μπορούσαν ενδεχομένως να χρησιμοποιηθούν στην παρασκευή νέων φαρμακευτικών ουσιών (BBC. Greek, 2004)

Ένα άλλο είδος καταπλάσματος το οποίο αναφέρει η βιβλιογραφία ως ευεργετικό για τις πληγές τόσο τις εσωτερικές, όσο και τις εξωτερικές, είναι βασισμένο στο σπαθόχορτο και στο ελαιόλαδο.

Ενδεικτικά αναφέρει ότι, βάζουμε σπαθόχορτο μέσα σε ένα κουτί με ελαιόλαδο (μικρό μεταλλικό). Το βάζουμε μέσα σε μια βαθιά κατσαρόλα με νερό που βράζει. Το αφήνουμε μέσα όση ώρα χρειάζεται ώστε να ενωθούν τα συστατικά από το σπαθόχορτο με το λάδι. Στη συνέχεια το τοποθετούμε στο τραύμα, η ανακούφιση

από τον πόνο είναι άμεση, καθώς επίσης και η επούλωση (Γιατροσόφια της γιαγιάς, 2006).

Σε αμυγές, γδαρσίματα με ήπια αιμορραγία τοποθετούσαν στο χτυπημένο σημείο αυγοςάπουνο. Όπου ανακάτευαν το ασπράδι ενός αυγού με πράσινο σαπούνι. Το οποίο θεωρείται μαλακτικό, βοηθάει στην επούλωση και την αιμόσταση καθώς είναι και αντιμικροβιακό. Όταν το χτύπημα ήταν στη μύτη και προκαλούσε ρινορραγία έβηναν το τσόφλι ενός αυγού και ρουφούσαν τη σκόνη από τη μύτη, με αποτέλεσμα να σταματά η αιμορραγία. (Εξαρχος Χ. 2005).

Το κρεμμύδι, με τις ποικίλες χρήσεις στη μαγειρική σήμερα, δεν μπορούσε να λείπει από την παραδοσιακή ιατρική. Πίστευαν πως βοηθούσε να διαλυθούν και να εξαφανιστούν τα αιματώματα (το σκοτωμένο αίμα, έλεγαν) από τα μέρη εκείνα του σώματος, που είχαν υποστεί κάκωση είτε γιατί έπεσε πάνω τους κάποιο βάρος, είτε γιατί δέχτηκαν χτυπήματα.

Έπαιρναν ξερά κρεμμύδια, τα πολτοποιούσαν με ένα βαρύδιο, μάζευαν τον πολτό σ' ένα πανί και το τοποθετούσαν πάνω στο χτυπημένο μέρος. Θεωρούσαν πως την αιματική τους ιδιότητα τη χρωστούσαν στο γνωστό κάψιμο, που προκαλούν στα μάτια, όταν τα κόβουμε.

Το μέλι σαν τροφή του ανθρώπου είναι ένα από τα πολυτιμότερα, θρεπτικότερα και υγιεινότερα τρόφιμα. Δίνει ενέργεια στους μυς, διαύγεια στο μυαλό, απολυμαίνει και ρυθμίζει το πεπτικό σύστημα. Η τακτική χρήση του δίνει σφρίγος στον οργανισμό και συντελεί στην παράταση της ζωής. Ο Ιπποκράτης και όλοι οι γιατροί της αρχαιότητας το συνιστούσαν σαν φάρμακο σε πολλές περιπτώσεις. Και σήμερα αναγνωρίζεται η θεραπευτική του αξία στην καθ' έξιν δυσκοιλιότητα, στις καρδιοπάθειες, αναιμία, αδενοπάθεια και στις περιπτώσεις κατάπτωσης και αδυναμίας του οργανισμού.

Γιατρεύει ή ανακουφίζει τις εσωτερικές διαταραχές, τα έλκη του στομάχου, την αϋπνία, τους πονόλαιμους, μερικές καρδιακές παθήσεις και γενικά έχει ευεργετική επίδραση και στην καρδιά, αυξάνει τις αιμογλοβίνες του αίματος και τη μυϊκή δύναμη, κ.α. Σε εξωτερική χρήση, θεραπεύει τα εγκαύματα, τις πληγές και τις ρινοφαρυγγικές παθήσεις χάρη στην inhidine που του προσδίδει βακτηριοστατικές

ιδιότητες. Λίγο μέλι επάνω στην πληγή την κάνει να κλείσει γρήγορα χωρίς να αφήσει σημάδι. Σε συνδυασμό με επιθέματα από κοπανισμένα φύλλα σέλινου και μαϊντανού έχουν επουλωτικές ιδιότητες. Το μέλι λοιπόν είναι το βασικό προϊόν στην μελισσοκομία αλλά και ένας πολύτιμος σύμμαχος του ανθρώπινου οργανισμού (Συντάκτες της Βικιπαίδεια, 2008)

Ο (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001), στο Κρητικό Ιατροσόφιο του 19^{ου} αιώνα, αναφέρει, για την αιμορραγία από πληγή, ότι έβαζαν επάνω στη πληγή τον ιστό της αράχνης. Επίσης, έβαζαν σπόρο από σινάπι τον οποίο πρώτα κοπάνιζαν και ανακάτευαν με ασπράδι αυγού. Έκανα έτσι ένα κατάπλασμα, το οποίο έδεναν στη πληγή σφιχτά και έτσι σταματούσε η αιμορραγία.

Επιπλέον, αναφέρει ότι έβαζαν πεντάνευρο το οποίο κοπάνιζαν πρώτα. Ομοίως και ξινομηλιά, καλακάνθη, βιτριόλι και μαστίχα τα οποία έλιωναν και έκαναν επίθεμα. Το καλακάνθη με το ασπράδι του αυγού, και τη σκόνη από καμένο χαρτί το επέθεταν στη πληγή, πάνω σε λινό ύφασμα, για να σταματήσει το αίμα.

Σε τραυματισμό από αιχμηρό αντικείμενο (ξίφος, μαχαίρι), έβρεχαν την ψίχα του ψωμιού και την έβαζαν στο τραύμα, το ίδιο έκαναν και με την μολόχα. Έβραζαν, επίσης πρόβιο ξύγκι ή λίπος από χοίρο. Φύλλα κονύζης και σπαθόχορτο τα κοπάνιζαν και τα τοποθετούσαν στη πληγή για 24 ώρες. Τέλος, αναμμένο κάρβουνο, αφού πρώτα το έτριβαν μετά σκέπαζαν τη πληγή στο τέλος έπλεναν με σαπούνι. Έτσι σταματούσε η αιμορραγία αλλά και το τραύμα δεν μολυνόταν (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001).

Σε παλαιότερο τραυματισμό όπου η πληγή δεν υποχωρεί, όπως αναφέρει ο (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001), έφτιαχναν ένα είδος εμπλάστρων (αλοιφών). Έπαιρναν ένα βάτραχο τον σκότωναν, και έβαζαν τη σκόνη του στη μέση του εμπλάστρου όπου είναι η αλοιφή « ...δια να τρώγι το σαπιμένο κρέας...», πλένοντας πρώτα τη πληγή με κρασί και βάλονταστο. Και πολλές φορές είχε αποτέλεσμα. Η αλοιφή που κατασκεύαζαν είναι οι εξής: βάτου κοριφές, λάμπαθον, τζόχον, στίγγον, πεντάνευρον, καλοβενετίδι, πίσσα, λιβάνι, λάδι, κερι.

Ένα άλλο είδος αλοιφής που έφτιαχναν, είναι από τη ρίζα και τα φύλλα της όβρεας τα οποία τα έβραζαν και το μίγμα το έβαζαν στην πληγή. Στη συνέχεια όπως μας αναφέρει ο συγγραφέας, ιδιαίτερα επουλωτικό ήταν το μαπαρούτι, το

οποίο κοπάνιζαν μέχρι να γίνει σκόνη και το επέθεταν στη πληγή «... τρώγι το σαπιμένο κρέας και θρέφει...»

Επίσης, παλιά κουκιά, αλάτι, και καμένο πανί τα έκαναν σκόνη, τα ανακάτευαν και τα πασπάλιζαν στο τραύμα. Για να σταματήσει το αίμα έλεγαν « βάλε απάνο στάκτην και οφελή...» (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001).

Τέλος, έφτιαχναν ένα μίγμα από χαλβάνη, λιβάνι, μαστίχα, ριτζίνι, κερι ουγγίες, λάδι και κικίδι, τριμμένο αλάτι, όλα αυτά τα κοπάνιζαν, τα έβραζαν και έβαζαν «...εις πάσαν πληγήν και υγιαίνει.»

Όταν η πληγή γινόταν μαύρη, έβαζαν λιθάργυρον και άσπρο πιπέρι και άλειφαν την πληγή με ροδέλαιο, όπως επίσης και με γάλα γαϊδάρας. Ένωσαν νισατίρι ψιλό με χολή από χοίρο και άλειφαν τη πληγή. Επίσης, ξερά φύλλα δυόσμου και λιθάργυρον τα έκαναν σκόνη και τα ένωναν με μέλι. Με τριμμένο θειάφι και άσπρο ξύδι, καθώς κοπάνιζαν και σπέρμα ευζώμου το οποίο ένωναν με χολή αίγας ή βοδιού και λιθάργυρον, έτριβαν τη πληγή για να απορροφήσει το σκοτωμένο αίμα, και να επανέλθει το δέρμα στο φυσικό του χρώμα.

Εάν στη πληγή είχαν δημιουργηθεί σκουλήκια, κοπάνιζαν τα φύλλα της πελέας, τα έβαζαν επάνω και τα σκουλήκια ψοφούσαν. Το ίδιο έκαναν και με το αψινθίων και τη κεδρέαν. (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001).

Για το κόψιμο από μαχαίρι, η (Δ. Λυρώνη 1999) , αναφέρει ότι έβαζαν φρέσκο ψωμί ή παξιμάδι, το οποίο μούσκευαν μέσα σε κρασί και μετά το επέθεταν στη πληγή. Το ψωμί βοηθούσε στον έλεγχο της αιμορραγίας, και σε συνδυασμό με το κρασί δεν υπήρχε κίνδυνος μόλυνσης.

Ο (Μ. Αντωνογιαννάκης 2003) στα πρακτικά του διεθνούς επιστημονικού συνεδρίου στο Ρέθυμνο το 2000, αναφέρει ένα πραγματικό περιστατικό με ένα έφηβο, του οποίου το τραύμα (πληγή) μολύνθηκε, αξίζει λοιπόν να αναφέρουμε το περιστατικό για να δούμε με ποίο τρόπο αντιμετωπίστηκε η μόλυνση και αν υπήρχαν αποτελέσματα.

«Ο Γ. ήταν 15 χρονών, όταν χτύπησε στη κνήμη του δεξιού ποδιού και μάτωσε. Η πληγή ήταν μικρή και ύστερα από λίγο σταμάτησε να αιμορραγεί. Όμως, μετά από λίγες μέρες η πληγή κακοσύνεψε (μολύνθηκε) και άρχισε να πυορροεί και να επεκτείνεται μέχρι που έλαβε διαστάσεις παλάμης χεριού. Ύστερα από λίγο καιρό, δημιουργήθηκαν τρεις πυογόνες εστίες και τρία αντίστοιχα βαθουλώματα(τρύπες).

Αυτό το κακό παρά τις γιατρικές (πρακτικές μεθόδους θεραπείας) που εφαρμόστηκαν και τις αλοιφές που χρησιμοποιούσαν δεν υποχωρούσε. Ακόμη και η εξέταση του από γιατρό και η χορήγηση αλοιφής δεν απέδωσαν.

Τελικά, αποφάνθηκαν πως το κακό θα περάσει με τον καιρό και ο Γ. περιορίστηκε στο καθάρισμα της πληγής με ότι μέσο εύρισκε πρόσφορο, περιμένοντας το χρόνο για να του περάσει. Είχαν περάσει τρία χρόνια, όταν ο γέρο Βιδιαδοσπύριδος είδε το παιδί να καθαρίζει τη πληγή του και απόρησε με την εικόνα του τραύματος.

Τότε, τον έστειλε παραπάνω να του φέρει τρούλες (κορυφές) από το φυτό ακονιζέ. Ο γέρος κοπάνισε τις κορφές του φυτού πάνω σε δύο καθαρές πέτρες απόθεσε πάνω στις πυορροούσες τρύπες λίγο από τον πολτό που είχε σχηματιστεί. «Δέσε το δα αντράκι μου», του είπε και μετά του είπε την συνταγή. « Να πας να βρεις τρούλες άνυδρης ακονιζές. Θα τση πας στη μάνα σου και θα τση πεις να τσι κοπανίσει στο χαβάνι μαζί με ρακή. Τον πολτό που θα προκύψει να βάνεις κάθε βράδι πάνω στσι πληγές και θα σου περάσει».

Αυτό έγινε και ύστερα από μερικές εφαρμογές σχηματίστηκε κάκαδο στη πληγή και τελικά πέρασε. Τώρα που ο Γ. είναι 80 χρονών φαίνεται πάνω στο καλάμι του ποδιού του το σημάδι σε μέγεθος παλάμης χεριού.»

Σε περίπτωση αιμορραγίας όπως, ρινορραγία, ανοικτές πληγές και τραύματα, αντιμετωπίζονται με την επίδεση διαφόρων αιμοστατικών, όπως ακονυζές (κόνυζα), καπνού (ταμπάκου), ύσκας, φύλλων πλατάνου, καβαλίνας. Σε περίπτωση μολύνσεως (κακοσύνεμα), τραύματος, πληγής ή σπυριού, χρησιμοποιούνται ως αντιφλεγμονώδη και μαλακτικά: νωπά φύλλα αμπέλου, κοκκινογουλιού ή σέκλου, φραγκοσυκιάς, φύλλα από κλαπάκι (εφτάχρονο, γουλόχορτο), κυκλάμινο. Σε στραμπούληγμα (κάκωση μέλους συνέπεια τραυματισμού), χρησιμοποιούσαν συνήθως «μπλάστρια»(έμπλαστρα),τα οποία γίνονταν από: ξυσμένο ντόπιο σαπούνι, λιβάνι, ρακή, ασπράδι αυγού. Αυτά τα χτυπούσαν ώστε να γίνει ένα μείγμα, έβαζαν στο πάσχων μέλος ίνες λιναριού, έχυναν το μείγμα και το έδεναν.

Σε διάφορα κλειστά τραύματα, όπως μώλωπες ή εκχυμώσεις συνέπεια πτώσεως ή πίεςεως, αντιμετωπίζονταν συνήθως με την επίδεση στο πάσχων μέλος κοπανισμένων ξηρών ή νωπών κρεμμυδιών. Σε ανοικτά τραύματα, συνέπεια

πτώσεως, βιαίας πίεσεως, καύσεως, κοψίματος χρησιμοποιούνται: ζωμός ασπαλάθου, ιτιάς, παιωνίας.(Ι. Βολανάκης 2003).

Ένα άλλο είδος τραυματισμού στα πόδια από πέτρες, αναφέρει ο (Ι. Γαϊτανάκης 2003), τα λεγόμενα «πετροπατήματα». Ιδίως το καλοκαίρι όπου η γη είναι ξερή και γεμάτη αγκάθια, τραυμάτιζαν τα πόδια τους, ιδίως τα παιδιά, τα οποία περπατούσαν ξυπόλυτα. Το κυρίως φάρμακο ήταν το οφτό κρεμμύδι, και τα φύλλα της «γιάτρουσα» (κουφοξυλιάς), του λάχανου, της χνάρας (αθάνατος) όλα είχαν το ίδιο αποτέλεσμα να μαλακώσουν το πέλημα του ποδιού, για αυτό τα έλεγαν και παλετικά, ώστε να τρυπιέται εύκολα και να φεύγει το πύο.

Πολύ συχνά, καρφώνονταν στα πόδια τους οι πρόκες που έφευγαν από τα στιβάνια. Σε αυτή την περίπτωση άφηναν το αίμα να τρέξει από την πληγή και στη συνέχεια «ζεμάτιζαν τη προκιά». Αυτό γινόταν με το «ξεπασουλίστηρι του λύχνου», όπου έβαζαν λίγο λάδι στην άκρη του και το κρατούσαν στη φλόγα του λύχνου, μετά το έσταζαν στη τρύπα που είχε αφήσει η πρόκα στο πόδι τους. Ένα είδος αυτοσχέδιου καυτηριασμού με το οποίο προλάβαιναν τις μολύνσεις.

Οι πληγές που άφηναν τα πεσίματα και άλλες αιτίες στους αστραγάλους, τα γόνατα, τα «ατζά» τα φρόντιζαν με μια θαυματουργή σκόνη την οποία έβρισκαν σε ένα είδος μανιταριού, «τη φούσκα τση γης», και ήταν το ίδιο αποτελεσματική με την πενικιλίνη ή παραπλήσια άλλα αντιβιοτικά. Τις φούσκες, τις έβρισκαν συνήθως το καλοκαίρι στα χωματοσκεπή δώματα των σπιτιών.(Ι. Γαϊτανάκης 2003).

Σε περιπτώσεις όπου η πληγή χρειαζόταν ράμματα, έβραζαν το ψαλίδι και τη βελόνα και τη μεταξωτή κλωστή, σε μια κατσαρόλα. Απολύμαιναν την πληγή. Έπλυναν με πολύ ρακή τα χέρια. Έκοβαν με το ψαλίδι τις τυχόν χαλασμένες σάρκες και στη συνέχεια έκαναν τα ράμματα με την κεντιδοβελόνα και με μεταξωτή κλωστή.

Για τοπική νάρκωση επιθέτανε φύλλα μανδραγόρα. Είναι ένα φυτό που δεν το βλέπουμε συχνά. Έχει φαρδιά φύλλα και απλώνονται στο έδαφος. Δεν κάνει βλαστό και οι καρποί του είναι κίτρινοι.(Κ. Γερωνημάκης 2003).

Ένα άλλο είδος παραδοσιακής θεραπευτικής, είναι οι γητειές. Η λέξη γητεία προέρχεται από τη λέξη γοητεύω, επειδή υπήρχε η εντύπωση ότι με τα λόγια της γητείας γοητεύονται κάποιες μυστηριώδεις δυνάμεις και υποτάσσονται στα λόγια της γητεύτρας.

Υπάρχει όμως και η εκδοχή ότι παράγεται από τις γύφτισσες επειδή αυτές ξέρουνε πολλές βασκανίες. Αναφέρουμε ενδεικτικά κάποιες γητείες που χρησιμοποιούσαν για τις πληγές και τα τραύματα.

Η γητεύτρα πιάνει στο χέρι της ένα αντικείμενο από το είδος που προκάλεσε την πληγή (πέτρα, ξύλο, σίδηρο) και κάνει επί της πληγής με αυτό το αντικείμενο το σημείο του σταυρού και λέει:

«Άγι Άννης, κι Άγι Ωργης κι Άης Παντελεήμονας εξεκινήσανε να πάνε κάτω στ' Αγεροσόλυμα εις Του Χριστού τον Τάφο για να μάθουν τη γηθεία του σίντερου του κοκκάλου και τση πέτρας και του ξύλου. Στον δρόμο των απάντηξεν Αφέντη μας ο Χριστός και τωνα λέει:

- Πού πάτε;
- Αφέντη μας Χριστέ, τα χωστά κατέεις και τα φανερά δε κατέεις;
- Πάμε στ' Αγεροσόλυμα εις του Χριστού τον Τάφο για να μάθομε τη γηθεία του σιντέρου του κοκκάλου και τση πέτρας και του ξύλου.
- Κάτσετ' επαγέ κι εγώ θα σας τηνε μάθω, μόνο χωστά να μη ντηνε λέτε και πλερωμή να μη παίρνεται, κι ως εκάρφωξαν τον Αφέντη μας και δεν όμπυασενε και δεν εκακοσύνεψε, ετσά να μην ομπυάσει και να μη κακοσυνέψει ο δούλος του Θεού (...) όνομα παθόντος.» (Κ. Γερωνημάκης 2003).

Μία δεύτερη γητεία για τα τραύματα είναι η εξής:

«Στσ' εικοστέσσερεις του Δεκεμπριού, αργά ο Χριστός γένναται. Ετούτη η ώρα κι εκείνη μια λογάται. Ο Άγι Άννης ο Πρόδρομος έπιχαινε να βαφτίσει, να μυρώσει και να γιαείρει. Στο δρόμο τ' απάντηξενε πολός λαός πληγωμένος, βαρισμένος, με σπαχθιά τραματισμένος.

Το Δεσπότη Χριστό εσταύρωσα κι έμπροκώσα και δεν όμπυασενε και δεν εκακοσύνεψε, ετσά να μην ομπυάσει και να μη κακοσυνέψει ο δούλος του Θεού(...).»

Τέλος, μία Τρίτη γητεία, λέει:

«Στο' εικοστέσσερες του Δεκεμβριού, αργά ο Χριστός γέννεται. Ετούτη η ώρα κι εκείνη μια λογάται, κι ως εσταύρωσαν το Χριστό στα πόδια και στα χέρια, στη καρδιά και στ πλεμόνια με καρφιά και με μαχαίρια και δεν εκακοσύνεψε, ετσά να μην κακοσυνέψει και η πληγή του δούλου σου (...)» (Κ. Γερωνημάκης 2003).

Υπήρχαν φυσικά και αντίστοιχες γητειές για να σταματούν την αιμορραγία, η γητεύτρα όταν έλεγε την γηθειά της αιμορραγίας, έδενε τρεις κόμπους σε ασπροκόκκινες κλωστές και την έλεγε εννέα φορές, αναφέρεται ενδεικτικά η παρακάτω γητεία:

«Ο Χριστός και η Παναγία, κι' η Αγία Πελαγία και οι Άγιοι Ευαγγελιστές, και του Χριστού οι μαθητές κι ο Θεός να βοηθήσει, άλλο αίμα να μη χύσει ο δούλος του Θεού (...)» (Κ. Γερωνημάκης 2003).

Η (Ε. Φραγκάκη 1978), αναφέρει ότι οι γυναίκες της Κρήτης κρατούν άκοπο το νήμα της παραδόσεως, χωρίς να είναι σκλάβες της δεισιδαιμονίας. Διακρίνει τη δημώδη ιατρική της Κρήτης σε δύο κατηγορίες :

- Την εμπειρική ιατρική η οποία περιλαμβάνει και θεραπεία μέσω των βοτάνων.
- Την ιατρική «δι' αγαθοποιού μαγείας και θρησκευτικήν»

Μας αναφέρει, ότι στο τραυματισμό του κεφαλιού (ξεκαυκάλωμα) από πέσιμο ή από πετροπόλεμο, έπλεναν το τραύμα με κρασί και για σταματήσει η αιμορραγία επέθεταν «πολυκαιρισμένη καβαλίνα», αράχνη(παλιό ιστό αράχνης), ξύσμα από στιβάνι, καπνό κομμένο, ύσκα.

Επίσης έπλεναν το τραύμα με χυλό από φύλλα πλατάνου και επέθεταν σκόνη από σκορπιδόχορτο (κέτεραχ). « το καλύτερο βοτάνι είναι το χώμα τση γης». Επιπλέον, αναφέρει ότι το ξεκαυκάλωμα γητεύεται με την εξής γητεία:

« Οι σκύλοι οι γιοβραίοι το Χριστόν επχιάσανε

κι' ως τονέ πχιάσανε τον ελαβώσανε

κι' ως τονέ λαβώσανε τον εγητέψανε

Μούδε ομπύασε, μούδ' εκακοσύνεψε

Μούδε σημάδ' απόμεινε» (Ε. Φραγκάκη 1978)

Όταν έπεφτε κάποιος, μικρός ή μεγάλος και η πληγή δεν αιμορραγούσε, έλεγαν ότι θα πονά τόσες μέρες, όσο χρονών είναι. Στην περίπτωση αυτή επιθέτουν κρεμμύδια χοντροκοπανισμένα με χοντρό αλάτι, ή κοπανισμένη μπαμπακούλα (ηλιοτρόπιον το ευρωπαϊκό), μαζί με το ζουμί της. Αλλά και η πικραγγουριά ωφελεί. Όταν ένα παιδί ή και μεγάλος πέσει από ψηλό δέντρο, και δεν πάθει κάταγμα ή δεν αιμορραγήσει, σφάζουν αμέσως αρνί, γυμνώνουν τον τραυματία και με την προβιά «ζεστή ως είναι» τον τυλίγουν (το τριχωτό μέρος προς τα έξω). Τον «βάνουνε στα ρούχα» και του δίνουν να φάει χωριάτικο βούτυρο ώστε να κάνει έμετο για αποβάλει «τα κακά αίματα», που πιθανός να προέρχονται από εσωτερική αιμορραγία. Τέλος του δίνουν να πιεί κουκόζουμο για 8 μέρες. (Ε. Φραγκάκη 1978).

Σε περίπτωση αιμορραγίας από τη μύτη (επίσταξης), οι πρώτες βοήθειες που έδιναν ήταν: να βάλουν τον τραυματία να καθίσει σε καρέκλα και με τη πλάτη να στηρίζεται στη καρέκλα και το κεφάλι προς τα πίσω. Βρέχουν το κεφάλι με κρύο νερό, του δίνουν και ρουφά νερό με τη μύτη, και τραβούν με δύναμη « τσί τρίχες τση κορφής τση κεφαλής του». Του δίνουν και ρουφά από τη μύτη αλατόνερο ή νερό θαλάσσης. Βλέπουν από πιο ρουθούνι προέρχεται η αιμορραγία, και δένουν το

αντίθετο δάχτυλο του ποδιού σφιχτά. Στη συνέχεια παίρνουν ένα χρυσό δαχτυλίδι με «αιματοστάτη» (αιματίτη λίθο) και το βουτούν στο αίμα του τραυματία και με αυτό το δαχτυλίδι σταυρώνουν το μέτωπο και σχηματίζεται ένας αιμάτινος σταυρός. Τον οποίο αφήνουν στο μέτωπο τρεις μέρες.

Όταν αιμορραγούσε πολύ συχνά η μύτη, αφήναν το αίμα να στάξει πάνω σε ένα άσπρο χαρτόνι, από την ανάποδη. Το αίμα ξεραίνεται. Στη συνέχεια, ζύνουν το χαρτόνι, και τα ξύσματα τα δίνουν στον πάσχοντα και τα ρουφάμε τη μύτη.

Στα παιδιά, φορούσαν «ματοστάτη» (ή σταματόπετρα). Επειδή τα παιδιά μπορεί να έχαναν το ματοστάτη έπαιρναν το δαχτυλίδι και το κρεμούσαν στο λαιμό.

Τέλος , υπήρχε και γητεία για σταματήσει η αιμορραγία της μύτης και είναι η εξής: « Χαιράμενη εζύμωσε, μπουκιά ψωμί δεν ήδωκε

κι' απ' τα εφτά ουράνια ανεστεναμός εβγήκενε.

Γροίκα αίμα θάμα, και κάμε στάμα.

Ότι αμαρτία έχει το νερό να μπει στο κρασί

ετσά αμαρτία να έχει το αίμα, α δε σταθεί.

Στάσου αίμα στάσου.» (Ε. Φραγκάκη 1978)

Η (Ε. Φραγκάκη 1978) μας αναφέρει, και τον τρόπο με τον οποίο προμηθεύονταν τις αλοιφές, από ένα τουρκόκλητο που τον αποκαλούσαν «μπαμπάς». Θεράπευε χριστιανούς και μουσουλμάνους και δεν έπαιρνε χρήματα. Η μόνη του αμοιβή ήταν το ξαντό. Για κάθε θεραπεία ή για κάθε κουτάκι αλοιφή έπρεπε να του δώσουν μία χούφτα ξαντό. Έφτιαχνε τρεις αλοιφές: την κόκκινη που

είχε πάρει το χρώμα της από το σουρούρι που περιείχε (πρεσιπιτέ ρουζ). Τη μαύρη που την έκανε με κατράμι, και την άσπρη που την έκανε με πικραμύγδαλα. Θεράπευε πονέματα και βγαρτά σε μικρό χρονικό διάστημα.

Για πληγές και τραύματα έβαζαν ζεστό λάδι, άλαδανο, απύρι, κοπανισμένη αυγουλόκουπα ή ξύσματα από καλάμι. Τα ανακατεύεις όλα μαζί και γίνονται αλοιφή. Για να μη κακουργήσει (μολυνθεί) μία πληγή, την έπλεναν με παλιό κρασί (μπάλσαμο) και προσπαθούσαν να σταματήσουν το αίμα με ξύσμα στιβανιού ή ύσκα ή ιστό αράχνης ή χυμό από φρέσκα βελανίδια και στη συνέχεια επέθεταν αλοιφές «για να κλείσει η λαβή και να μη γενή αργανική». Επέθεταν καλοβενετίδη (κυνόγλωσσον το Κρητικόν), φύλλα του γοργογιάννη (έλελίφασκον ιεροβοτανοειδές), τα οποία θεωρούνται επουλωτικά.

Επουλωτική αλοιφή που προλαμβάνει τη γάγγραινα γίνεται από φύλλα εθιάς (ιτιάς) ως εξής: κοπάνιζαν τα φύλλα της ιτιάς και το χυμό τον έβαζαν σε παλιό μαύρο κρασί, ανακάτευαν κεριά από μέλισσα, και πρόσθεταν στύψη, όλα μαζί τα ανακάτευαν καλά μέχρι να γίνουν αλοιφή.

Άριστο γιατρικό, όπως αναφέρει η (Ε. Φραγκάκη 1978) για να κλείσει η πληγή είναι το «μποντικόλαδο».

Οι Κρητικοί στα χρόνια των επαναστάσεων θεράπευαν τα τραύματα με τα μυρμήγκια. Έβαζαν μεγάλα μυρμήγκια πάνω στο τραύμα, κι' αυτά «αρπούσαν τη σάρκα και έρραβαν το τραύμα», στη συνέχεια τους έκοβαν το κεφάλι και οι δαγκάνες από τα μυρμήγκια έμεναν σαν ράμματα πάνω στο τραύμα. Υπήρχαν όμως και επιπλοκές, λοχίας του ελληνικού στρατού τραυματίστηκε στη κοιλιά όταν του έβαλαν τα μυρμήγκια στη κοιλιά έπαθε περιτονίτιδα και πέθανε.

Πανάρχαια θεραπεία για τα τραύματα είναι και η θεραπεία με τις γητείες. «Ο Άη Γιάννης γιαίνει τις λαβωμαθιές, αλλά και ο Άγιος Πέτρος, και ο Άγιος Παντελεήμονας»:

- Αἱ Γιάννης, Αἱ Πέτρος κι' Αἱ Παντελεήμονας

στην Ιερουσαλήμ πάνε να μάθουνε τη γητεία

του σιντέρου, τση πέτρας και του ξύλου.

Ο Ιησούς Χριστός τους απάντηξε : «Που πάτε Ἄγιοι του Θεού;»

Πάμε στην Ιερουσαλήμ να μάθουμε τη γητεία του

σιντέρου, τση πέτρας και του ξύλου.

Γιαγύρετε κι' εγώ θα σας την πω:

«την Παρασκευή βαρύχγει, το Σάββατο γιαίνει».

- Αἱ Γιάννης πρόδρομος στη βενεθιάν πήγαινε

να βαφτίσει να μυρίσει να χαρεί και να γυρίσει.

καθώς πήγαινε πολύ λαός του πάντηξε

βρισμένος χτυπημένος και ματοβουρωμένος

με μπάλες, με πέτρες, με ξύλα και με μάχαιρα.

Είδενε και τρόμαξε, στον Ιορδάνη γιάγυρε .

Κι' ο Δεσπότης Χριστός ερώτησε:

Που πας Αἱ Γιάννη;

Στη βενεθιάν πήγαινα να βαφτίσω να μυρίσω να χαρώ και να γυρίσω

στη στράτα απού πήγαινα πολύ λαός μου πάντηξε βρισμένος με μπάλες,

με πέτρες, με ξύλα και με σίντερα.

Ετρόμαξα κι' εγιάγυρα.

- Αϊ Γιάννη τα κουρφά κατέχεις, τα φανερά δεν κατέχεις;

«θα σ' ορμηνέσω μια γητεία κι' απού λες γιαίνει

μούδε κουρφά να την λες, μούδε λεφτά να παίρνεις»

Οι γιοβραίοι οι άνεμοι το χριστό σταυρώσανε,

στη δεξιά Του τη μεριά κονταριά του δώσανε

μούδε ομπύασε, μούδε κακοσύνεψε

Μέλι γάλα γίνηκε».

- Στ' όνομα σου θεέ μου Δεσπότη μου Χριστέ μου.

Το χριστό σταυρώσανε μ' εφτά καρφιά τον εκαρφώσανε.

Κι' η Παναγία φώναξε: φεύγεις γιέ μου

και είντα θα γενούν τα μιλιούνια οι λαβωμένοι;

Σου ορμηνεύω μια γητεία να τηνέ λες μεγάλα

Μ' εκείνη να γιατρεύεται ή μαχαιριά κι' η μπάλα

Ως προληπτικό για τα τραύματα θεωρείται το αγιοκωσταντινάτο, το κουφέτο (κεραύνιος λίθος), και το λιόκουρνο (κέρατον του φιδιού). (Ε. Φραγκάκη 1978).

5.2 ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΔΗΓΜΑΤΩΝ

Λέγοντας δήγματα εντόμων εννοούμε τόσο τα τσιμπήματα , όσο και τα κεντρίσματα από αυτά με ειδικά όργανα που παράγουν δηλητήριο ή που τραυματίζουν. Είναι γνωστό ότι ελάχιστη ποσότητα ενός δηλητηρίου μπορεί να προκαλέσει σοβαρές διαταραχές σε ένα οργανισμό, ακόμα και να επιφέρει τον θάνατο. Το δηλητήριο όταν εισέλθει στον οργανισμό, προκαλεί στην αρχή τοπική βλάβη και ακολούθως γενικότερη διαταραχή.

Η τοπική δράση χαρακτηρίζεται συνήθως από ερυθρότητα, υπεραιμία, φουσαλίδες, φλύκταινες, φαγούρα, πόνο και σπανιότερα νέκρωση της περιοχής. Δηλητηριώδη ζώα ή έστω ικανά να προκαλέσουν βλάβη στον οργανισμό είναι οι μέλισσες , σφήκες , σβούροι και άλλα υμενόπτερα., σκορπιοί, φίδια κλπ. Δεν υπάρχουν αράχνες με δηλητήριο στη χώρα μας. Επίσης δηλητηριώδεις σκορπιοί με νευροτοξικά δηλητήρια (π.χ black death scorpion είναι απόντες από την ελληνική πανίδα. Μη δηλητηριώδη θεωρούνται οι σκνίπες , τα κουνούπια , οι βδέλλες , οι

ψύλλοι , οι ψείρες , οι κοριοί , τα ακάρεα της ψώρας κλπ. Τα μεν δηλητηριώδη κεντρίζουν, τα υπόλοιπα απλώς τσιμπούν.

Η παραδοσιακή ιατρική, με τα καταπλάσματα, τα επιθέματα, τα πρακτικά γιατροσόφια, τα βότανα και τα μέσα που προσφέρει η ίδια η φύση, ήταν ικανή να αντιμετωπίσει επείγουσες καταστάσεις από τσιμπήματα ζώων. (Θεόδωρου Ι. Ρηγινιώτη, 1999)

Συνήθως μετά από τσίμπημα ζώου, έδεναν το σημείο του δήγματος με φύλλα πλατάνου ή ερινού, ραντισμένων με άγιασμα. Εάν το σημείο του τσιμπήματος μελάνιαζε, το έκοβαν ώστε να βγει το μολυσμένο αίμα και αυτομάτως ο ασθενής ανακουφίζεται από τους πόνους.

Στο «Ιατροσοφικόν» του Μητροφάνους, αναφέρει σε τσίμπημα από μέλισσα ή σφήγκα να αφαιρέσουν το κεντρί τοποθετώντας επάνω φύλλα μολόχας ή φύλλα απήγανου κοπανισμένα με λάδι. Αυτή την δράση του ελαιολάδου ακόμα και του άνθους της ελιάς επιβεβαίωσε μερικούς αιώνες πριν ο Αιλιανός στο έργο του «περί ζώων ιδιότητος»

Η (Λ. Σταμάτη, 2002) αναφέρει ότι σε δαγκώματα από φίδια έπρεπε αμέσως μ' ένα κοφτερό σουγιά να γίνει τομή πάνω στο δάγκωμα και να πιεστεί το μέρος εκείνο ώστε να αποβάλει μαζί με αίμα και το δηλητήριο. Στη συνέχεια έπλεναν την πληγή με φρέσκο γάλα, έπιναν ξύδι ή έτρωγαν άγουρα κορόμηλα. (Για τα ζώα ίσχυε η ίδια συνταγή με τη διαφορά ότι δεν έκαναν τομή, αλλά τρύπαγαν το δέρμα με βελόνι).

Σε δάγκωμα από σκύλο έδεναν την πληγή με ζεστό, φασόλι, σχισμένο στη μέση, ή βρασμένο καπνό σε ρακή, ή νόμισμα ασημένιο. Με αυτό τον τρόπο η πληγή από το δάγκωμα επουλωνόταν και κατά κάποιο τρόπο δεν μολυνόταν.

Όταν στην ύπαιθρο τους δάγκωνε φίδι χαράκωναν εκείνο το σημείο με καθαρό κοφτερό μαχαίρι ή ξυράφι ώστε να φύγει το δηλητηριασμένο αίμα. Έβαζαν βούγγουρα (ζωχάκια) στεγνά, από αγελάδα ή γίδα. Επίσης έβαζαν το «πρωκτό» της κότας για να ρουφήξει το δηλητήριο, αλλά η κότα μετά ψοφούσε. Εάν δεν είχαν κάποιο από τα παραπάνω μέσα, ρουφούσαν το δηλητηριασμένο αίμα με το στόμα και το έφτυναν αμέσως, αλλά χρειαζόταν προσοχή ώστε να μην είχαν πληγές ή γρατσουνίσματα στο στόμα, γιατί θα δηλητηριάζονταν, ή έπιναν αλκοόλ ώστε να προκαλέσουν μέθη, για να μην επιδράσει το δηλητήριο. Για να φύγουν τα φίδια, να μην πλησιάζουν στο σπίτι ή αλλού, έβαζαν σκόρδο ή θειάφι.

Τα τσιμπήματα τα θεράπευαν και με γητείες. Η γητεύτρα, έπαιρνε ένα χρυσό δαχτυλίδι και σταύρωνε το σημείο που είχε γίνει το τσίμπημα λέγοντας τρεις φορές: "Ιησούς Χριστός νικάει κι όλα τα κακά σκορπάει" (Χ. Έξαρχος, 2005).

Όταν κάποιο παιδί το δάγκωναν σκνίπες και κουνούπια, του έλεγαν κάθε βράδυ πριν κοιμηθεί τη γητεία:

- σκνίπα και κούνουπα μόβολη, στρουφόκωλη, τηλιγαδόκωλη, άμε κάτω στο γιαλό, φάε γάιδαρο όφτο και το κοπέλι μου ήσυχο άφεστο.
- σόκωλε και μόκωλε και κακέ τηλιγαδόκωλε, άμε στην άμμο στο γιαλό, φάε αμονάχη σου εκεί κι' ας το κοπέλι μου να ποκοιμηθεί. (Φ. Ξαρογαράκη, 1999).

Αρκετά δαγκώματα από σκορπιούς αντιμετώπιζαν στις αγροτικές δουλειές. Αν λοιπόν τους δάγκωνε σκορπιός, έπρεπε αμέσως να βρουν δροσερό σπανάκι να το κοπανίσουν και να το σφίξουν ώστε να βγει το ζουμί του. Στη συνέχεια, έδιναν στον ασθενή να πιεί το ζουμί από το σπανάκι και το κοπανισμένο χόρτο το έβαζαν επάνω στο σημείο που τους είχε δαγκώσει ο σκορπιός. Επίσης έσφιγγαν το σημείο που τους είχε δαγκώσει ο σκορπιός για να φύγει το δηλητηριασμένο αίμα, έβαζαν απάνω ξύδι με αλάτι και έδιναν στον πάσχοντα να πιεί ένα ποτήρι ελαιόλαδο.

Φύλλα από αγριοσυκιά χρησιμοποιούσαν σε δαγκωματιά από σκύλο, τα οποία κοπάνιζαν και ανακάτευαν με μέλι. Επίσης κοπάνιζαν σπόρους τσουκνίδας με αλάτι και καρύδια με αλάτι και μέλι.

Ο Μ. Αντωνογιαννάκης, (2003) αναφέρει μια περίπτωση δαγκώματος από σκορπιό στο δάχτυλο όπου ο παθών μόλις συνέβη το περιστατικό έβαλε το δάχτυλο

του στα οπίσθια του γαιδάρου, χωρίς άλλες συνέπειες ο πόνος σταμάτησε. Μία άλλη πρακτική μέθοδος είναι ο ίδιος ο σκορπιός τον οποίο πολτοποιούσαν και έβαζαν στο σημείο που τους είχε τσιμπήσει. Ο πόνος περιοριζόταν σε μούδιασμα και τελικά υποχωρούσε. Επίσης χρησιμοποιούσαν τη σκουραπιδέ (αχλαδιά που τα αχλάδια της ωριμάζουν το φθινόπωρο), πολτοποιούσαν ένα αχλάδι και το επέδεναν πάνω στη δαγκωματιά. Σύμφωνα με αυτό ο πόνος σταματούσε.

Σε κεντρώματα από σφήκες έπαιρναν χώμα και το επέθεταν στο σημείο, έτσι δεν έκανε οίδημα και ο πόνος περιοριζόταν, επίσης αφαιρούσαν το κεντρί με μαχαίρι και καθάριζαν τη περιοχή με σαπούνι, επέθεταν κρύες κομπρέσες οι οποίες ανακούφιζαν. Σε τσιμπήματα από αράχνες καθάριζαν με άφθονο νερό και έκαναν κομπρέσες με ρακί, η οποία εμπόδιζε τη δημιουργία οιδήματος καθώς απολύμναινε το σημείο. (Ν. Κωστακόπουλος 1989).

Τα «ανεδράματα» τα οποία είναι αλλεργία του δέρματος, προερχόμενη από ερπετά ή έντομα, τα αντιμετώπιζαν με χαμομήλι ή δυόσμο με τα οποία έπλεναν το μέρος που είχε προσβληθεί. Για ανέδραμα χρησιμοποιούσαν και το «λιόκουρνο». Τεμάχιο ξύλου ελιάς, σε σχήμα σταυρού ή κύβου, δεμένο με κυανή κλωστή, βυθίζεται σε ποτήρι με νερό, ενώ συγχρόνως απαγγέλλεται προσευχή ή αφορκισμός. Το νερό αυτό πίνεται από τον πάσχοντα και εκείνος θεραπεύεται (Ι. Βολανάκης, 2003).

Στα ανεδράματα, αναφέρεται και η (Ε.Φραγκάκη,1978) η οποία λέει ότι για να τα αντιμετωπίσουν έριχναν ξίδι στο χώμα και με μαυρομάνικο μαχαίρι παίρνουν τον αφρό που σχηματίζεται και τον επιθέτουν στο ανέδραμα. Το ανέδραμα θεραπεύεται και με το λιόκουρνο κέρατο το οποίο έχει τις ρίζες του στον κερασφόρο όφι (φίδι) που υπήρχε κάποτε στην Κρήτη και τον εξολόθρευσε ο Άγιος Τίτος. Βάζουν το λιόκουρνο στο νερό και κάνει αφρό, το αφήνουν στα άστρα και στη συνέχεια πλένουν το ανάδραμα.

Σε δαγκώματα από φίδι, σκύλο, σκορπιό, και όχεντρα ο (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001), αναφέρει ότι έβαζαν ζοχό τον οποίο κοπάνιζαν και ψωμί με νερό ενώ συγχρόνως έλεγαν το τρισάγιο και το παρακάτω τροπάριο:

«Ανέθηκε Μωυσής επί στήλης άκον, φθοροποιού λιτίριον και ιοβόλου δήγματος και ξύλων τύπον σταυρού, τον προς γήν συρόμενων ο προσέδιδεν

ενκάρσιον εν τούτο θριαμβεύσας το ποίμα, άσωμεν, τω θεώ ημών, ότι δεδόξασθαι.»

Φύλλα φασκομηλιάς και δυόσμο κοπάνιζαν και τα έβραζαν και με το νερό έπλεναν το σημείο του τσιμπήματος. Σπανάκι το οποίο κοπάνιζαν έπιναν το ζουμί και το σπανάκι το έβαζαν στο κέντρωμα του σκορπιού. Τη ρίζα της φραγκοσυκιάς μπορούσαν να την βάλουν σε οποιοδήποτε τσίμπημα (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001).

Τα δήγματα από ζώα τα θεράπευαν και με γητειές. Αναφέρεται ενδεικτικά οι παρακάτω:

« Εις το όνομα του πατρός και του υιού και του αγίου πνεύματος, αμήν, αζαρουέ, ζάρα, τζαρά,, κάρη, ητζούτε, ήτοι ημνήτε, βουλούτε, ήτοι ημνήτε ζακλά, ηζαλούσε και φουκά, σιδεροπενταδάκτιλε σφαλίζο, χαλυνόνο σκορπίον και όφιν και όλα τα ιοβόλα της γης και το μικρόν σκουληκόπουλον εις την τρίπα να ψοφίσει. Πρόσταξε να μην σαλεύσι απεκεί ο μαντατοφόρος, έως να πει τα άνωθεν , και τότε πάρε χώμα από κάτωθεν του ποδός του μαντατοφόρου και βάλε το εις το νερό και ας πιεί ο μαντατοφόρος και ιάται ο πάσχον.»

Σε δάγκωμα σκύλου έβαζαν το ζουμί από το πεντάνευρο, καρύδια τα οποία πρώτα μασούσαν. Έκαναν επίσης και ένα μίγμα βοτάνων, το οποίο τους ανακούφιζε από τον πόνο και η πληγή δεν μολυνόταν, έβαζαν απήγανο, γάλα κρεμμυδιού τα πολτοποιούσαν και πρόσθεταν ξύδι (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001).

Ο πρακτικός γιατρός, σε δάγκωμα φιδιού, έπαιρνε νερό και έλεγε τις παρακάτω γητειές:

« Δαγινευτά και αγιτάς πονοπότος και ούτι πόρου, ο πόνος, ζάγμα νασβάωθ,» και έδινε στον πάσχοντα να πιει το νερό, ή αν δεν ήταν εκεί ο πάσχοντας το έδινε στον μαντατοφόρο.

« σάρα, σάρα, σάρα και τη σαρσάρι σαραπόρου πόρου και τη πόρου, πόρου ζωή μανία Σαβαώθ τον παρακεντούντα ούτος και τον πονούντα εν ύδωρ. Εις το όνομα του πατρός και του υιού και του αγίου πνεύματος, νυν και αεί και εις τους αιώνες αμήν.»

Έλεγαν λοιπόν τη γητεία, και στο δεξί πόδι ή χέρι του πάσχοντα έκαναν το σημείο του σταυρού και τρεις μετάνοιες προς την ανατολή και έλεγαν «ρεμπιέ, ουκαρούσα, σαναήλ, καναήλ, παράκλητε.» ακουμπούσαν το σημείο του σταυρού και έδιναν το νερό στον πάσχοντα και αμέσως σταματούσε το αίμα και ο πόνος.

Επίσης έβαζαν φύλλα ξινομηλιάς η οποία εμπόδιζε το σημείο να μολυνθεί. Άσπρο μέλι και γάλα, όπως και καρύδια με αλάτι και μέλι επέθεταν εκεί που τους δαγκώσει το φίδι, και το έπλεναν με ξύδι και σαπούνι (Ν. Παπαδογιαννάκης, 2001).

Σε δάγκωμα από σκύλο οι κρητικοί έλεγαν «σκύλος σ' εδάγκασε, βαλ' άπ' το μαλλί ντου». Κόβουν δύο τρίχες από τον σκύλο, τις καίνε και τη σκόνη που αφήνει το κάψιμο τη βάζουν στη πληγή από το δάγκωμα. Επίσης, οι τουρκόκρητες κοπάνιζαν σουρούρι (πρεσιπιτέ ρουζ- κόκκινο οξειδίου του υδραργύρου) έκαναν αλοιφή με λάδι και την επέθεταν. Όσον αφορά τα τσιμπήματα από σφήγκες, και σβούρους προσπαθούσαν να αφαιρέσουν το κεντρί και στη συνέχεια έβαζαν ένα μαχαίρι πάνω στο τσίμπημα από τη μεταλλική του πλευρά, ώστε να μη κάνει οίδημα. Επιπλέον, επέθεταν σκυόγαλο, ξύδι με χρώμα ή τα ούρα από τον πάσχοντα.

Άλλη θεραπεία που χρησιμοποιούσαν είναι η ίδια η σφήγκα την οποία πολτοποιούσαν και την επέθεταν πάνω στο τσίμπημα, με τον τρόπο αυτό υποχωρούσε το οίδημα (Ε.Φραγκάκη,1978).

Μία κατηγορία γλωσσικών καταδέσμων είναι εκείνη κατά την οποία «δένονται και χαλινόνονται το έχνη και τα μιάρá» δηλαδή η κατηγορία των καταδέσμων που εφαρμόζονται σε έντομα και ερπετά με δηλητηριώδη (γιατί ο Άι Τίτος ο κρητικός «τωσέ χάλασε το φαρμάκι»), που όμως δαγκώνοντας προκαλούν ανωμαλίες στον οργανισμό.

Ο όφις , η λιόχεντρα (έχιδνα ο αμμοδύτης), ο σκορπιός και το μυρμήγκι, οι αράχνες το λιακόνη, οι σφήγκες κ.α. όλα τα «δένει» η γητεία έκτος από το λιακόνη, που, «αν σε δαγκάσει από τη μπούκα γύρεψε γιατρό και ρούχα. Αν σε δαγκάσει από την ουρά καδελέτο και παπά»

Αναφέρουμε ενδεικτικά ορισμένους γλωσσικούς καταδέσμους:

1. Αποκλειστικά για το φίδι:

Φίδι φίδι ή μιαρό μου παράγγειλ' η κερά
Η μεγάλη Παναγιά, κι' Αϊ Τίτος κρητικός
Να'σαι φίλος κι' όχι οχτρός.
Να κοπανούνε τα λουριά σου
Και τα' ασημοκούλουρα σου
Μεσ' τη γη να πα χωστής
Κι' από κει να μην βγεις

2. Αϊ Γιάννη δισανέ, δισανέ και τρισανέ

Δένε και χαλίνωνε τα συρνούμενα τση γης
Τον όφι και την λιώχεντρα
Το σκορπιό και τη σκουλούπεντρα
Το λιακόνι, το μυρμήγκι
Και το μαύρο ρωγαλίδι που' ναι κάτ' άπ' το πλακίδι.

3. Αϊ Γιώργη κι' Αϊ Γιάννη κι άγιε Παντελεήμονα

Έλα Τίμιε Σταυρέ μου και Χριστέ μου κι' αληθινέ μου
Θεέ μου και χαλίνωνε τα συρνούμενα τση γης
Τη φαντού και τη μαντού, τη σαρανταποδαρού και το μυλίποδα
Ίσαμε να βγει ο ήλιος τρία κονταρόξυλα
Να σηκώσω τα παιδιά μου, να τινάξω τα σακιά ου
Και να πάω στη δουλεία μου.

4. Αϊ Γιάννη δισανέ, δισανέ και τρισανέ
τρεις άγγελιοι του Θεού την κερά παρακρατούν
Αϊ Κερά και Ρήγισσα, δέσε και χαλίνωσε
τον όφι και τη λιόχεντρα κι' όλα τα μιανά τση γης
Μη σηκωθού, μη λυγιστού, μούδε μη κατουρηθού
Ίσαμε να βγει ο ήλιος, να πχιασ' η γρα τη ρόκα της
Κι' ο γέρος το ραβδί του.

5. Το γήτεμα του δαγκώματος του σκορπιού γινόταν λέγοντας ο γητευτής:

Άγιε μου Μηνά τεσσαρανταδάκτυλε

Κι άγιε μου Γιώργη καβαλάρη,

Με σπαθί και με κοντάρι,

Δένω και καλικώνω.

Τα φίδια και τις οχέντρες

Τους σκορπιούς και τις φαλίδες,

Κι εδεκείνο το ρογάκι

Που ναι κάτω στο πλακάκι.

Δεν άφηναν όμως τον πάσχοντα στο έλεος του θεού. Παράλληλα με τους γλωσσικούς καταδέσμους χρησιμοποιούν και την εμπειρική ιατρική. Άλειφαν τα γυμνά μέρη του σώματος με χυμό από φιδόχορτο, δεν τους πλησίαζαν τα φίδια. Αν όμως τους δαγκώσει φίδι, δένουν το σημείο επάνω και κάτω, σκίζουν το δάγκωμα

με νυστέρι, εφαρμόζουν βεντούζα και «φεύγει το κακό αίμα». Στη συνέχεια πλένουν τη πληγή με κρασί ή ρακή και επιθέτουν σκόρδο κοπανισμένο. Την επόμενη μέρα βάζουν επουλωτική αλοιφή (Ε.Φραγκάκη,1978).

Αν δαγκωθεί ο άνθρωπος από λιακόνι, έλεγαν ότι πρέπει να «φουρνιστεί». Οι συγγενείς του παθόντος άναβαν τον φούρνο με πολλά ξερά αχινόποδια (ακανθόκλαδος) και μόλις γινόντουσαν στάχτη, έβαζαν τον πάσχοντα στο φούρνο έκλειναν την είσοδο του φούρνου και άφηναν τον άνθρωπο μέσα. Ο πάσχων έπρεπε να φοράει πλεκτή μάλλινη φανέλα, για να προκληθεί εφίδρωση. Ο τσόχος (σόγγος) που είναι αντίδοτο στο δηλητήριο του λιακονιού για τη γάτα, είναι ανίσχυρο για τον άνθρωπο. Η ρίζα του τρώγεται όταν δαγκωθεί ο άνθρωπος από σκορπιό ή επιθέεται σαν αλοιφή στα ανεδράματα από ερπετά.

Σε δήγμα από σκορπιό εφάρμοζαν, κατ' αρχήν το «ο τρώσας και ιάσεται». Έδεναν το σημείο που τους είχε δαγκώσει ο σκορπιός με ένα κορδόνι, στη συνέχεια «κοπάνιζαν» το σκορπιό και τον επέθεταν στη πληγή. Εάν δεν κατάφερναν να πιάσουν το σκορπιό, έβαζαν σκόρδο ή μασούσαν αντωναίδα και κατάπιναν το χυμό της ή όπως έχει αναφερθεί παραπάνω, επέθεταν τη ρίζα από τον τσόχο.

Το γάλα από τη συκιά και το να προκαλούν αιμορραγία, ώστε να φύγει το δηλητήριο, ήταν από τις πρώτες ενέργειες που έκαναν για να ελαττώσουν τον πόνο και για να μη δημιουργηθούν περαιτέρω επιπλοκές από το δηλητήριο. Όπως επίσης και το γάλα από πρόβατο ή κατσίκα ανακούφιζε τον πόνο. Έδεναν πιο πάνω από το σημείο που τους είχε δαγκώσει ο σκορπιός σφιχτά και άλειφαν με το γάλα (Ε.Φραγκάκη,1978).

5.3 ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΕΓΚΑΥΜΑΤΩΝ

Όσον αφορά τη παραδοσιακή αντιμετώπιση των εγκαυμάτων, η βιβλιογραφία αναφέρεται περισσότερο στην αντιμετώπιση με βότανα. Παρόλα αυτά, έχουν καταγραφεί κάποια πρακτικά «γιατρικά» τα οποία χρησιμοποιούσαν για να μειώσουν τον πόνο, να βοηθήσουν στην επούλωση του δέρματος και να αποφύγουν τις μολύνσεις.

Ο (Κ. Γερωνυμάκης, 2003) αναφέρει ότι έβαζαν πάνω στο κατεστραμμένο ιστό, νωπό δέρμα λαγού, και αν ήταν δυνατό ζεστό, όπως βγαίνει από τον λαγό. Επίσης έκαναν επάλειψη από κρούστα του γάλακτος.

Χρησιμοποιούσαν αλοιφή από πελτέ ντομάτας, διότι ανακούφιζε από τον πόνο. Έκαναν καταπλάσματα με ασπράδι αυγού πολύ αλάτι και βούτυρο (Σ. Μαρνιέρος 2003). Επίσης χρησιμοποιούσαν και οδοντόπαστα σε μικρότερου βαθμού εγκαύματα, η οποία ανακούφιζε και επικρατούσε η άποψη ότι επουλωνόταν το έγκαυμα. Όμως, υπήρχε ο κίνδυνος να ερεθίσει περισσότερο το έγκαυμα. Η λεγόμενη κεραλοιφή, την οποία κατασκεύαζαν από το κερί της μέλισσας, το οποίο έβραζαν με λάδι, ήταν πολύ αποτελεσματική για το δέρμα, διότι το έγκαυμα επουλωνόταν ομοιόμορφα. Τη κεραλοιφή τη χρησιμοποιούν ακόμα σε ορισμένα χωριά της Κρήτης.

Για άμεση ανακούφιση μετά από ένα έγκαυμα, οι «πρακτικοί γιατροί», συνήθιζαν να αλείφουν το σημείο με λάδι ή να βουτούν το πάσχων μέλος σε λάδι στην περίπτωση όπου ο πόνος ήταν ανυπόφορος και δεν μπορούσαν να το αλείψουν. Αμέσως μετά, έβαζαν στη περιοχή άφθονο μαγειρικό αλάτι, το οποίο φυσικά έμενε στο δέρμα λόγω του λαδιού. Το αποτέλεσμα ήταν άμεσο, διότι το καμένο σημείο άρχιζε να δροσίζεται. Μετά από περίπου μισή ώρα άρχιζε να επέρχεται η πλήρη ίαση και σε πολλές περιπτώσεις αργότερα δεν υπήρχε τσούξιμο (Σ. Μαρνιέρος 2003).

Σε εγκαύματα πρώτου βαθμού, ένα από τα πολλά φυσικά υλικά που χρησιμοποιούσαν οι εμπειρικοί γιατροί, και στόχος τους πάντα ήταν να ανακουφίσουν από τον πόνο και να εμποδίσουν τη δημιουργία φουσκάλας, ήταν η πατάτα.

Έκοβαν μία ωμή πατάτα στη μέση και την «πέρναγαν» απαλά πάνω στο δέρμα ή την έδεναν με ένα πανί και την άφηναν μερικές ώρες.

Για τον ίδιο λόγο την ανακούφιση από το κάψιμο, έφτιαχναν ένα κατάπλασμα από πεπόνι, το οποίο επέθεταν στη πληγή και μόλις το κατάπλασμα ζεσταινόταν ανανέωναν με φρέσκο δροσερό πεπόνι. Το πεπόνι είναι καλή πηγή βιταμίνης Α,

έχει επουλωτικές ιδιότητες, ενώ παράλληλα δροσίζει την περιοχή και η φλόγωση υποχωρεί.

Επίσης, στα εγκαύματα πρώτου βαθμού έβραζαν ασπράδι από αυγό. Χτυπούσαν το ασπράδι ενός αυγού σε σφιχτή μαρέγκα και το άπλωναν στο σημείο του εγκαύματος. Ο πόνος και η ενόχληση υποχωρούσαν αμέσως (Κ. Γερωνυμάκης, 2003).

Η λάσπη και ο χυμός από ντομάτα ήταν δύο υλικά τα οποία τα χρησιμοποιούσαν για να «δροσίσουν» τη περιοχή του εγκαύματος. Ιδιαίτερα επουλωτικό θεωρούσαν το «αρκουδόβατο» το οποίο έβραζαν και άλειφαν το σημείο, όπως επίσης και λάδι από λεβάντα, πλατύφυλλο αδιάλυτο το οποίο επέθεταν δύο με τρεις φορές την ημέρα μέχρι να εξαφανιστεί η πληγή από το έγκαυμα.

Οι παραδοσιακοί θεραπευτές γνώριζαν και χρησιμοποιούσαν τις θεραπευτικές ιδιότητες των τροφών, των βοτάνων υλικά που δίνει η ίδια η φύση. Ένα «γιατρικό» που εφάρμοζαν για τα καψίματα ήταν το βρασμένο γάλα, το οποίο πρώτα το άφηναν να κρυώσει και στη συνέχεια έκαναν κομπρέσες ή εμβάπτιζαν το μέλος που είχε το έγκαυμα. Επίσης κομπρέσες έκαναν και με ρετσινόλαδο, που το είχαν σαν είδος πρώτης ανάγκης για πληγές αρκεί να ήταν καλής ποιότητας, (από αυτό που πίνεται), αλλά ακόμα και σκόνη από αποξηραμένες φλούδες ροδιού πάνω στο κάψιμο βοηθούν στην επούλωση (Σ. Μαρνιέρος 2003).

Ο (Ν. Παπαδογιαννάκης 2001) στο κρητικό ιατροσόφιο του 19^{ου} αιώνα αναφέρει ότι για τα εγκαύματα έφτιαχναν ένα μίγμα με ασβέστη και λάδι, το οποίο άφηναν επάνω στο έγκαυμα και το ανανέωναν μόλις το απορροφούσε. Επίσης, έκαιγαν το κόκκαλο ενός περιστεριού, και τη στάχτη του την χρησιμοποιούσαν για τα εγκαύματα.

Τα φύλλα του πλατάνου κοπάνιζαν με πρόβιο ξύγκι και το μίγμα το έβραζαν στο έγκαυμα. Τα φύλλα του πλατάνου όπως και της «αγριοκαυκαλίδας» (άγριο τορδύλιον) τα θεωρούσαν ιδιαίτερα επουλωτικά για το έγκαυμα.

Ένα είδος καταπλάσματος για καλύτερη επούλωση και με αντιμικροβιακές ιδιότητες έφτιαχναν επίσης, με τα περιττώματα από τα περιστέρια και τα φύλλα της μερσίνης τα οποία κοπάνιζαν και το υγρό που έμενε ένωσαν με ασπράδι αυγού,

αυτό το μίγμα το έβαζαν πάνω στο μέλος με το έγκαυμα και το ανανέωναν κάθε μία ώρα περίπου.

Μια αλοιφή που ήξεραν λίγοι, όπως αναφέρει ο (Ν. Παπαδογιαννάκης 2001) ήταν η εξής: «1 δράμιον κάμφορα, 10 δράμια άσπρον κερι, ροδόλαδον και το κερι να λιώσει, όταν λιώσει το κερι ρίχνουμε το πλαγέτο τριμμένο με την κάμφορα, μόλις το κατεβάσεις από τη φωτιά η αλοιφή είναι έτοιμη.»

Επιπρόσθετα, χρησιμοποιούσαν τη «τσίπα από το γάλα» όπου άλειφαν τη πληγή από το έγκαυμα και στο τέλος κοπάνιζαν παξιμάδι και το άφηναν επάνω, τη γλώσσα από αρνί και αμάραντο. Τα φύλλα της μυρτιάς τα κοπάνιζαν και το ζωμό τον ένωσαν με λάδι, το μίγμα το άφηναν στον ήλιο μέχρι το χρώμα του να είναι καθαρό, διαυγές, στη συνέχεια κοπάνιζαν κυπαρισσόφυλλα και κύπεριν τα ανακάτευαν και τα άφηναν και αυτά στον ήλιο για τρεις μέρες και άλειφαν τη πληγή.

Επίσης, έπλεναν την πληγή από το κάψιμο με φύλλα ακονιζέας τα οποία έβραζαν πρώτα. Πολύ αποτελεσματικό φάρμακο θεωρούσαν τις ρίζες της «ακολίας» (αγριοαγγινάρα) τις οποίες κοπάνιζαν και με το ζωμό της έπλεναν το μέλος με το έγκαυμα ο ασθενής αμέσως ανακουφιζόταν.

Τέλος, όπως αναφέρει ο (Ν. Κωστόπουλος 1989) στα εγκαύματα χρησιμοποιούσαν συχνά κρύα επιθέματα, καθώς επίσης βαζελίνη και λάδι όπου έκαναν επαλείψεις στο έγκαυμα. Σε ηλιακά εγκαύματα έβαζαν τον ασθενή σε δροσερό μέρος και του έδιναν να πιεί αρκετό νερό.

Επίσης, έκαναν επαλείψεις με λάδι, γιαούρτι και κρύο γάλα ώστε να ανακουφίσουν τον πάσχοντα από το αίσθημα του καψίματος, ενώ συχνά χρησιμοποιούσαν και κομπρέσες με σοδόνηρο (2 κουταλάκια σόδας σε ¼ κιλού νερό) ιδιαίτερα ανακουφιστικό για τον πάσχοντα και επουλωτικό για το δέρμα. Σε χημικά εγκαύματα έπλεναν καλά τη περιοχή με άφθονο νερό ώστε να απομακρυνθεί η ουσία και στη συνέχεια τοποθετούσαν επιθέματα σόδας ή μαγνησίας. Επίσης το πράσινο σαπούνι σε συνδυασμό με πλύσιμο με χλιαρό αφέψημα από χαμομήλι βοηθούσαν πολύ στην επούλωση και προστασία του εγκαύματος. Τέλος κάλυπταν το μέλος με καθαρό ύφασμα και επαναλάμβαναν το καθαρισμό καθημερινά.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

ΤΑ ΒΟΤΑΝΑ ΚΑΙ ΟΙ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥΣ

Τα βότανα – μια αδιάσπαστη συνέχεια

Πρόκειται για μια πανάρχαια ιστορία, που ξεκινά ήδη από τον πρωτόγονο άνθρωπο, ο οποίος εμπειρικά συνδύασε τη χρήση διαφόρων φυτών με συγκεκριμένες επιπτώσεις στον οργανισμό του. Ήδη στα μυθολογικά χρόνια ο Κένταυρος Χείρων, θεραπευτής και δάσκαλος θεραπευτών, γνωρίζει πλήθος βοτάνων για κάθε χρήση. Σε βότανα αναφέρεται και ο Όμηρος, μερικά των οποίων περιγράφει, άλλα απλώς κατονομάζει, ενώ δε παραλείπει να κάνει αναφορές στη δράση τους. Ενδιαφέρον είναι ακόμα ότι μιλά για γυναίκες που είχαν άριστη γνώση των βοτάνων.



Στα ιστορικά χρόνια, όλοι οι αρχαίοι γιατροί χρησιμοποιούν το απέραντο οπλοστάσιο που έχει θέσει η φύση στη διάθεσή τους, πολλοί γράφουν γι' αυτά. Ο

Ιπποκράτης, ο Διοκλής ο Καρύστιος, ο Κρατεύας ο ριζοτόμος, ο Διοσκουρίδης και ο πολυγραφότατος Κλαύδιος Γαληνός έχουν διασώσει τις επίσημες, αλλά και τις λαϊκές γνώσεις της εποχής τους για τα βότανα στα έργα τους. Και γνωρίζουν πολλά για αυτά, όχι μόνο την κατανάλωση των βοτάνων ωμών ή επεξεργασμένων, λειοτριβημένων, αποξηραμένων, κονιοποιημένων, σε αφέψημα κτλ. Γνωρίζουν τοπικές εφαρμογές, χορήγηση σε επιθέματα ή αλοιφές, σε υπόθετα, ή σε υποκαπνισμούς. Γνωρίζουν διάφορα ισοδύναμα βότανα, που μπορούν να χορηγούνται εναλλακτικά, αλλά και να συνθέτουν διάφορους συνδυασμούς. Πρόκειται λοιπόν για πολύπλοκα σκευάσματα, που προϋπέθεταν όχι μόνο μια πλούσια χλωρίδα, αλλά και καλή της γνώση, τη χρησιμοποίηση μη φυτικών ουσιών, διάφορες γνώσεις φαρμακοτεχνικής κ.λπ. αυτό πέρα από τη γνώση των ιδιοτήτων και ενδείξεων κάθε ενός βοτάνου χωριστά.

Μια συστηματική και ενδιαφέρουσα μελέτη για τα φάρμακα του Ιπποκράτη έγινε στα 1824 στη Γερμανία από τον Dierbach. Η μελέτη, καμωμένη με τη γνωστή γερμανική μεθοδικότητα, παραμένει κλασική. Τα φάρμακα ταξινομούνται ανάλογα με τη φύση τους, διευκρινίζονται οι δράσεις και οι μορφές υπό τις οποίες χορηγούνται και, όπου είναι δυνατόν, συγκρίνονται προς τα νεότερα φαρμακογνωστικά δεδομένα. Ο Διοκλής (4^{ος} αιώνας π.Χ) θεωρήθηκε ο Ιπποκράτης της εποχής του, και έγραψε το αρχαιότερο ίσως βιβλίο για βότανα. Από τα Ριζοτομικά του Κρατεύα σώζονται μόνο αποσπάσματα στα έργα άλλων συγγραφέων. Το βιβλίο που έπαιξε τον πιο σημαντικό ρόλο στη διάδοση των γνώσεων για τα βότανα είναι το βιβλίο του Διοσκουρίδη " Περί ύλης Ιατρικής ".

Ο Διοσκουρίδης από τα Ανάζαρβα, περιώνυμος γιατρός της αρχαιότητας, έζησε επί αυτοκράτορος Νέρωνος. Το σύγγραμμα του Διοσκουρίδη ευτύχησε να γνωρίσει, λόγω ενδιαφέροντος θέματος και του πλούτου των πληροφοριών, μεγάλη κυκλοφορία σε όλον τον τότε κόσμο και να μεταφραστεί, τόσο στη Λατινική γλώσσα, όσο και στην Αραβική. Με αυτόν τον τρόπο επηρέασε την ιατρική σε Ανατολή και Δύση. Η διάδοση του βέβαια ήταν πολύ μεγαλύτερα με την διάδοση της τυπογραφίας.

Το σύγγραμμα του Διοσκουρίδη, εκτός από πηγή της επιστημονικής ιατρικής ήταν και ο κύριος τροφοδότης γνώσεων και πληροφοριών και για τους λαϊκούς θεραπευτές. Από αυτό κυρίως τροφοδοτήθηκαν τα ιατροσόφια, τα χειρόγραφα βιβλία που επί αιώνες αποτέλεσαν το βοήθημα των εμπειρικών που ασκούσαν ιατρική. Βεβαίως, δεν ήταν μικρή η επίδραση των βιβλίων και των άλλων ιατρών, ιδιαίτερος σημαντική ήταν η συμβολή του Γαληνού, με ολόκληρη σειρά βιβλίων με τον τίτλο " Περί της των απλών φαρμάκων κράσεως και δυνάμεως " , στα οποία εξετάζει όχι μόνο όλα τα βότανα, αλλά και τα ανόργανα υλικά.

Είναι ενδιαφέρον, ότι οι λαϊκοί θεραπευτές χρησιμοποιούσαν τα ίδια εκείνα βότανα τα οποία και οι αρχαίοι ιατροί περιγράφουν. Εδώ ο Γαληνός αναφέρει για βότανα με στυπτικές ιδιότητες και για την δυνατότητα που έχουν το κατάπλασμα

των φύλλων τους να συγκολλά τις επιφάνειες τραυμάτων. *'' Τραύματα ουν τα μέγιστα καταπλαττομένη κολλά ''*

Η Πανάκεια ήταν ανθρωπόμορφη δευτερεύουσα θεότητα της ελληνικής μυθολογίας, συνυφασμένη με την έννοια της θεραπείας (ή βοτανολογίας) επί πάσας νόσου. Φέρεται ως κόρη του Ασκληπιού και της Ηπιόνης αδελφή της θεάς Υγείας. Λατρευόταν κυρίως στον Ωρωπό Αττικής, στην Κάλυμνο, στην Κω κ.α.. Η μορφή της παρίσταται και στο Ασκληπιείο Αθηνών. Επειδή θεωρείτο ως θεά ικανή να θεραπεύει κάθε νόσο, το όνομά της διαδόθηκε γρήγορα σε όλες τις ελληνικές πόλεις, ειδικότερα σε φάρμακα ικανά να θεραπεύουν αν όχι όλες τις νόσους τουλάχιστον τις περισσότερες αυτών. «Πανάκεια» ονομάζεται είδος βοτάνου. Κατά τον λεξικογράφο Ησύχιο «την πόα ταύτην και πάνακα και πανάκην προσαγορεύουσι», ενώ με το όνομα «Πάνακες» φέρονται διάφορα βότανα όντως θεραπευτικά μεταξύ των οποίων ο οποπάναξ για επούλωση πληγών και ως αντιόβολικό (κατά δηγμάτων φιδιών) καθώς και τέσσερα που αριθμεί ο αριστοτελικός Θεόφραστος το ασκληπιείο, το ηράκλειο (Οποπάναξ ο ανατολικός), Οποπάναξ ο Συριακός και το χειρώνιο (γνωστό ως ηλιάνθεμο).

Είναι πράγματι εκπληκτικό αν σκεφτεί κανείς ότι υπάρχουν φυτά που περιέχουν ένα ή και περισσότερα δραστικά στοιχεία, τα οποία έχουν την ικανότητα, να προλαμβάνουν, να ανακουφίζουν ή και να θεραπεύουν ασθένειες. Τι ήταν άραγε αυτό που οδήγησε τους ανθρώπους στην ανακάλυψη αυτών των φυτών; Οποιαδήποτε και αν είναι η αλήθεια, είναι γεγονός ότι τα φαρμακευτικά φυτά κατέχουν ιδιαίτερα θέση ανάμεσα στους ανθρώπους όλων των λαών και όλων των εποχών. Σε όλο τον κόσμο, από την αρχαιότητα μέχρι την σύγχρονη εποχή, διαφορετικές κουλτούρες έχουν ανακαλύψει πολλά κοινά σημεία όπως και ποικίλες χρήσεις για βότανα και αιθέρια έλαια. Οι μύθοι, οι θρύλοι, η παράδοση και η ιατρική αντικατοπτρίζουν αυτές τις γνώσεις. Η χρησιμοποίηση των φαρμακευτικών φυτών συνεχίστηκε από τότε να μεταδίδεται από γενιά σε γενιά για να φθάσουμε στο σήμερα, όπου η επιστήμη βρήκε και προσπαθεί να βρει κι άλλα φυτά για τη χρησιμοποίηση τους τόσο στις βιομηχανίες καλλυντικών και τροφίμων, όσο και στην παρασκευή φαρμάκων.

Είναι γνωστό πως ο άνθρωπος αναζήτησε από την αρχαιότητα φάρμακα στη φύση.

Πολλοί είναι οι μύθοι που μας λένε πως επιστράτευσαν το οπλοστάσιο της φύσης για να περιποιηθούν τις πληγές των πολεμιστών.

Ένας μύθος λέει πως η Αφροδίτη έτρεξε στην Κρήτη και έκοψε δίκταμο για να γιατρέψει το λαβωμένο Αινεία.

Οι γνώσεις μας για τα βότανα της κλασικής εποχής είναι αρκετές για να κατανοήσουμε το ρόλο τους στην ιατρική και τη διατροφή. Άλλωστε οι γιατροί της αρχαιότητας αναφέρουν πολύ συχνά τους τρόπους χρήσης των φυτών. Αν οι άνθρωποι ζούσαν σωστά και τρέφονταν σωστά, τότε δεν θα υπήρχε η ιατρική, επειδή δεν θα υπήρχαν αρρώστιες όπως έλεγε ο Ιπποκράτης.

Ο Ιπποκράτης, ο πατέρας της ιατρικής, κατέγραψε περίπου 400 είδη βοτάνων που η χρήση τους ήταν γνωστή κατά τον 5ο αιώνα π.Χ. Και αναφέρθηκε στις

θεραπευτικές τους ιδιότητες. Πίστευε πως ο γλυκάνισος σταματούσε το φτέρνισμα, το θυμάρι ήταν αποχρεμπτικό, η μέντα σταματούσε τον εμετό, η μαντζουράνα και η θρύμπα περιόριζαν την έκκριση της χολής.

Ο Θεόφραστος στο έργο του "Περί φυτών ιστορίας" πλουτίζει τις γνώσεις μας για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες. Ακολουθώντας το Μέγα Αλέξανδρο κατέγραψε σημαντικό αριθμό φυτών σε χώρες γύρω από την ανατολική Μεσόγειο πριν προχωρήσουν στα ενδότερα.

Ο κυριότερος εκπρόσωπος της βοτανολογίας, ο Διοσκουρίδης, στο έργο του "Περί ιατρικής" αναφέρει 500 είδη φυτών, 40 απ' τα οποία είναι γνωστά και σήμερα.

Στη Βυζαντινή εποχή σε συγγράμματα συναντάμε πολλά απ' τα σημερινά βότανα όπως τη μολόχα, το κόλιανδρο, το κάρδαμο και άλλα.

Γεγονός που φανερώνει την καθημερινή χρήση τους, ήταν η εμφάνιση της Αγίας Αναστασίας, που εικονίζεται συχνά στη βυζαντινή τέχνη με μπουκαλάκια φαρμάκων και βότανα στο χέρι. Ονομάστηκε φαρμακολύτρα, αυτή που σώζει με φάρμακα τους ανθρώπους, αφού έτρεχε στις φυλακές όπου υπήρχαν Χριστιανοί φυλακισμένοι και θεράπευε τις πληγές τους με βότανα και φάρμακα. Στην Ελλάδα θεωρείται Αγία-γιατρός και αγία των βοτάνων.

Στην Κρήτη διασώζεται μέχρι και σήμερα συνταγή λουτροθεραπείας γνωστή ως το "Σαραντοβότανο". Είναι ένα μείγμα βοτάνων της κρητικής χλωρίδας που η παράδοση το θέλει πολύ αποτελεσματικό για την αποκατάσταση της υγείας. Η συνταγή αυτή διασώθηκε γιατί η ποιητική μορφή της βοηθούσε στην αποστήθιση της και απ' αυτούς που δεν ήξεραν να διαβάζουν.

Σαραντοβότανο

"Σαν την υγεία σου έχασες και θες να την κερδίσεις
μόνο με βότανα της γης θα την ξαναποκτήσεις.
Φύλλα κитροπορτοκαλιάς κι άρωμ' από λεμόνι,
Ανερατζά, μανταρινιά, ξαρρωστικό κυδώνι.
Μάζωξε απ' τσι ποταμούς, τα' ακονιζάς τα χνάρια,
βάτο και τσάι του βουνού και τα' αμπιστιάς κλωνάρια.
Μάζωξε έρωντα πολύ απ' τα βουνά τση Κρήτης
Και σφάκα την πικραδερή, δάφνες, μυρτιές να βρίσκεις.
Θύμο, κισό κι αγκαραθιά και αγκαθαστιβίδα,
τη μυρωδιά βασιλικού, φασκομηλιά και θρύμπα.
Μέντα και δεντρολίβανο, όπου μοσχομυρίζει,
Το λένε και αρισμαρί που την υγεία χαρίζει.

Πάρε τα γιασεμόφυλλα, τη ροδαρά με τ' άνθη,
Γαρεφαλόβιολες πολλές και γαρεφάλου άνθη.
Απήγανο και βάρσαμο τση γης το χαμομήλι,
Τη μυριστή αμπερόριζα που δένουν στο μαντήλι.
Πάρε το κοκκινόχαρτο, βάλε και κουτσουνάδα,
Που κάνουν κοκκινόλαδο στου ήλιου την πυράδα.
Φύλλα συκιάς κι αμυγδαλιάς και φύλλα μαντζουράνας,
Φλισκούνι που μοσκοβολά σαν κόρφος κάθε μάνας.
Το μαϊντανό, το σέλινο και την αντωναίδα,
τ' αγούδουρα, τ' αγλακιχτού τον κλάδο και τα φύλλα.
Σαράντα είναι όλα. Βράσε τα και γέμισε μια σκάφη
Και διώξε απ' το κορμάκι σου τσι πόνους και τα πάθη."

Βότανα για την ανακούφιση των δειγμάτων

Μολόχα: Ανήκει στην οικογένεια των Μαλαχιδών. Ο χυμός της θεραπεύει από τα τσιμπήματα της μέλισσας ή της σφήκας.



Ηλιάνθεμο : Ανήκει στην οικογένεια των Κιστιδών. Χρησιμοποιείται σαν θεραπευτικό βότανο για την ανακούφιση των δειγμάτων.



Μελισσόχορτο : Το μελισσόχορτο ήταν αφιερωμένο στη θεά Άρτεμις. Οι αρχαίοι Έλληνες το χρησιμοποιούσαν στην ιατρική 2000 χρόνια πριν. Ο Διοσκουρίδης το είχε ως φάρμακο για το δάγκωμα σκορπιού. Στην Ευρώπη του μεσαίωνα, το χρησιμοποιούσαν ενάντια στις πληγές και τα δαγκώματα λυσσασμένων σκύλων.



Καλέντουλα : Το καλύτερο βότανο για τις πληγές του δέρματος, τοπικά δερματικά προβλήματα, για την ίαση των οποίων ο οργανισμός πρέπει να αναπλάσει καινούργιους ιστούς. Κατάλληλη σε εγκαύματα. Το **βάμμα** της χρησιμοποιείται σε επιθέματα για πληγές και για τα δήγματα ζώων.



Λυναριά : Χρησιμοποιείται ως κατάπλασμα σε δαγκώματα.

Αγριμόνιο :

Το αγριμόνιο είναι στυπτικό χρησιμοποιείται για την ανακούφιση των δηγμάτων

και επολωτικό των πληγών.



ΔΥΟΣΜΟΣ

Το αρωματικό φυτό ανήκει στο γένος μέντα. Το δυοσμέλαιο περιέχει ως δραστικό συστατικό την καρβόνη σε ποσοστό 50%. Στη φαρμακευτική χρησιμοποιείται το βάμμα του ως άριστη θεραπεία για την ανακούφιση των δηγμάτων.



Θυμάρι:

Έχει αντιμικροβιακή δράση και χρησιμοποιείται στην παρασκευή αλοιφών κατά των βακτηρίων των πληγών και των δηγμάτων.



Καρυδιά: Χρησιμοποιείται επίσης για εξωτερικές πλύσεις τραυμάτων και τη θεραπεία των δερματικών φλυκταινών. Τα φρέσκα φύλλα διώχνουν τα έντομα και προπαντός τους κοριούς.

Φασκόμηλο: Στην αρχαιότητα οι πρόγονοί μας το χρησιμοποιούσαν σαν πολυφάρμακο και έχει εκθειαστεί από τον Ιπποκράτη, τον Διοσκουρίδη τον Γαληνό και τον Αέτιο. Οι Λατίνοι το θεωρούσαν ιερό φυτό και το χρησιμοποιούσαν σε τελετές. Ήταν το φυτό της αθανασίας.



Σκόρδο:

Στην Αίγυπτο είναι γνωστό εδώ και 5.000 χρόνια και το θεωρούσαν ιερό. Είναι γνωστό ότι οι εργάτες που έχτισαν τις πυραμίδες έπαιρναν το πρωί μια σκελίδα σκόρδο σαν τονωτικό και αντισηπτικό. Στην αρχαία Ελλάδα οι αθλητές έτρωγαν σκόρδο σαν τονωτικό πριν τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Πολλοί πολιτισμοί το εκτίμησαν για τις θεραπευτικές του ιδιότητες και έχουν γραφεί πολλά σχετικά, βοηθά σε μια μεγάλη γκάμα παθήσεων. Παλαιότερα έφτιαχναν μια αλοιφή φτιαγμένη από κοπανισμένο σκόρδο, ζυμωμένο με βαζελίνη ή λίπος και λάδι, γνωστή σα "μουστάρδα του διαβόλου", πολύ αποτελεσματική για τα δήγματα και τα πρηξίματα που δεν συνοδεύονται από μελανιές.



Μέντα: Στην αρχαιότητα ήταν σε ευρεία χρήση αλλά δεν της αποδίδονταν πάντα οι ίδιες θεραπευτικές ιδιότητες. Ο Ιπποκράτης δεν θεωρούσε ότι έχει

καταπραϋντικές ικανότητες, ενώ αντίθετα ο Γαληνός τη συνιστούσε για αυτήν ακριβώς την ιδιότητά της, όπως άλλωστε και ο Πλίνιος, ο οποίος μάλιστα πίστευε ότι είναι και αναισθητικό.



Αγγελική : Το βότανο αυτό λέγεται ότι ονομάστηκε έτσι επειδή ένας άγγελος παρουσιάστηκε κάποτε σ' ένα μοναχό και του αποκάλυψε τις φαρμακευτικές του ιδιότητες αφού όπως του είπε θεράπευε την πανούκλα. Από τότε πίστευαν πως η αγγελική προστάτευε από το κακό και τις λοιμώδεις νόσους.

Ο Καλπέπερ το συνιστούσε σε διάφορες παθήσεις από το δάγκωμα σκύλου.



Απήγανος: Ήταν φημισμένος σαν αντίδοτο στα δαγκώματα των φιδιών και άλλων δηλητηριάσεων.



Άλλα βότανα που βοηθάμε στην ανακούφιση από τα δήγματα ζώων και ερπετών είναι η καρδιά, το κρεμμύδι, η λεβάντα, ο μαϊντανός, όπως και η μέντα.

Βότανα για τα εγκαύματα

Κρεμμύδι: Το κρεμμύδι από την αρχαιότητα, θεωρούνταν ότι έχει ιδιότητες για την πρόληψη και θεραπεία ασθενειών, ήταν για τον Ιπποκράτη ένα από τα βασικά του θεραπευτικά όπλα. Κοπανισμένο είναι ένα από τα καλύτερα γιατρικά για τα ελαφρά εγκαύματα.



Θυμαρί: Γνωστό για τις πάρα πολλές θεραπευτικές του ιδιότητες. Έχει αντισηπτικές και αναισθητικές ιδιότητες, κοπανισμένο βοηθάει στην καταπράυνση του πόνου στα εγκαύματα. Διαλύματα θυμαριού με σαπούνι χρησιμοποιούσαν οι χειρουργοί για την απολύμανση των χεριών.



Πατάτα: Παλαιότερα τοποθετούσαν την πατάτα σε περιοχές του σώματος όπου είχε υποστεί ελαφρά εγκαύματα βοηθώντας σημαντικά στην μείωση του πόνου και περιορίζοντας την ερυθρότητα.



Λάχανο: Η αξιόλογη θεραπευτική αξία του κοινού λάχανου είναι αρκετά γνωστή για πολλές παθήσεις, μια από αυτές είναι για τα εγκαύματα όπου βοηθά πολύ στη πάσχουσα περιοχή.



Κολοκύθα: το κατάπλασμα που φτιάχνεται από το κολοκύθι έχει μαλακτικές ιδιότητες κατά των εγκαυμάτων 1^{ου} βαθμού.



Βάλσαμο: Φαρμακευτικό φυτό με αξιόλογες ιδιότητες. Το υπερίκιο ή βαλσαμόχορτο απασχόλησε τη θεραπευτική από την αρχαιότητα, ο Γαληνός και ο Διοσκουρίδης το αναφέρουν σαν διουρητικό, επουλωτικό, εμμηναγωγό, αιμοστατικό. Στην αρχαιότητα το χρησιμοποιούσαν σαν επουλωτικό στις πληγές που γινόντουσαν από τα σπαθιά και χρησιμοποιούνταν και στα εγκαύματα.



Αλόη: Οι αρχαίοι Έλληνες τη χρησιμοποιούσαν για να θεραπεύσουν τις ασθένειες της επιδερμίδας. Ο λαός χρησιμοποιεί την αλόη τη γνήσια για την περιποίηση εγκαυμάτων της επιδερμίδας από φωτιά ή ήλιο, τα δήγματα από μέλισσες και από άλλα έντομα, τα κοψίματα και τσιμπήματα από μέδουσες της θάλασσας. Γενικά

αποκαλείται φυτό για τα εγκαύματα, χρησιμοποιείται κόβοντας ένα ώριμο φύλλο από το φυτό, ξεφλουδίζοντας το για να βγει η ζελατίνη και τοποθετείται πάνω στο έγκαυμα.

Το 1930 Αμερικανοί γιατροί ανακάλυψαν ότι η ζελατίνη της αλόης μπορούσε να θεραπεύσει εγκαύματα που προκαλούσαν οι ακτίνες Χ.



Επίσης για την καταπράυνση του πόνου και την ανακούφιση της φλεγμονής των εγκαυμάτων χρησιμοποιούνται και άλλα βότανα όπως ο πλάτανος, ο ευκάλυπτος, η λεβάντα, και η καλέντουλα.

Βότανα για τα τραύματα

Δίκταμο: Ο δίκταμος (*Origanum dictamnus*) ή δίκταμο της Κρήτης, με τα γκριζοπράσινα, χνουδωτά φύλλα, το οποίο πολλοί βράζουν και πίνουν αντί για τσάι. Εκτός από εξαιρετικό αφέψημα, το δίκταμο έχει και θεραπευτικές ιδιότητες. Είναι αντισηπτικό, επουλωτικό τραυμάτων, καταπραϋντικό του πεπτικού συστήματος. Ο Διοσκουρίδης αναφέρει ότι στην Κρήτη όταν οι Κρητικοί τόξευαν τα άγρια κασίκια και δεν κατάφεραν να τα σκοτώσουν αλλά τα πλήγωναν, αυτά μασούσαν δίκταμο για να γλείψουν στη συνέχεια τις πληγές τους και έτσι να θεραπευθούν.



Βίνκα: λέγεται και Μυρτιά της Μαδαγασκάρης, εκτός από καλλωπιστικό φυτό, είναι και ένα βότανο που χρησιμοποιείται στη φαρμακευτική για την αιμοστατική και αντισηπτική του δράση.



Βιόλα ή πανσές: Τα άνθη του είναι πολύ αρωματικά και τα χρησιμοποιούν στην αρωματοποιία, την ποτοποιία και στη φαρμακευτική. Η ρίζα του είναι επίσης χρήσιμη στην φαρμακευτική καθώς και τα σπέρματά του γιατί περιέχουν μια αλκαλοειδή ουσία, την ιονίνη η οποία βοηθά στη γρηγορότερη επούλωση των τραυμάτων.



Αγριμονία : Το όνομα της σημαίνει "καταρράκτης" γιατί πίστευαν πως είχε ιδιαίτερες θεραπευτικές ιδιότητες για τις παθήσεις των ματιών. Οι Αγγλοσάξωνες πίστευαν ότι προστάτευε απ' τα στοιχειά και απ' το κακό και το χρησιμοποιούσαν για τη θεραπεία των μυρμηγκιών και των δαγκωμάτων των φιδιών. Οι μοναχοί το καλλιεργούσαν γιατί θεράπευε το στομαχόπονο και τα ανοιχτά τραύματα. Το 19ο αιώνα θεωρούνταν πολύτιμο υποκατάστατο του ακριβού τσαγιού ή το πρόσθεταν σ' αυτό για να του δώσουν ένα λεπτό άρωμα.



Αχιλλεία: Άλλες ονομασίες αχιλλέα, αχίλλειος, χιλίοφυλλη, χιλίοφυλλο, αγριαψιθιά. Το όνομα της προέρχεται από τον Αχιλλέα που χρησιμοποιούσε αυτό το βότανο για να γιατρέψει τα τραύματα των στρατιωτών. Μ' αυτό είχε γιατρέψει και τον πληγωμένο Τήλεφο. Θεωρούνταν ιερό φυτό. Η αχιλλεία είναι αποτελεσματικό φάρμακο για τις πληγές που έγιναν από ατσάλι. Γι αυτό, αργότερα, ο Διοσκουρίδης τη χρησιμοποιούσε για αιμοστατικό. Στην Ελλάδα υπάρχουν 24 αυτοφυή είδη με το όνομα αχιλλεία, που είναι κοινώς γνωστά ως χιλίοφυλλα ή αγριαψυθιές.



Θυμαρί: Έχει αντισηπτικές και αναισθητικές ιδιότητες και μια ποικιλία του, η *Thymus Herba-barona* έχει άρωμα όμοιο με αυτό του κύμινου. Διαλύματα θυμαριού με σαπούνι χρησιμοποιούσαν οι χειρουργοί για την απολύμανση τών χεριών.

Χρησιμοποιούνται κυρίως τα αποξηραμένα φύλλα του, τα οποία έχουν καφεπράσινο χρώμα, καθώς και τα άνθη του.



Αρνίκα: Εξωτερική χρήση για μώλωπες, τραύματα και αιμορραγίες. Χρησιμοποιείται για επούλωση πληγών, γιατί σταματά τις αιμορραγίες και συντελεί στην δημιουργία πηγμάτων στις πληγές.



Τσουκνίδα: Είναι πολύτιμη πηγή μετάλλων (σίδηρος, νάτριο, μαγγάνιο, ασβέστιο, κάλιο κ.α.), καθώς και βιταμίνες Α, Β και C, που βοηθά στην απορρόφηση σιδήρου. Έχει ιδιότητες αιμοστατικές, ο χυμός των σπόρων του σταματά την αιμορραγία.



Φράουλα: έχει αιμοστατικές ιδιότητες και χρησιμοποιείται στην επούλωση τραυμάτων.



Ζαμπούκος , Κουφοξυλιά:

Ο Ζαμπούκος από μόνος του είναι ένα ολόκληρο φαρμακείο της φύσης. Τα φύλλα του χρησιμοποιούνται για μωλωπισμούς, διαστρέμματα και τραύματα.



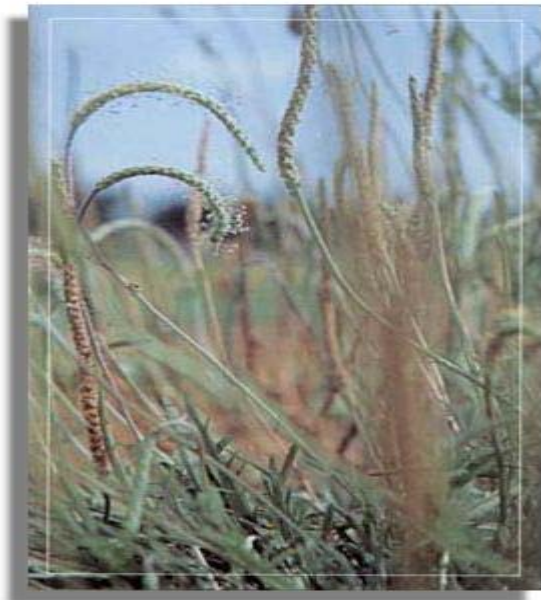
Τεύκριο, Άγριο Αμάραντο:

Με εξωτερική χρήση του φυτού επιταχύνετε η θεραπεία τραυμάτων και αποστημάτων.



Πεντάνευρο:

Είναι φυτό φαρμακευτικό. Τα φύλλα θεωρούνται στυπτικά και επουλωτικά, οι ρίζες επίσης στυπτικές, ενώ τα σπέρματα χρησιμοποιούνται στα κολλύρια.



Πρίμουλα:

Τα μέρη που χρησιμοποιούνται για ιατρικούς σκοπούς είναι οι ρίζες και τα άνθη. Η ρίζα είναι καταπραϊντική. Κάτω από τις κατάλληλες συνθήκες, ανθίζουν συνεχώς, από την άνοιξη μέχρι τα πρώτα κρύα και επιταχύνει την επούλωση των τραυμάτων.



Σύμφυτο:

Θεωρείται ισχυρό φαρμακευτικό φυτό και χρησιμοποιείται από την ομοιοπαθητική για την αποκατάσταση καταγμάτων, παθήσεις των οστών και οφθαλμικά τραύματα.



Άλλα βότανα που ανακουφίζουν τις τραυματισμένες περιοχές του σώματος είναι το βάλσαμο, το πλατάγκο, η λουΐζα, η αλόη, το μελισσόχορτο, το φασκόμηλο κ.α.

*Ο Θεός δημιούργησε φάρμακα που φύονται στη γη,
κι όποιος είναι σοφός, δεν θα τα αποφεύγει.
Απόκρυφα, Εκκλησιαστής 34: 4*

*Το Μεγάλο Πνεύμα είναι ο πατέρας, όμως η γη είναι η μητέρα.
Εκείνη μας τρέφει, κι ό,τι βάζουμε στο χώμα μας το επιστρέφει και μας δίνει
επιπλέον θεραπευτικά φυτά.
Ο Μεγάλος Κεραυνός, Ινδιάνος της Βορείου Αμερικής 1900*

*Την τελευταία δεκαετία έχει ανανεωθεί το ενδιαφέρον για την παραδοσιακή
ιατρική, και γίνονται πολλά διεθνώς για να πάρει τη θέση που της αξίζει.
Η φυσική ιατρική ξαναγεννιέται.
Anthony Huxley, Πράσινη Κληρονομιά, 1984*

6.3 ΜΕΘΟΔΟΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΒΟΤΑΝΩΝ ΣΕ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

Κατά το παρελθόν, τα φαρμακευτικά φυτά υποβάλλονταν σε επεξεργασία και τυποποιούνταν εμφανιζόμενα με εκπληκτική ποικιλία μορφών: δεν υπήρχαν μόνο αφεψημάτα, εγχύματα και βάμματα, αλλά και παρασκευάσματα όπως το οξύμελι διαφόρων ειδών και τα ελιξίρια. Η παρασκευή των περισσότερων τύπων γιατρικών από βότανα δεν παρουσιάζει δυσκολίες, μπορεί όμως να είναι χρονοβόρα.

ΕΓΧΥΜΑΤΑ

Το έγχυμα είναι ο απλούστερος τρόπος επεξεργασίας για τα υπέργεια μέρη των φυτών, ειδικότερα δε των φύλλων και των ανθέων, είτε για την παρασκευή γιατρικών είτε αναζωογονητικών και χαλαρωτικών ποτών. Γίνονται με τρόπο παρόμοιο όπως το τσάι, χρησιμοποιώντας είτε ένα βότανο μόνο του είτε διάφορα βότανα σε συνδυασμό, μπορεί δε να το πει κάποιος κρύο ή ζεστό.

Η φαρμακευτική αξία πολλών βοτάνων εδράζεται βασικά στα πτητικά αιθέρια έλαια τους, τα οποία διαχέονται στον αέρα αν δεν είναι σκεπασμένο το σκεύος παρασκευής του εγχύματος.

Τα διαδεδομένα τσάγια από βότανα λαμβάνονται συχνά λόγω της δροσιστικής τους γεύσης αλλά και για τις φαρμακευτικές τους ιδιότητες (5 έως 6 φλιτζάνια την ημέρα). Μερικά βότανα όπως το χιλιόφυλλο, είναι αισθητά πιο ισχυρά και θα πρέπει να λαμβάνονται σε δόσεις με μικρότερη συχνότητα . θα πρέπει πάντα να εξετάζετε την προτεινόμενη δοσολογία και την ποσότητα του βοτάνου που πρόκειται να χρησιμοποιήσετε, διότι τα εγχύματα έχουν φαρμακευτική δράση και μπορούν να έχουν ανεπιθύμητα αποτελέσματα αν δεν χρησιμοποιηθούν με τη σωστή δοσολογία (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002).



Βάλτε το βότανο στο σουρωτήρι για αφεψήματα και βάλτε το σουρωτήρι στο φλιτζάνι. Γεμίστε το φλιτζάνι με φρεσκοβρασμένο νερό.	Καλύψτε το φλιτζάνι με ένα καπάκι και αφήστε το σουρωτήρι 5 – 10 λεπτά για να γίνει η έγχυση. Αν θέλετε να γλυκάνει, προσθέστε μια κουταλιά μέλι.
--	---

ΑΦΕΨΗΜΑΤΑ

Οι ρίζες, ο φλοιός, τα κλωνάρια και οι καρποί συνήθως απαιτούν μια πιο ισχυρή επεξεργασία από τα φύλλα ή τα λουλούδια για να επιτευχθεί η εξαγωγή των φαρμακευτικών τους συστατικών. Το αφέψημα περιλαμβάνει το σιγανό βρασμό αυτών των ανθεκτικότερων μερών σε νερό. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί νωπό ή αποξηραμένο υλικό από τα φυτά, το οποίο θα πρέπει να έχει κοπεί ή να έχει σπάσει σε μικρά κομματάκια πριν από την αφέψηση (εκχύλιση δια βρασμού) .

Τα αφεψήματα γίνονται συνήθως με τη χρήση ριζών, φλοιών, και καρπών, όμως δεν είναι ασυνήθιστη και η προσθήκη φύλλων ή και λουλουδιών. Αυτά τα πιο ευπαθή μέρη του φυτού θα πρέπει να προστίθενται όταν έχει σταματήσει ο βρασμός και το αφέψημα έχει αρχίσει να κρύνει.



1. Βάλτε τα βότανα σε ένα κατσαρολάκι. Ρίξτε κρύο νερό μέχρι να τα σκεπάσει και αφήστε τα να φθάσουν σε θερμοκρασία βρασμού. Σιγοβράστε τα για 20 – 30 λεπτά μέχρις ότου το νερό ελαττωθεί κατά το ένα τρίτο περίπου.
2. Σουρώστε το υγρό περνώντας το μέσα από μια κρησάρα και μαζεύοντας το σε μια κανάτα. Βάλτε τη ποσότητα που χρειάζεστε σε ένα φλιτζάνι, σκεπάστε τη κανάτα και φυλάξτε την σε δροσερό μέρος.

ΕΛΑΙΑ ΜΕ ΕΓΧΥΣΗ (ΕΓΧΥΜΑΤΑ ΒΟΤΑΝΩΝ ΣΕ ΕΛΑΙΑ)

Η έγχυση ενός βοτάνου σε έλαιο επιτρέπει στα ενεργά, λιποδιαλυτά συστατικά του να εκχυλιστούν. Τα εν θερμό εγγεόμενα βότανα σε έλαιο βράζονται σιγανά, ενώ τα εν ψυχρώ εγγεόμενα θερμαίνονται με φυσικό τρόπο υπό την επίρεια της

ηλιακής ακτινοβολίας. Και οι δύο τύποι ελαίων μπορούν να χρησιμοποιηθούν εξωτερικά σε δερματικές παθήσεις ακόμα και σε εγκαύματα ή πληγές ή να προστεθούν σε αλοιφές (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002).



ΚΑΤΑΠΛΑΣΜΑ

Ένα κατάπλασμα είναι το μίγμα νωπών ή αποξηραμένων ή κονιοποιημένων βοτάνων που μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μια προσβληθείσα περιοχή του σώματος. Τα καταπλάσματα χρησιμοποιούνται για την ανακούφιση νευραλγιών ή

μυαλγιών, διαστρεμμάτων ή σπασμένων οστών και για την έξοδο του πύου από τραύματα με λοιμώξεις, έλκη ή καλόγερους.

1. Σιγοβράστε τα βότανα για 2 λεπτά. Στραγγίστε το υγρό που περισσεύει και αλείψτε μέρος του λαδιού στην προσβληθείσα περιοχή για να αποφύγετε το πιάσιμο. Χρησιμοποιήστε το βότανο όσο είναι ζεστό.



Επιδέστε το βότανο καλά πάνω στο προσβληθέν σημείο χρησιμοποιώντας γάζα ή βαμβάκι σε λωρίδες. Αφήστε το μέχρι 5 λεπτά και επαναλάβετε, ανάλογα με τις ανάγκες.



ΚΟΜΠΡΕΣΣΕΣ ΚΑΙ ΛΟΣΙΟΝ

Οι (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002) αναφέρουν ότι οι λοσιόν είναι βοτανολογικά παρασκευάσματα με υδατική βάση, όπως εγχύματα, αφεγήματα ή αραιωμένα βάμματα, που χρησιμοποιούνται για πλύσεις σε ερεθισμούς ή φλεγμονές του δέρματος. Οι κομπρέσες είναι πανιά εμβαπτισμένα σε λοσιόν που

τοποθετούνται πάνω στο δέρμα. Οι λοσιόν και οι κομπρέσες είναι ένας απλός τρόπος για να χρησιμοποιείτε εξωτερικά τα βότανα και είναι πολύ αποτελεσματικές στην ανακούφιση πρηξιμάτων, μώλωπων, και πόνων, καταπραΰνοντας τις φλεγμονές και τους πονοκεφάλους και δροσίζοντας το σώμα όταν έχει πυρετό.

Μετά από κάποιο ατύχημα ή τραυματισμό, οι μώλωπες και τα πρηξίματα μπορούν να ελαττωθούν ή και να προληφθούν αν τοποθετηθεί αμέσως επάνω τους μία ζεστή κομπρέσα, με την προϋπόθεση ότι δεν υπάρχει λύση της συνέχειας του δέρματος. Οι κρύες κομπρέσες είναι χρήσιμες στην καταπράυνση των φλεγμονών, στο δρόσιμα του σώματος όταν έχει πυρετό και στην ανακούφιση από τους πονοκεφάλους. Και οι ζεστές και κρύες κομπρέσες θα πρέπει να αλλάζονται συχνά αφού εμβαπτισθούν πάλι σε λοσιόν για να επιτευχθεί το μέγιστο όφελος.



ΒΑΜΜΑΤΑ

Τα βάμματα γίνονται με την εμβάπτιση του βοτάνου σε αλκοόλ. Αυτό βοηθάει τη διάλυση των ενεργών συστατικών του φυτού, παρέχοντας στα βάμματα εντονότερη δραστηριότητα από τα εγχύματα ή τα αφεψήματα. Τα βάμματα είναι ισχυρά παρασκευάσματα και έχει μεγάλη σημασία ο έλεγχος της συνιστώμενης δοσολογίας.

Τα βάμματα έχουν την ικανότητα, λόγω της αλκοόλης που περιέχουν να λειτουργούν ως αντισηπτικά και αντιμικροβιακά.

Τα φαρμακευτικά βότανα δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται μόνο όταν υπάρχει κάποιο πρόβλημα με την υγεία. Αν και πολλά βότανα χρησιμοποιούνται πρωτίστως για τη θεραπεία ασθενειών, πολλά από αυτά είναι καθαριστικά, τονωτικά και θρεπτικά. Όλες οι βοτανοθεραπευτικές παραδόσεις έχουν ως μέλημα τους την διατήρηση της υγείας παρά τη θεραπεία των ασθενειών, εκτός από επείγουσες καταστάσεις. Αντίθετα με ότι επικρατεί σήμερα, στο παρελθόν η πνευματική αντιμετώπιση της υγείας και της ασθένειας ήταν εξίσου σημαντική με τη φυσική αντιμετώπιση αυτών των θεμάτων.

Οι γνώσεις για την βοτανοθεραπευτική συνεχίζουν να αυξάνονται καθώς όλο και περισσότεροι άνθρωποι επιλέγουν τα βότανα ως εναλλακτική λύση στα φάρμακα. Τα γιατρικά που παρατίθενται παρακάτω, αποτελούν ασφαλή και αποτελεσματικά θεραπευτικά μέσα. Αναφέρονται ενδεικτικά γιατρικά που αφορούν τα εγκαύματα, τα τραύματα και τα δήγματα, όπως και όλα τα φάρμακα, θα πρέπει να αντιμετωπίζονται με τον προσήκοντα σεβασμό (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002).

6.4 ΓΙΑΤΡΙΚΑ ΜΕ ΒΟΤΑΝΑ ΓΙΑ: ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ, ΔΗΓΜΑΤΑ, ΤΡΑΥΜΑΤΑ

Το μεγαλύτερο όργανο του σώματος, το δέρμα, προστατεύει από τη ζέστη, το κρύο, τις μολύνσεις και τους τραυματισμούς από το εξωτερικό περιβάλλον. Αν και συνεχώς αποβάλλει την επιφάνεια του, το δέρμα χρειάζεται τακτική καθαριότητα

και θρέψη για να παραμένει υγιές. Η ικανότητα του να ανθίσταται στους τραυματισμούς και να επιδιορθώνει τις βλάβες εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την υγεία του οργανισμού ως σύνολο.

ΕΠΟΥΣΙΩΔΗ ΔΗΓΜΑΤΑ, ΚΕΝΤΡΙΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΗΞΙΜΑΤΑ.

Οι φλεγμονώδεις, πρησμένες περιοχές του δέρματος είναι συνηθισμένη αντίδραση σε δήγματα και κεντριά εντόμων. Αν και μπορεί να επιφέρουν δυσφορία, τα περισσότερα επιφέρουν μόνο τοπική φαγούρα και φλεγμονή. Όλα τα γιατρικά που αναφέρονται βοηθούν στην ανακούφιση του ερεθισμού και του πόνου. Η λεβάντα καταπραΰνει τον ερεθισμό και είναι εντομοαπωθητική, η αλόη είναι μαλακτική και επουλωτική και η καλεντούλα και το βαλσαμόχορτο μειώνουν τη φλεγμονή. Η εχινάτσα διεγείρει το ανοσοποιητικό σύστημα και η τσουκνίδα είναι αντιαλλεργιογόνος (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002).

Γιατρικά για εξωτερική χρήση.

- Λεβάντα. Τρίψτε με νωπά φύλλα, σκέτο βάμμα ή αιθέριο έλαιο την περιοχή γύρω από το δάγκωμα ή το κέντρισμα. Χρησιμοποιείται και ως εντομοαπωθητικό.
- Βασιλικός, ιερός βασιλικός, φασκόμηλο, θυμάρι. Επαλείψτε το σημείο με το χυμό των φύλλων από ένα από αυτά τα βότανα.
- Αλόη, καλεντούλα, βαλσαμόχορτο. Επαλείψτε με αλοιφή αλόης, κρέμα, λοσιόν ή βάμμα καλέντουλας ή έλαιο από βαλσαμόχορτο.

- Αν δεν υπάρχει τίποτα άλλο διαθέσιμο επαλείψτε με χυμό λεμονιού.

Γιατρικά για εσωτερική χρήση.

- Τσουκνίδα. Γίνεται έγχυμα και πίνετε τρία φλιτζάνια την ημέρα.
- Εχινάτσα.

ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΒΟΤΑΝΑ .

Τα εγκαύματα συνήθως ανταποκρίνονται καλά στη θεραπεία με βότανα και πολύ περισσότερο τα εγκαύματα τα οποία καταλαμβάνουν μικρό μέρος του σώματος και δεν είναι ιδιαίτερα σοβαρά. Αλλά ακόμα και τα μικρότερα εγκαύματα μπορούν να μολυνθούν γρήγορα. Πριν από το γιατρικό, σε ένα έγκαυμα θα πρέπει να πλύνουμε την περιοχή με καθαρό κρύο νερό και να την διατηρήσουμε δροσερή για 3 ώρες με ένα καθαρό βρεγμένο βαμβακερό ύφασμα. Τα βότανα που χρησιμοποιούνται συνήθως είναι τα εξής:

- Αλόη, λεβάντα. Χρησιμοποιείται αλοιφή αλόης ή σκέτο αιθέριο έλαιο λεβάντας στην προσβεβλημένη περιοχή.
- Καλέντουλα. Χρησιμοποιείται έγχυμα από καλέντουλα όπου αλείφεται στην περιοχή ανάλογα με τις ανάγκες.
- Παίρνουμε ανθισμένες κορφές Φασκομηλιάς, τις απολυμαίνουμε, τις κοπανίζουμε καλά σε δοχείο απολυμασμένο και τις δουλεύουμε με κεριά λιωμένο. Όταν κρυώσει είναι πολύ πηκτό, το αραιώνουμε με λίγο ελαιόλαδο και αλείφουμε το έγκαυμα.

- Παίρνουμε ένα φύλλο Αλόης, το ψιλοκόβουμε, το στύβουμε μέσα σε ένα καθαρό τουλπάνι και με το χυμό που θα βγει αλείφουμε το έγκαυμα. Ο χυμός αυτός γλυκαίνει και ξεφλογίζει.

ΤΡΑΥΜΑΤΑ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΒΟΤΑΝΑ.

Τα τραύματα, οι πληγές, οι μώλωπες και οι εκδορές αποτελούν κομμάτι της καθημερινής ζωής και τα γιατρικά που αναφέρονται είναι αποτελεσματικά για τη θεραπεία στο σπίτι ή από πρακτικούς γιατρούς. Η αμαμηλίδα είναι πολύ καλό στυπτικό για εκδορές, μώλωπες και πρηξίματα, προστατεύοντας και μαλακώνοντας την προσβεβλημένη περιοχή. Οι πληγές μπορούν να καθαρίζονται με αλόη, η οποία όπως και το σύμφυτο, είναι εξαιρετο επουλωτικό. Η αλοιφή σύμφυτου είναι χρήσιμη στον καθαρισμό παλαιότερων ουλών (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002).

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΠΛΗΓΩΝ ΜΕ ΒΟΤΑΝΑ

- Χιλιόφυλλο. Γίνεται λοσιόν χιλιόφυλλου όπου πρέπει να κρυώσει και στη συνέχεια χρησιμοποιείται για πλύσεις.
- Καλέντουλα. Λοσιόν καλέντουλας με δύο γεμάτα κουτάλια βοτάνου σε ένα φλιτζάνι νερό ή βάμμα σκέτο ή αραιωμένο με νερό αλείφουμε στη πληγή. Το βάμμα της καλέντουλας τσούζει πολύ στο τραύμα, αλλά έχει ισχυρότερη αντισηπτική δράση.
- Αλόη. Συνίσταται για καθαρισμό της πληγής με ζελέ από αλόη και κάλυψη με επίδεσμο διαποτισμένο με ζελέ. Κάνουμε συχνές αλλαγές.

- Αμαμηλίδα. Γίνονται επαλείψεις με απόσταγμα αμαμηλίδας, στην προσβεβλημένη περιοχή δύο με τρεις φορές την ημέρα.

ΕΠΟΥΛΩΣΗ ΠΛΗΓΩΝ.

- Βράζουμε 20gr άνθη και φύλλα Αγριμονιάς σε 2 ποτήρια νερό και πλένουμε την πληγή.
- Σε 2 ποτήρια νερό, βράζουμε 15gr φύλλα Αγριοκαρδαμούρας. Να βράσουν επί ένα τέταρτο της ώρας. Με το αφέψημα αυτό κάνουμε κομπρέσες στην πληγή. Δεν είναι μόνο επουλωτικό αλλά και αιμοστατικό.
- Τα φύλλα του Δίκταμου χλωρά, έχουν την ικανότητα να σταματούν το αίμα και βοηθούν στην επούλωση των πληγών. Αλλά και ξερά επίσης τα κάνουμε σκόνη και με αυτήν πασπαλίζουμε την πληγή, κυρίως για να σταματήσουμε το αίμα.
- Σύμφυτο, αλόη. Επαλείψτε με αλοιφή σύμφυτου τις άκρες της πληγής ή, μόλις δημιουργηθεί καύκαλο, χρησιμοποιείτε κατάπλασμα σύμφυτου. Χρησιμοποιείτε ζελέ από αλόη για να καθαρίσετε την πληγή.

Προφυλάξεις:

Μη χρησιμοποιείτε σύμφυτο σε ανοικτές πληγές.

ΜΩΛΩΠΕΣ

- Αμαμηλίδα. Κάνουμε επαλείψεις με αλοιφή αρνικής τους μώλωπες και τα πρηξίματα δύο με τρεις φορές την ημέρα ή απόσταγμα από αμαμηλίδα . (Λ. Κωνσταντινίδης & Α. Μπλατσούρα 2002).

Προφυλάξεις:

Μη χρησιμοποιήσετε αρνική σε σκασμένο και ερεθισμένο δέρμα.

B. ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

7.1 ΣΚΟΠΟΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Σκοπός της παρούσας ερευνητικής εργασίας είναι να καταγράψει τις μεθόδους παραδοσιακών θεραπευτικών πρακτικών στη Κρήτη για την αντιμετώπιση επιλεγμένων επειγόντων καταστάσεων και να διερευνήσει εάν διατηρούνται και εάν εφαρμόζονται έως σήμερα.

7.2 ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

- Ποιες είναι οι παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές για την αντιμετώπιση των εγκαυμάτων ;
- Ποιες είναι οι παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές για την αντιμετώπιση των τραυμάτων;
- Ποιες είναι οι παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές για την αντιμετώπιση για την αντιμετώπιση των δηγημάτων από έντομα , φίδια και φυτά ;
- Ποιες παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές για την αντιμετώπιση των εγκαυμάτων των τραυμάτων και των δηγημάτων διατηρούνται και εφαρμόζονται έως σήμερα ;

7.3 ΕΙΔΟΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

Η παρούσα μελέτη είναι ποιοτική – εθνογραφική μελέτη. Η ποιοτική μελέτη σύμφωνα με την Α.Σαχίνη-Καρδάση (2004), περιγράφεται ως ολιστική (δηλαδή, χωρίς περιορισμούς και ελέγχους που επιβάλλονται από τον ερευνητή). Η ποιοτική έρευνα στηρίζεται στην υπόθεση ότι η γνώση για τους ανθρώπους είναι αδύνατη

χωρίς την περιγραφή της ανθρώπινης εμπειρίας, όπως αυτή βιώνεται και όπως περιγράφεται από τους ίδιους τους εκτελεστές. Οι ερευνητές συλλέγουν και αναδύουν χαλαρά διηγηματικά υλικά. Κύριοι σκοποί ποιοτικής ανάλυσης είναι: η διερεύνηση και η περιγραφή, η επεξήγηση και η διευκρίνιση ποσοτικών ευρημάτων, η ανακάλυψη και η ερμηνεία, η διερεύνηση της θεωρίας. Επιπρόσθετα, ο σκοπός της μελέτης να καταγράψει δηλαδή τις παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές των κατοίκων ενός χωριού της Κρήτης, χαρακτηρίζει την έρευνα και ως εθνογραφική, διότι σύμφωνα με τον ορισμό της εθνογραφίας: «η εθνογραφία είναι η περιγραφή μιας κουλτούρας, η οποία ξεκινά από την επιθυμία του ερευνητή να κατανοήσει τη ζωή και τον κόσμο άλλων ανθρώπων.» (Spradley 1990).

7.4 ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΕΔΙΟ - ΧΡΟΝΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ

Το χωριό που επιλέχτηκε για τη μελέτη αυτή ήταν το Κλήμα, το οποίο ανήκει στο Δήμο Τυμπακίου. Η επιλογή βασίστηκε στα παρακάτω κριτήρια:

- Αγροτική περιοχή στην οποία υπάρχει μεγάλη πιθανότητα εντοπισμού έμπειρων προσώπων και σημαντικών πληροφοριοδοτών.
- Χωριό της Κρήτης με πλούσια ιστορικά στοιχεία και τοπικό παραδοσιακό σύστημα υγείας.

Το **Κλήμα** είναι χωριό και πρώην κοινότητα της επαρχίας Πυργιωτίσσης στο δυτικότερο άκρο του νομού Ηρακλείου, με 307 κατοίκους το 2001, σε υψόμετρο 140 μ. Οι κάτοικοι ασχολούνται με την καλλιέργεια της ελιάς και πρωίμων κηπευτικών, όπως επίσης και με την κτηνοτροφία. Σήμερα αποτελεί ομώνυμο

Δημοτικό διαμέρισμα, με έναν οικισμό. Η απόστασή του από το Ηράκλειο είναι 70 χλμ. Λειτουργεί νηπιαγωγείο και Δημοτικό Σχολείο.

Στο χωριό βρίσκεται ο ναός της Κοιμήσεως της Θεοτόκου. Κατά την περίοδο της Ενετοκρατίας, υπαγόταν στο νομό Ρεθύμνου. Αναφέρεται το 1583 στον Καστροφύλακα *Clima di Amari*^[1] με 52 κατοίκους. Νωρίτερα, το 1577 αναφέρεται^[2] και από τον Μπαρότσι. (Συντάκτες της Βικιπαίδεια, 2008)

Υγεία : Στο κλίμα υπάρχει δημοτικό ιατρείο, πλήρως εξοπλισμένο. Η παροχή υγειονομικών υπηρεσιών βασίζεται στη πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας.

7.5 ΔΕΙΓΜΑΤΟΛΗΠΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ

Στη μελέτη χρησιμοποιήθηκε για τη συλλογή του δείγματος η μέθοδος δειγματοληψίας μη πιθανότητας η οποία σύμφωνα με τη μεθοδολογία Έρευνας της Α.Σαχίνη-Καρδάση (2004), η δειγματοληψία μη πιθανότητας δεν διασφαλίζει την ίδια ευκαιρία στο κάθε μέλος ή στοιχείο του πληθυσμού ότι θα έχει την ίδια ευκαιρία να συμπεριληφθεί στο δείγμα. Με τη δειγματοληψία μη πιθανότητας τα αποτελέσματα μπορεί να είναι αντιπροσωπευτικά του δείγματος, αλλά συνήθως τα στοιχεία δεν μπορούν να γενικευθούν για το σύνολο του πληθυσμού.

- Η μέθοδος δειγματοληψίας μη πιθανότητας χωρίζεται σε δύο τύπους δειγματοληψίας, στη δειγματοληψία ευκολίας και την σκόπιμη ή μετά κρίση δειγματοληψία. Από τους δύο τύπους δειγματοληψίας εφαρμόστηκε η σκόπιμη δειγματοληψία (purposive method) (Burns et al 1995).

Τα άτομα που επιλέχθηκαν να δώσουν πληροφορίες ήταν μόνιμοι κάτοικοι

του χωριού και γνώστες των παραδοσιακών θεραπευτικών πρακτικών (βασικοί πληροφοριοδότες - key informants) και ηλικίας άνω των 50 ετών. Ως βασικός πληροφοριοδότης ορίστηκε στη μελέτη το άτομο που παρέχει προφορικά τις πληροφορίες σε έναν ερευνητή κατά τη διάρκεια ενός ερευνητικού προγράμματος στο οποίο ο πληθυσμός μελέτης αποτελείται από ένα μικρό αριθμό των πιο πεπειραμένων (ειδικών) ατόμων.

7.6 ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ

Στη συγκεκριμένη μελέτη για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η τεχνική της ημιδομημένης συνέντευξης με ανοικτές ερωτήσεις. Οι θεματικές ενότητες της συνέντευξης στηρίχθηκαν στους σκοπούς της μελέτης .

Όπως αναφέρει η Α.Σαχίνη- Καρδάση (2004): “η μη δομημένες ή ημιδομημένες συνεντεύξεις μπορεί να είναι αυθόρμητες ή προγραμματισμένες, όμως το διακριτικό χαρακτηριστικό τους είναι ότι το άτομο ενθαρρύνεται μιλήσει για οτιδήποτε θέλει, που είναι σχετικό με το ενδιαφέρον του ερευνητή”.

Πολλές τέτοιες συνεντεύξεις αρχίζουν με ανοικτές ερωτήσεις. Ο σκοπός των συνεντεύξεων είναι να κατανοήσει ερευνητής τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται τις έννοιες του κόσμου του, χωρίς εισαγωγή των δικών του ιδεών. Είναι η μέθοδος εκλογής για συλλογή δεδομένων στις επιτόπιες έρευνες , γιατί προάγει αυτό που η Brink ονομάζει πιθανότητα οι απαντήσεις να είναι αυθόρμητες, αυτοαποκαλυπτικές και προσωπικές.

Οι βασικές ερωτήσεις – οδηγοί που γίνονταν στην διάρκεια της συνέντευξης ήταν:

1. Όταν χτυπούσε κάποιος παλιά και αιμορραγούσε τι βάζατε στη πληγή;
2. Το αίμα σταματούσε ; βάζατε κάτι πάνω για να κλείσει η πληγή;

3. Στα εγκαύματα θυμάστε τι κάνατε και τι βάζατε πάνω για να επουλωθεί το έγκαυμα κάποια αλοιφή;
4. Στα τσιμπήματα από ζώα τι κάνατε;
5. Θυμάστε αν είχαμε επιπλοκές σε κάποιους από αυτά που του κάνατε όπως πυρετός η τίποτα άλλο;
6. Εκτός από τα πρακτικά χρησιμοποιούσατε γηθιές η κάτι άλλο και αν ναι θυμάστε κάποια;
7. Ξέρετε αν αυτά τα πρακτικά χρησιμοποιούνται στις μέρες μας και αν ναι από ποιόν?

Τα άτομα προσεγγίστηκαν μετά από υπόδειξη των κατοίκων του χωριού ως γνώστες παραδοσιακών θεραπευτικών πρακτικών. Προηγήθηκε αναλυτική ενημέρωση για το σκοπό της μελέτης και προφορική συναίνεση του κάθε ατόμου εάν ήθελε να συμμετάσχει στην έρευνα .

Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε πρόσωπο με πρόσωπο από τον ίδιο τον ερευνητή, στο σπίτι του ερωτώμενου, μετά από τηλεφωνικό ραντεβού.

Η διάρκειά της κυμαινόταν από οχτώ έως δέκα λεπτά και η καταγραφή έγινε με δημοσιογραφικό μαγνητόφωνο.

7.7 ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Σε κάθε επιστημονική μελέτη για να αποτραπεί κάθε πιθανότητα εμφάνισης χειρισμών που θα μπορούσαν να βλάψουν τα υποκείμενα που λαμβάνουν μέρος σε αυτή, θα πρέπει να εφαρμόζονται και να τηρούνται αυστηρά οι αρχές δεοντολογίας, οι οποίες διασφαλίζουν και καθορίζουν τους ηθικούς άξονες μέσα στους οποίους αναπτύσσεται και ολοκληρώνεται μια μελέτη.

Τρεις είναι οι αρχές που θεσπίστηκαν από την αναφορά του Belmont όπως αναφέρονται στο βιβλίο της Σαχίνη (1997), μεθοδολογία έρευνας, οι οποίες καθορίζουν τους ηθικούς άξονες πάνω στους οποίους βασίστηκε και σχεδιάστηκε η παρούσα μελέτη:

Η αρχή του οφέλους και μη βλάβης, η αρχή του σεβασμού για την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και η αρχή της δικαιοσύνης. Πάνω σε αυτές τις αρχές στηρίζονται τα κριτήρια ηθικής συμπεριφοράς στην έρευνα, καθώς και τα βασικά δικαιώματα των υποκειμένων έρευνας.

Τα δικαιώματα των υποκειμένων έρευνας είναι τα εξής:

A) Δικαίωμα να μην υποστεί βλάβη. Αναφαίρετο δικαίωμα των υποκειμένων μιας έρευνας είναι να μην υπόκεινται από τους ερευνητές σε ερωτήσεις που μπορεί να προκαλέσουν βλάβη στον ψυχικό τους κόσμο σε φυσικό, συγκινησιακό, νομικό, οικονομικό και κοινωνικό επίπεδο (Σαχίνη-Καρδάση Α.1997).

Στη συγκεκριμένη έρευνα ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες να παραχωρήσουν τη συνέντευξη χωρίς να ασκηθεί οποιαδήποτε είδους πίεση. Οι ερωτήσεις ήταν κατανοητές και δε προσέβαλλαν την προσωπικότητα των ατόμων.

B) Δικαίωμα για πλήρη διαφάνεια. «*Η αρχή σεβασμού για την ανθρώπινη αξιοπρέπεια περιλαμβάνει το δικαίωμα των ατόμων να λάβουν εκούσιες αποφάσεις μετά από ακριβή πληροφόρηση για τη συμμετοχή τους σε μια μελέτη*» (Σαχίνη-Καρδάση Α.1997 σελ. 22).

Στη συγκεκριμένη έρευνα οι κάτοικοι του χωριού ενημερώθηκαν για την ταυτότητα μας. Εξηγήθηκε ο σκοπός της μελέτης, η μέθοδος και η διαδικασία με την οποία θα γινόταν η συλλογή των δεδομένων . Επισημάναμε ότι τα προσωπικά τους στοιχεία θα παραμείνουν ανώνυμα και ότι έχουν δικαίωμα να αρνηθούν να συμμετάσχουν.

Γ) Δικαίωμα αυτοαπόφασης. «Το δικαίωμα αυτοαπόφασης σημαίνει τα δυνητικά υποκείμενα έρευνας έχουν το δικαίωμα να παίρνουν εκούσια απόφαση για τη συμμετοχή τους ή μη στην τελετή, χωρίς εξαναγκασμό, πίεση ή ανεπίτρεπτη επίδραση οποιοδήποτε είδους» (Σαχίνη-Καρδάση Α. 1997 σελ. 23).

Στην παρούσα μελέτη αφού δόθηκαν όλες οι απαραίτητες πληροφορίες για τη διαδικασία της συνέντευξης, στους κατοίκους του χωριού με τις περισσότερες γνώσεις παραδοσιακών θεραπευτικών πρακτικών, οι ίδιοι βασιζόμενοι στη δική τους κρίση αποφάσισαν για τη συμμετοχή τους ή όχι στην ερευνητική διαδικασία.

Δ) Δικαίωμα για ιδιωτικότητα, ανωνυμία και εμπιστευτικότητα.

«Η ιδιωτικότητα καθιστά ικανό ένα άτομο να συμπεριφέρεται χωρίς παρεμβάσεις και χωρίς την πιθανότητα ότι η ιδιωτική συμπεριφορά ή οι σκέψεις του μπορεί να χρησιμοποιηθούν αργότερα για να εμβάλλουν σε αμηχανία ή να το μειώσουν» (Σαχίνη-Καρδάση Α.1997 σελ. 24).

Επισημάνθηκε σε όλους που συμμετείχαν στην μελέτη ότι θα μεταχειριστούμε τις απαντήσεις τους με πλήρη εχεμύθεια. Τα δεδομένα θα διαφυλαχθούν με κάθε ευσυνειδησία και θα τα χειριστούμε ως αυστηρώς εμπιστευτικά. Δεν θα γίνει καμία αναφορά που να διευκολύνει την αναγνώριση από τις εκθέσεις που θα προκύπτουν από την ανάλυση των αποτελεσμάτων της έρευνας.

Το περιεχόμενο των συνεντεύξεων απομαγνητοφωνήθηκε και καταγράφηκαν λεπτομερώς οι απαντήσεις σε πρωτόκολλο συνεντεύξεως για τον κάθε ερωτώμενο. (transcription).

Η μέθοδος της Ανάλυσης περιεχομένου (content analysis), (Bowling 2002), εφαρμόστηκε για την ανάλυση των δεδομένων που προέκυψαν από τις ημιδομημένες συνεντεύξεις.

Σύμφωνα με τον Berelson (1952): «είναι μια ερευνητική τεχνική για την αντικειμενική, συστηματική και ποσοτική περιγραφή του δηλωτικού περιεχομένου της επικοινωνίας»

Berelson, Bernard. *Content Analysis in Communication Research*. New York: Free Press, 1952.

Στο πρωτόκολλο αυτό διατηρήθηκε η μορφή και το ύφος του προφορικού λόγου από τον οποίο προήλθαν. Αφού έγινε η πρώτη ανάγνωση από τον ερευνητή, απομονώθηκαν οι ερωτήσεις που αφορούσαν στη γνώση των παραδοσιακών θεραπευτικών μεθόδων και οι μέθοδοι που καταγράφηκαν από τις απαντήσεις ομαδοποιήθηκαν στις εξής κατηγορίες:

- Καταπλάσματα-επιθέματα: για τα τραύματα (καπνός, χρώμα, καβαλίνες, κοπριά, λίπος από χοίρο), για τα εγκαύματα (Λίπος από χοιρινό, αράχνη λάδι και απίρι, λάδι και αλάτι, ντομάτες, οδοντόκρεμα, νερό), για τα δήγματα (κομπρέσες με ζεστό νερό ξύδι ή ρακί, σίδηρο, αφαίμαξη και ισχυρή επίδεση, σκορπιό).
- Αποτελεσματικότητα των πρακτικών όσον αφορά την αιμορραγία.
- Γητείες.
- Επιπλοκές
- Διαχρονικότητα των παραδοσιακών πρακτικών.

Στη συνέχεια, πραγματοποιήθηκε δεύτερη ανάγνωση του κάθε κειμένου και

σημειώθηκαν λέξεις/ φράσεις «κλειδιά» που μπορούσαν να αποδώσουν συνοπτικά τις

απαντήσεις (coding), ώστε το αρχικό υλικό να μειωθεί, χωρίς να χαθούν σημαντικές πληροφορίες. Έπειτα, η πληροφορία μεταφέρθηκε σε πίνακα Excel, στον οποίο κάθε στήλη αντιπροσώπευε ένα κωδικό/θεματική ενότητα. Το επόμενο και τελευταίο βήμα ήταν η επαναξιολόγηση του πίνακα και η δημιουργία κατηγοριών με βάση την αρχική κωδικοποίηση, με τελικό στόχο τη γενίκευση των αποτελεσμάτων και την εξαγωγή συμπερασμάτων.

7.9 ΑΝΑΛΥΣΗ – ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΩΝ

Στο στάδιο των συνεντεύξεων έλαβαν μέρος 4 άτομα (2 γυναίκες και 2 άνδρες) ηλικίας άνω των 50 ετών. Τα τέσσερα άτομα ήταν παντρεμένα και η εκτιμώμενη οικονομική κατάσταση ήταν μέτρια (n=3) και πολύ καλή (n=1).

Το επίπεδο της εκπαίδευσης ήταν δημοτικό (n=2), γυμνάσιο/λύκειο (n=1), ΑΕΙ /ΤΕΙ (n=1). Τέλος το βασικό επάγγελμα των γυναικών ήταν οικιακά, ενώ υπήρχε ένας αγρότης και ένας δάσκαλος. Κανένας δεν είχε την ιδιότητα του θεραπευτή, ενώ και τα τέσσερα άτομα είχαν θεραπευτή στο ευρύτερο οικογενειακό τους περιβάλλον.

1. Παραδοσιακές Θεραπευτικές Πρακτικές για Τραύματα

Καταπλάσματα- επιθέματα

- **Καπνός από τσιγάρο.**

Από τα τέσσερα άτομα(n=4) που ρωτήθηκαν, τα τρία (n=3) περιγράφανε αρχικά και στο μεγαλύτερο μέρος της συνέντευξης τη χρήση καπνού σε τραυματισμούς και πληγές. Υποστήριζαν ότι η χρήση του καπνού πάνω στο τραύμα αφενός σταματούσε την αιμορραγία και είχε επουλωτική δράση, και αφετέρου μειωνόταν ο κίνδυνος μόλυνσεως. Επιλεγμένες απαντήσεις αναφέρονται στο πλαίσιο 1.

Πλαίσιο 1. Καπνός (επιλεγμένες απαντήσεις).

«...και έπειτα έβαζαν τον καπνό ενός τσιγάρου πάνω και για επίδεσμο χρησιμοποιούσαν άσπρο, μαντήλι και το έδεναν πάνω εκεί.»

«Ναι σταματούσε, σταματούσε διότι το τσιγάρο είναι στυφτικό.»

«... αλλά όποιος είχε τσιγάρο και ήτανε στην εξοχή θα το βάλει πάνω, με αυτό στενότερα το αίμα.»

«...το άνοιγε το τσιγάρο και το καπνό τότε πιίλιζε εκιά και τότε πατίκωνε και στάματα το αίμα και έκλεινε και ούτε μόλυνση τον έπιανε ούτε τίποτα.»

- **Χώμα**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν στη συνέντευξη, τα τρία (n=3) ανέφεραν

ότι για την επούλωση των τραυμάτων αλλά και την αιμόσταση χρησιμοποιούσαν το χώμα. Επιλεγμένες απαντήσεις αναφέρονται στο πλαίσιο 2.

Πλαίσιο 2. Χώμα (επιλεγμένες απαντήσεις).

«...αν έπεφτε κανένας ή χώμα θέλα του βάλουμε...»

«... Χώμα σκόνη χώμα χωρίς πετραδάκια, και με το χώμα σταματούσε η αιμορραγία, πίεζες εκεί και σταματούσε...»

«...παιδιά ήμασταν παίζαμε όταν χτυπούσαμε πιάναμε το χώμα το βάζαμε πάνω και να παστουρόσουμε χώμα από κάτω από την εξοχή, ζεστό ζεστό όπως ήτανε να το παστουρόσουμε εκειδά να σταματήσει το αίμα.»

- **Καβαλίνες**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν στη συνέντευξη, ένα άτομο (n=1) ανέφερε ότι χρησιμοποιούσαν σε τραύματα και πληγές καβαλίνες από γάιδαρο διότι σταματούσε την αιμορραγία. Στο πλαίσιο 3 αναφέρεται η απάντηση.

Πλαίσιο 3. Καβαλίνες.

«Βάζαμε και καβαλίνες από το γάιδαρο ξερές και έπινε το αίμα...»

- **Λίπος από χοίρο**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν στη συνέντευξη, ένα άτομο (n=1) ανέφερε ότι χρησιμοποιούσαν σε τραύματα και πληγές λίπος από χοίρο. Η απάντηση αναφέρεται στο πλαίσιο 4.

Πλαίσιο 4. Λίπος από χοίρο.

«...Βάζαμε επίσης και λίπος από χοίρο και μαλάκωνε η πληγή.»

- **Κοπριά**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν στη συνέντευξη, ένα άτομο (n=1) ανέφερε ότι χρησιμοποιούσαν σε τραύματα κοπριά. Στο πλαίσιο 5 αναφέρεται η απάντηση.

Πλαίσιο 5. Κοπριά

«...με συγχωρείται κοπριά από το κτήμα ή ότι βρούμε στην εξοχή για να γιάνει.»

2. Αποτελεσματικότητα των πρακτικών όσον αφορά την αιμορραγία.

Όλα τα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν στη συνέντευξη ανέφεραν, ότι τα πρακτικά που εφάρμοζαν για τα τραύματα και την αιμορραγία είχαν αποτελέσματα. Στο πλαίσιο 6 αναφέρονται επιλεγμένες απαντήσεις.

Πλαίσιο 6. Αποτελεσματικότητα των πρακτικών μεθόδων για την αιμορραγία.

«Ναι σταματούσε, σταματούσε διότι το τσιγάρο είναι στυφτικό»

«Σταματούσε με αυτά που του βάζαμε απάνω και η πληγή έκλεινε μοναχή της.»

« Ναι με αυτά που βάνανε σταματούσε αμέσως.»

«Ναι με αυτά που βάζαμε το χρώμα το τσιγάρο σταματούσε και έκλεινε μονή της και δεν σε πιάνανε και μολύνσεις»

3. ΓΗΤΕΙΕΣ

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ερωτήθηκαν στη συνέντευξη, ένα άτομο (n=1) ανέφερε τη γητεία ως θεραπευτική μέθοδο, όσον αφορά τα τραύματα και τα δήγματα από ζώα, (δηλαδή η αποτροπή ή θεραπεία νοσημάτων μέσω επωδής και ειδικής τελετουργίας). Πλαίσιο 7.

Πλαίσιο 7. Εφαρμογή γητειάς.

«...όταν χτυπούσαμε πιάναμε το χόμα το βάζαμε πάνω και λέγαμε "γιάνε χόμα το άλλο χόμα να το σταυρώσουμε τρεις φορές..."»

«...γητεία για του σκορπιούς: "αι Γιωργή τρεις άγγελιοι, τρεις άγγελιοι του χριστού, δέσε και χαλίνωσε το σκόρπιο, το λιακόνι, τον όφη, τη λιόχεντρα, τη σκουλοπετρίδα από κάτω στο πλακάκι το μικρό ρογαλιδάκι, μέχρι να ξετινάξει η μάνα τα σακιά να βγει ο ήλιος τρία κονταρόξυλα'"...»

4. Παραδοσιακές θεραπευτικές πρακτικές για εγκαύματα

Καταπλάσματα- επιθέματα

- **Λάδι και αλάτι**

Από τα τέσσερα άτομα που ερωτήθηκαν (n=4), τα δύο άτομα (n=2) μας ανέφεραν, ότι έβαζαν πάνω στο έγκαυμα λάδι και αλάτι. Αναφέρονται στο παρακάτω πλαίσιο επιλεγμένες απαντήσεις 1α.

Πλαίσιο 1α. Λάδι και αλάτι.

«...είχα πολύ κάψιμο και καιγόμουνε τους λέω λάδι και αλάτι να μου βάλετε... αλάτσι πολύ πολύ και λάδι για να πάρει την φλόγωση...»

«...τρέξουμε αμέσως να πλυθούμε εκεί και να πιάσουμε μια χαχαλιά αλάτι να το παστουρόσουμε επάνω...»

- **Λίπος από χοίρο**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν, ένα άτομο (n=1) μας ανέφερε ότι στα εγκαύματα έβαζαν λίπος από χοίρο. Πλαίσιο 2α.

Πλαίσιο 2α. Λίπος από χοίρο.

«Λίπος από χοιρινό βάζαμε συνήθως, που είναι πιο μαλακό το χοιρινό...»

- **Ντομάτα και οδοντόκρεμα**

Από τα τέσσερα άτομα που ερωτήθηκαν (n=4), τα δύο (n=2) μας είπαν ότι στα εγκαύματα έβαζαν ντομάτα και οδοντόκρεμα. Στο πλαίσιο 3α. αναφέρονται οι απαντήσεις.

Πλαίσιο 3α. Ντομάτα και οδοντόκρεμα.

«...γιατί είχα καεί στο πρόσωπο και λέω φέρτε ντομάτες.»

«...και βάζανε στο έγκαυμα ντομάτα και οδοντόκρεμα»

- **Αλοιφές**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν για τα εγκαύματα, τα δύο(n=2) μας ανέφεραν ότι έφτιαχναν μία αλοιφή με αράχνη, λάδι και απίρι. Αναφέρονται οι απαντήσεις στο πλαίσιο 4α.

Πλαίσιο 4α. Αλοιφές

«...βρίχανε αράχνη πολύ πολύ λάδι και απίρι τα ανακατεύανε τα βράζανε και γινότανε πηχτή αλοιφή και βάζανε στο έγκαυμα πάνω»

«...βάζαμε συνήθως νεράκι, με το απίρι κάνανε μια αλοιφή και»

1. Παραδοσιακές Θεραπευτικές Πρακτικές για Δήγματα Ζώων - Εντόμων

Καταπλάσματα- επιθέματα

- **Μεταλλικό αντικείμενο (σίδηρο)**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ερωτήθηκαν πως αντιμετώπιζαν τα τσιμπήματα από ζώα, τα δύο άτομα (n=2) μας ανέφεραν ότι χρησιμοποιούσαν σίδηρο επάνω στο σημείο του δήγματος, διότι ανακούφιζε από τον πόνο και το οίδημα. Στο πλαίσιο 1β αναφέρονται οι απαντήσεις.

Πλαίσιο 1β. Σίδηρο.

«...βάνεις σιδερό εκεί που σε χει τσιμπήσει βαλε σίντερο εκιά... ανυπόφορους πόνους άλλα με το μαχαίρι όμως του ελάφρωνε το πόνο»

«...και ένα σιδερό το αφήναμε στον Ήλιο και ζεσταινόταν και το βάζαμε πάνω...»

- **Κομπρέσες με ξύδι ζεστό νερό ή ρακή**

Από τα τέσσερα άτομα (n=4) που ρωτήθηκαν, τα δυο (n=2) μας ανέφεραν ως αποτελεσματική παραδοσιακή μέθοδο τις κομπρέσες με ξύδι, ζεστό νερό και ρακή. Οι απαντήσεις φαίνονται στο πλαίσιο 2β.

Πλαίσιο 2β. Κομπρέσες.

«Αν σε δάγκωνε μπουμπουρας, σφίγγα βάζαμε ξύδι η ρακί...»

«Στα τσιμπήματα κομπρέσες με ζεστό νερό η ξύδι...»

- **Αφαίμαξη και ισχυρή επίδεση**

Από τα τέσσερα άτομα που ερωτήθηκαν (n=4), μόνο ένα άτομο (n=1) αναφέρει ως μέθοδο την αφαίμαξη και την ισχυρή επίδεση. Η απάντηση αναφέρεται στο πλαίσιο 3β.

Πλαίσιο 3β. Αφαίμαξη.

«...προσπαθούσαν να ξυραφίσουν το μέρος να μη φτάνει καινούριο αίμα στο δηλητήριο και το απομονώνανε μέχρι να φύγει το κακό αίμα, εσφίγκανε δυνατά το σημείο να μη κυκλοφορεί το αίμα και αν δεν είχες ξυράφι έπρεπε να δαγκώσεις και να ρουφήξεις...

- **Το σώμα σκοτωμένου σκορπιού**

Από τα τέσσερα άτομα που ερωτήθηκαν (n=4), μόνο ένα άτομο (n=1) αναφέρει σε τσίμπημα από σκορπιό ως μέθοδο το σώμα του ίδιου του σκορπιού. Η απάντηση φαίνεται στο πλαίσιο 4β.

Πλαίσιο 4β. σκορπιός

«...σκορπιό όποιος μπορεί να τόνε πιάσει και να τόνε κοπανήσει απάνω δε σου μένει κακό,...»

2. Επιπλοκές Παραδοσιακών Θεραπευτικών Πρακτικών

Από τα τέσσερα άτομα που ερωτήθηκαν (n=4), αν γνώριζαν κάποια επιπλοκή από τις θεραπευτικές μεθόδους που μας ανέφεραν, δύο άτομα (n=2) μας ανέφεραν ως επιπλοκή τον πυρετό, ένα άτομο (n=1) μας είπε ότι δεν είχε ακούσει κάτι σχετικό, ενώ ένα άτομο (n=1) μας ανέφερε ως επικίνδυνο φυτό το φλόμο το οποίο έβαζαν πάνω σε πληγές. Οι σχετικές απαντήσεις φαίνονται στο παρακάτω πλαίσιο 1γ.

Πλαίσιο 1γ. Επιπλοκές

«Ποτέ μου δεν άκουσα τίποτα».

« Καμία φορά τους έπιανε πυρετός...»

«...πυρετός έμπαινε σε όλα τα παιδιά...»

«...φλόμος βγάξει ένα υγρό σαν γάλα το οποίο βάζαμε πάνω στις πληγές άλλα αν βάζανε πολύ ήταν λείαν επικίνδυνο.»

3. Η Χρήση των Παραδοσιακών Θεραπευτικών Πρακτικών σήμερα

Όλοι οι ερωτηθέντες (n=4) μας ανέφεραν, ότι οι παραδοσιακές θεραπευτικές χρησιμοποιούνται ακόμα και σήμερα αλλά συνήθως από τους μεγαλύτερους σε ηλικία σε σχέση με τους νεότερους οι οποίοι καταφεύγουν στους γιατρούς. Οι σχετικές απαντήσεις αναφέρονται στο παρακάτω πλαίσιο 1δ.

Πλαίσιο 1δ. Διαχρονικότητα παραδοσιακών μεθόδων.

«Χρησιμοποιούνται τα πρακτικά, πως δε χρησιμοποιούνται όταν δούμε ζόρε θα βάλουμε και χόμα και στην πληγή, μόνο τα νέα παιδιά φοβούνται...»

«Χρησιμοποιούνται αλλά όχι όπως παλιά, αυτοί που τα χρησιμοποιούσαν οι παλιοί έχουν πεθάνει...»

«Εμείς οι παλιοί τα χρησιμοποιούμε και τώρα αλλά οι νέοι πάνε στους γιατρούς.»

«Γίνονται πως δε γίνονται...»

7.10 ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Συμπέρασμα 1. Τα υλικά τα όποια χρησιμοποιούσαν για τα γιατρικά προέρχονταν κυρίως από τη φύση.

Συμπέρασμα 2. Για τα γιατρικά χρησιμοποιούσαν φυτικής και ζωικής προέλευσης υλικά.

Συμπέρασμα 3. Η θρησκευτική παράδοση έπαιζε μεγάλο ρολό στην φροντίδα υγείας, την οποία εμπιστεύονταν σε μεγάλο βαθμό.

Συμπέρασμα 4. Σημαντικό ρολό έπαιζαν οι γητειές όπου ήταν ευρέως διαδεδομένες και τις χρησιμοποιούσε μεγάλο μέρος του πληθυσμού των κατοίκων της Κρήτης.

Συμπέρασμα 5. Εκτός από τα φυτικά και ζωικά υλικά, χρησιμοποιούσαν και μέταλλα (σίδηρο ,χαλκό).

Συμπέρασμα 6. Οι επιπλοκές από τις πρακτικές μεθόδους που προκύπτουν από τις συνεντεύξεις είναι ο πυρετός και το οίδημα

Συμπέρασμα 7. Από τα αποτελέσματα της ερευνάς μπορούμε να πούμε ότι οι παραδοσιακές θεραπευτικές τεχνικές συνεχίζονται και χρησιμοποιούνται στις μέρες μας από τους μεγαλύτερους σε ηλικία ανθρώπους σε συνδυασμό με την σύγχρονη ιατρική επιστήμη.

Συμπέρασμα 8. Σε δύσκολα περιστατικά, τα οποία δεν μπορούσαν να αντιμετωπίσουν με τις παραδοσιακές μεθόδους θεραπείας, κατέφευγαν στην ιατρική επιστήμη.

Συμπέρασμα 9. Οι παλαιότεροι χρησιμοποιούσαν τις παραδοσιακές θεραπευτικές και ως συμπληρωματικές μεθόδους θεραπείας, αλλά αναφέρουν ότι οι νεότεροι σε ηλικία δεν τις χρησιμοποιούν.

Συμπέρασμα 10. Συμπεραίνουμε ότι η βιβλιογραφία συμπίπτει σε μεγάλο βαθμό με τα αποτελέσματα των απαντήσεων των ερωτηθέντων.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Η έρευνα αυτή, ανέδειξε παραδοσιακές θεραπευτικές τεχνικές οι οποίες είναι διαχρονικές και χάνονται μέσα στα βάθη των αιώνων. Θεωρούμε λοιπόν ότι όλα αυτά τα στοιχεία που αφορούν την παράδοση πάνω στα θέματα της υγείας, πρέπει να καταγράφουν λεπτομερέστατα γιατί αποτελούν κληρονομιά των λαών η οποία μπορεί να είναι πολύ χρήσιμη για το μέλλον.

Αρχικά λοιπόν, θέλαμε να καταγράψουμε αυτές τις πρακτικές αλλά και να διερευνήσουμε αν διατηρούνται και αν εφαρμόζονται έως και σήμερα. Επίσης, να ενισχύσουμε τη πίστη των ανθρώπων όσον αφορά τις παραδοσιακές θεραπευτικές και τα πρακτικά γιατροσόφια αλλά και να ενημερώσουμε για τις παρενέργειες που προκύπτουν και τη σωστή χρήση. Στην αντιμετώπιση λοιπόν του τραύματος, του εγκαύματος και του δήγματος όλα αυτά τα οποία στο παρελθόν χρησιμοποιούσαν είναι παρακαταθήκη για το μέλλον. Από την καταγραφή τους βρίσκουμε πολλές πρακτικές μεθόδους για την αντιμετώπιση των παραπάνω περιπτώσεων, οι οποίες πρέπει να ληφθούν σοβαρά υπόψη από τους επιστήμονες και ίσως να αναζητούν νέες μεθόδους θεραπείας στηριζόμενοι στο παρελθόν. Επίσης, από την έρευνα αυτή προκύπτει έντονη η παρουσία του θρησκευτικού στοιχείου, καθώς επίσης και η πίστη στη θεραπευτική ιδιότητα των πρακτικών μεθόδων, συμπεριλαμβανομένων και των βοτάνων, κυρίως από τους ηλικιωμένους. Καθώς και η προθυμία των ερωτηθέντων να περάσουν τις γνώσεις τους στις επόμενες γενιές.

Συνεπώς, είναι πολύ σημαντική η καταγραφή αυτών των μεθόδων, αφενός γιατί αποτελούν πλούσια πολιτιστική κληρονομιά, και αφετέρου διότι τείνουν να χαθούν στο πέρασμα των χρόνων. Είναι λοιπόν απαραίτητο να διαφυλάξουμε αυτή τη πολιτιστική μας κληρονομιά ώστε να τη μεταλαμπαδεύσουμε και εμείς με τη σειρά μας στις νεότερες γενιές, παράλληλα πάντα με τη χρήση των σύγχρονων ιατρονοσηλευτικών μεθόδων αποκατάστασης της υγείας.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΒΙΒΛΙΑ:

- ❖ Αποστολοπούλου- Χατζηδάκη Μ. Χρυσή υγεία. 2^η έκδ. Αθήνα: Δομική, Γκούμας- Κωτσιόπουλος, 2002.
- ❖ Σαχίνη- Καρδάση Α., Πάνου Μ. Παθολογική και χειρουργική νοσηλευτική. 3^η έκδ. Αθήνα: ιατρικές εκδόσεις βήτα , 2002.
- ❖ Μουτσόπουλος Χ. Βασικές αρχές παθοφυσιολογίας. 5^η έκδ. Άγνωστος εκδότης, Αθήνα 1999.
- ❖ Γαρδίκας Κ.Δ. Ειδική νοσολογία. 4^η έκδ. Άγνωστος εκδότης, Αθήνα 2000.
- ❖ Cecil. Παθολογία 3^η έκδ. Αθήνα : ιατρικές εκδόσεις Λίτσας 2001.
- ❖ Κωστακόπουλος Ν. Πρώτες βοήθειες. 3^η έκδ. Αθήνα: ιατρικές εκδόσεις Πασχαλίδη 1989.
- ❖ Ρηγάτος Γ. Η Αρχαία Ιατρική στη λαϊκή μας παράδοση. 4^η έκδ. Αθήνα : εκδόσεις ΒΗΤΑ , 1999.
- ❖ Γερουλανός Σ, Bridler R. Τραύμα πρόκληση και φροντίδα του τραύματος στην αρχαία Ελλάδα. 3^η έκδ. Άγνωστος εκδότης, Αθήνα 1999.
- ❖ Φραγκάκη Ε. Η δημόδης ιατρική της Κρήτης. Άγνωστος εκδότης. Αθήνα 1978.
- ❖ Παπαδογιαννάκης Ν. Κρητικό ιατροσόφιο του 19^{ου} αιώνα. 2^η έκδ. Ρέθυμνο : του ιδίου, 2001.

- ❖ Αντωνογιαννάκης Μ. Λαϊκή ιατρική. Στα πρακτικά του διεθνούς επιστημονικού συνεδρίου. Ρέθυμνο 2003.
- ❖ Ρηγάτος Γ. Η Αρχαία Ιατρική στη λαϊκή μας παράδοση, εκδόσεις ΒΗΤΑ, Αθήνα 1999.
- ❖ Μαυρακάκης Ι. Η επιστήμη της λαογραφίας και η Κρητική λαογραφία
Ρέθυμνο : Κρητική Εστία, 1949 .
- ❖ Κωνσταντινίδης Λ., Μπλατσούρα Α. Βοτανοθεραπεία. Αθήνα : Δομική, Γκούμας-Κωτσιόπουλος, 2002.
- ❖ Σαχίνη – Καρδάση Α. Μεθοδολογία έρευνας. 3^η έκδ. Αθήνα : ιατρικές εκδόσεις βήτα, 2004.
- ❖ Δετοράκης Ε. Η διαθήκη ενός εμπειρικού Κρητικού γιατρού το 1871. Ηράκλειο : Δέλτος, 2002.
- ❖ Βιβυλάκη Δημήτρη Ν., δασκάλου, αντιπροέδρου της Ιστορικής Λαογραφικής Εταιρείας Ρεθύμνης, Τα Περβόλια του Ρεθύμνου στου κύκλου τα γυρίσματα, Ρέθυμνο 1984.
- ❖ Παπαδογιάννη Μ. "Το Νταβέτι - μαγική τελετή στην Κρήτη". Περιοδικό Κρητική Εστία, τευχ.189, Δεκέμβριος 1968.
- ❖ Τσικριτσιή-Κατσιανάκη Χ. "Η γηθειά ως μέσον θεραπείας. Συλλογή από γηθειές", στα πρακτικά συνεδρίου.
- ❖ Penelopy Ody, Πλήρης οδηγός φαρμακευτικών βοτάνων, Εκδόσεις Γιαλλέλης, Αθήνα 1994.

- ❖ Πρινέα Κ. Ι., Σφακιανάκης Μ. Ανάργυρος, Βοτανοθεραπευτική, Εκδοτικός Οίκος Κ. Μακρύς, Αθήνα 2001.
- ❖ Σπύρος Π. Λάμπρος, Τα βότανα και οι θεραπευτικές τους ιδιότητες, Αθήνα 1984.
- ❖ Μπαμπαλώνας Δ., Κόκκινη Σ., Συστηματική βοτανική, Αθήνα 2000.
- ❖ Άγνωστος συγγραφέας, Ιατρική εγκυκλοπαίδεια θεραπεία με βότανα, Αθήνα 1987.
- ❖ Πάτερ Γυμνάσιος, 407 συνταγές του καλογέρου θεραπεία με βότανα, Εκδόσεις λέων, Αθήνα 1980.
- ❖ Ζαχαροπούλου. Ι. Γενική φυτοθεραπευτική, Αθήνα 1999.

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

- ❖ Λ. Σταμάτη, 2004. Τα γιατροσόφια της ελληνικής χλωρίδας, φάρμακα με ονοματεπώνυμο. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.mani.org.gr/hlorida/giatros/giatr.htm>
[Προσπελάστηκε 25/ 11/ 2007].

- ❖ Iatronet, 2006. Τα γιατροσόφια της γιαγιάς.
Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://ionianet.gr/content.php> [Προσπελάστηκε 10/ 3/2008]

- ❖ Ι. Σαββάκη, 2001. Τα βότανα της Κρήτης. Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: <http://valentine.gr/botana.htm>. [Προσπελάστηκε 27/2/ 2008]

- ❖ Συντάκτες bbcgreek, 2004. Θαυματουργά βότανα και γιατροσόφια. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:
http://www.bbc.co.uk/greek/worldnews/story/2004/09/040929_herbalremedieswork.shtml
[Προσπελάστηκε 17/ 1/2008]

- ❖ Περιοδικό αρμονία, 2002. 100 γιατροσόφια με τη σφραγίδα της επιστήμης. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:
<http://www.anew.gr/health/article.php?aid=27&pno=3> [Προσπελάστηκε 17/ 1/2008]

- ❖ Χ. Έξαρχος 2005. Γιατροσόφια ΄Β. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:
<http://www.fourka.gr/Lang,el,PortletID,GiatrosofiaB.jsp>. [Προσπελάστηκε 22/4/2008]

❖ Γιατροσόφια της γιαγιάς, 2006. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:

<http://www.allforums.gr/phpBB2/viewtopic.php?=&p=69483> [Προσπελάστηκε
18/3/2008]

❖ Μεγαλόχαρη – γιατροσόφια, 2003 . Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:

<http://www.megalohari.gr/giatrosafia.html>. [Προσπελάστηκε 18/3/2008]

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ 1

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Όταν χτυπούσε κάποιος παλιά και αιμορραγούσε τι βάζατε στη πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Την έπλεναν με κρύο νερό, όχι με ζεστό, διότι θα ανοίξει περισσότερο με το ζεστό, με το κρύο και έπειτα έβαζαν τον καπνό ενός τσιγάρου πάνω και για επίδεσμο χρησιμοποιούσαν άσπρο, μαντήλι και το έδεναν πάνω εκεί.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Το αίμα σταματούσε ?βάζατε κάτι πάνω για να κλείσει η πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ναι σταματούσε, σταματούσε διότι το τσιγάρο είναι στυφτικό. Εάν όμως η αιμορραγία ήτανε μεγάλη προσωρινά έκαναν το ίδιο αλλά έπρεπε να πάει σε γιατρό, έπρεπε να πάει σε γιατρό. Εκλειούσε μόνη της. Όχι, όχι δεν είχαν τέτοια πράγματα, τέτοια που να 'χουν. Άκου δω όταν λέμε ότι ο άνθρωπος είναι καλόσαρκος κλείνει η πληγή εύκολα και προπαντός αν είναι μικρό παιδί πολύ πιο εύκολα επειδή θρέφει να πούμε γι αυτό το λόγο.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα εγκαύματα θυμάστε τι κάνατε και τι βάζατε πάνω για να επουλωθεί το έγκαυμα κάποια αλοιφή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Λίπος από χοιρινό βάζαμε συνήθως, που είναι πιο μαλακό το χοιρινό λίπος εγώ θυμάμαι όταν ήταν ο πατέρας μου πάντα κρεμούσε ένα κομμάτι λίπος μόνιμα το 'χε.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα τσιμπήματα από ζώα τι κάνατε;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Στα τσιμπήματα κομπρέσες με ζεστό νερό η ξύδι, δεν υπήρχαν όπως τώρα οι αμμωνίες.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Θυμάστε αν είχαμε επιπλοκές σε κάποιους από αυτά που του κάνατε όπως πυρετός η τίποτα άλλο;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Όχι δε θυμάμαι άλλα προσοχή χρειαζόταν όσοι χρησιμοποιούσαν το λεγόμενο φλόμο ,αυτά υπήρχαν εδώ στους πόταμους άλλα τώρα έχουν εξαφανιστεί. Ο φλόμος βγάζει ένα υγρό σαν γάλα το οποίο βάζαμε πάνω στις πληγές άλλα αν βάζανε πολύ ήταν λείαν επικίνδυνο.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Εκτός από τα πρακτικά χρησιμοποιούσατε γηθιές η κάτι άλλο και αν ναι θυμάστε κάποια;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Χρησιμοποιούσανε άλλα δεν θυμάμαι εγώ.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Ξέρετε αν αυτά τα πρακτικά χρησιμοποιούνται στις μέρες μας και αν ναι από ποιόν;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Γίνονται πως δε γίνονται. Θυμάμαι εγώ συγκεκριμένα το λιόκρουνο μου το φέρνε του μακαρίτη του Περίανδρου η μάνα από δω διπλά και πήγαινα εκεί και το έβαζε σένα ποτήρι νερό έλεγε κάτι τη γητειά που λέμε και έπειτα έπλυνα το στόμα μου μ αυτό. Δεν ξέρω ποιος το χει τώρα σίγουρα σε κάποιον θα το χουν αφήσει.

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ 2

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Όταν χτυπούσε κάποιος παλιά και αιμορραγούσε τι βάζατε στη πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ετότε παιδί μου δε κατέχαμε εμείς, αν έπεφτε κανένας ή χόμα θέλα του βάλουμε ή με συγχωρείται κοπριά από το κτήμα ή ότι βρούμε στην εξοχή για να γιάνει. Δεν ήτανε πολλά φάρμακα αλλά όποιος είχε τσιγάρο και ήτανε στην εξοχή θα το βάλει πάνω, με αυτό στενότερα το αίμα.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Το αίμα σταματούσε; βάζατε κάτι πάνω για να κλείσει η πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Σταματούσε με αυτά που του βάζαμε απάνω και η πληγή έκλεινε μοναχή της.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα εγκαύματα θυμάστε τι κάνατε και τι βάζατε πάνω για να επουλωθεί το έγκαυμα κάποια αλοιφή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Από τσι τοίχους βρίχανε αράχνη πολύ πολύ λάδι και απίρι τα ανακατεύανε τα βράζανε και γινότανε πηχτή αλοιφή και βάζανε στο έγκαυμα πάνω. Όταν κάηκα εγώ με λάδι είχα πολύ κάψιμο και καιγόμουνε τους λέω λάδι και αλάτι να μου βάλετε γιατί όταν κάηκε μικρή η Αθηνά με λάδι όταν μαγείρευε τσι βάλανε αλάτσι πολύ πολύ και λάδι για να πάρει την φλόγωση, αλλά εγώ σκέφτηκα πως το λάδι και τα' αλάτσι εμένα θα με στραβώσει γιατί είχα καεί στο πρόσωπο και λέω φέρτε ντομάτες.

Το αποτέλεσμα ήτανε πως επήγα στις Μοίρες και μού 'βαλε ο γιατρός ορούς δεν κατέχω ίντα άλλο μου βάλανε και την επαύριο πήγα στο Ηράκλειο και έκανα δώδεκα μέρες και μου 'βαλαν αλοιφή που αν ήθελε μπει στο στόμα θα με ψακώσει ή στα μάτια θα με στραβώσει, και την ημέρα του αγιασμού βάλανε ένα πιατέλο και

με ξύσανε και βγάλανε λέπια σαν το ψάρι και μετά συνεχίσανε άλλες συνταγές και έκλεισε αλλά έκανα τρείς μήνες να πορίσω από το σπίτι.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα τσιμπήματα από ζώα τι κάνατε;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Από σκορπιό όποιος μπορεί να τότε πιάσει και να τότε κοπανήσει απάνω δε σου μένει κακό, στα άλλα δαγκώματα προσπαθούσαν να ξυραφίσουν το μέρος να μη φτάνει καινούριο αίμα στο δηλητήριο και το απομονώνανε μέχρι να φύγει το κακό αίμα, εσφίγκανε δυνατά το σημείο να μη κυκλοφορεί το αίμα και αν δεν είχες ξυράφι έπρεπε να δαγκώσεις και να ρουφήξεις.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Θυμάστε αν είχαμε επιπλοκές σε κάποιους από αυτά που του κάνατε όπως πυρετός η τίποτα άλλο;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Άμα χτυπούσε πολύ και είχε πολύ μεγάλη πληγή η γιαγιά μου έλεγε του πατέρα μου, ‘η μάνα μου έβγαλε αγκάθι και την εκαίγανε την πληγή.’ πυρετός έμπαινε σε όλα τα παιδιά αλλά είχαμε κίτρινο κινίνο και μας το δίνανε στο σχολείο.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Εκτός από τα πρακτικά χρησιμοποιούσατε γηθιές η κάτι άλλο και αν ναι θυμάστε κάποια;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Της Θάλειας η μάνα εκάτεχε μια γητειά που αν στην έλεγε δε σου κακούριζε η πληγή αλλά έπρεπε να της πεις πως χτύπησες, με πέτρα με ξύλο; Πως σου πέζανε την χτυπιά; διαφορετική γητειά για κάθε πράγμα.

Μια φορά του Θεοδόση η μάνα του πέταξε το ινί και του ‘σκισε την κεφαλή, μεγάλη πληγή δηλαδή, και λένε γλακάτε στις Αμαλίας, του είπε την γητειά και έγιανε, αλλά αυτή την γητειά δεν την έλεγε σ’ άλλους.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Ξέρετε αν αυτά τα πρακτικά χρησιμοποιούνται στις μέρες μας και αν ναι από ποιόν;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Εμείς οι παλιοί τα χρησιμοποιούμε και τώρα, αλλά οι νέοι πάνε στους γιατρούς.

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ 3

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Όταν χτυπούσε κάποιος παλιά και αιμορραγούσε τι βάζατε στη πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Χώμα σκόνη χώμα χωρίς πετραδάκια, και με το χώμα σταματούσε η αιμορραγία, πίεζες εκεί και σταματούσε και λέγαμε γιάνε χώμα το άλλο χώμα. Βάζαμε και καβαλίνες από το γάιδαρο ξερές και έπινε το αίμα, βάζαμε επίσης και λίπος από χοίρο και μαλάκωνε η πληγή.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Το αίμα σταματούσε ?βάζατε κάτι πάνω για να κλείσει η πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ναι με αυτά που βάνανε σταματούσε αμέσως.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα εγκαύματα θυμάστε τι κάνατε και τι βάζατε πάνω για να επουλωθεί το έγκαυμα κάποια αλοιφή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Στα εγκαύματα βάζαμε συνήθως νεράκι, με το απίρι κάνανε μια αλοιφή και βάζανε στο έγκαυμα ντομάτα και οδοντόκρεμα.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα τσιμπήματα από ζώα τι κάνατε;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Αν σε δάγκωνε μπούμπουρας, σφίγγα βάζαμε ξύδι η ρακί η ένα σιδερό το αφήναμε στον Ήλιο και ζεσταινόταν και το βάζαμε πάνω.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Θυμάστε αν είχαμε επιπλοκές σε κάποιους από αυτά που του κάνατε όπως πυρετός η τίποτα άλλο;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Καμία φόρα τους έπιανε πυρετός αλλά τα πρακτικά που βάζαμε δεν κάνανε ζημιά.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Εκτός από τα πρακτικά χρησιμοποιούσατε γηθιές η κάτι άλλο και αν ναι θυμάστε κάποια;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Θυμάμαι γηθειές αλλά για το φθαρμό:

“ στο όνομα του πατρός και του υιού και του άγιου πνεύματος δυο μάτια σας εματιάσανε στο όνομα του πατρός και του υιού και του άγιου πνεύματος δέξου γη το βάρος και ο <τάδε> την υγεία του...

και έπιανε και άλλη μια λέγανε:

“ πέντε και πέντε δέκα και πέντε δεκαπέντε και πέντε είκοσι και πέντε εικοσιπέντε και πέντε τριάντα και πέντε τριανταπέντε και πέντε σαράντα και πέντε σαράντα πέντε και πέντε πενήντα άγιοι φωτίσετε και βγάλετε το φθαρμό από το δούλο σου <τάδε>.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Ξέρετε αν αυτά τα πρακτικά χρησιμοποιούνται στις μέρες μας και αν ναι από ποιόν;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Χρησιμοποιούνται αλλά όχι όπως παλιά, αυτοί που τα χρησιμοποιούσαν οι παλιοί έχουν πεθάνει οι περισσότεροι.

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ 4

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Όταν χτυπούσε κάποιος παλιά και αιμορραγούσε τι βάζατε στη πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ο άντρας μου πολλές φορές όταν θα χτυπούσε έβγαζε ένα τσιγάρο από το πακέτο του και τον έβαζε εκεί το άνοιγε το τσιγάρο και το καπνό τότε πιπίλιζε εκιά και τότε πατίκωνε και στάματα το αίμα και έκλεινε και ούτε μόλυνση τον έπιανε ούτε τίποτα. Εμείς ως κοπέλια θυμούμαι στην εξοχή όταν θελα βαρούμε να χτυπήσουμε, παιδιά ήμασταν παίζαμε όταν χτυπούσαμε πιάναμε το χώμα το βάζαμε πάνω και λέγαμε 'γιάνε χώμα το άλλο χώμα να το σταυρώσουμε τρεις φορές και να παστουρόσουμε χώμα από κάτω από την εξοχή, ζεστό ζεστό όπως ήτανε να το παστουρόσουμε εκειδά να σταματήσει το αίμα. Μόλις έμπαινε πολύ πολύ χώμα όπως έτρεχε το αίμα έπεισε εκεί. Το άφηνες λίγη ώρα και μετά πήγαινες και πλυνόσουνα και ήσουν εντάξει άλλα λέγαμε πρώτα με τα τρία του δάκτυλα έπλασε ο θεός το χώμα, γιάνε χώμα το άλλο χώμα

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Το αίμα σταματούσε ?βάζατε κάτι πάνω για να κλείσει η πληγή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ναι με αυτά που βάζαμε το χώμα το τσιγάρο σταματούσε και έκλεινε μονή της και δεν σε πιάνανε και μολύνσεις.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα εγκαύματα θυμάστε τι κάνατε και τι βάζατε πάνω για να επουλωθεί το έγκαυμα κάποια αλοιφή;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Εμείς παιδί μου όταν θα καούμε στα χρονιά τα δικά μου εγώ είμαι 70 χρόνων, όταν θελα καούμε ήτανε η προκοπή μας και η χαρά μας να τρέξουμε αμέσως να πλυθούμε εκεί και να πιάσουμε μια χαχαλιά αλάτι να το παστουρόσουμε επάνω, πάνω στο έγκαυμα αλάτι αυτό κάναμε την εποχή τη δικιά μου.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Στα τσιμπήματα από ζώα τι κάνατε;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Τον άντρα μου τον δάγκωσαν πολλές φορές σκορπιοί και είχε πόνους που μου λέγε ‘από τα αυτιά μου βγαίνουνε οι πόνοι τόσο δυνατοί είναι, έμενα με του θεού τη δύναμη δε με δαγκάσανε ποτέ και ο θεός να μην με αφήσει. Τον δάγκωσε μια φορά τον άντρα μου στην εξοχή δεν υπήρχε τίποτα ήντα θελα κάμει? Πονούσε επονούσε και λέω του όπως όταν σε δαγκώσει μια σφίγγα η μια μέλισσα και γλακάς και βάνεις σιδερό εκεί που σε χει τσιμπήσει βαλε σίντερο εκιά και του φάνηκε πως το μαχαίρι του κάνε καλό, κρατούσε ένα μαχαιράκι και το βαλε απάνω στη χέρα γιατί τότε δάγκωσε εκεί γιατί πήγε να σηκώσει μια πετρά στις ελιές και ήτανε από κάτω και τον άγγιξε και τον δάγκωσε, και έβαλε σιδερό άλλα πονούσε 2-3 ώρες ανυπόφορους πόνους άλλα με το μαχαίρι όμως του ελάφρωνε το πόνο έτσι του φαινόταν, όπως και στις σφίγγες πολλές φορές το βάζαμε και στους μπουμπούρους πραγματικά το σιδερό ήταν το σωτήριο για το δάγκωμα του μπούμπουρα σφίγγας, μόλις σε δαγκώσει να χεις το σιδερό ότι σιδερό ήταν να το κουμπίσεις εκεί που σε δάγκωσε να το πιέσεις εκεί να βγάλεις το κεντρί, γιατί της μέλισσας πάντα μένει μέσα ήταν εντάξει υστέρα. Υπάρχει και μια γητεία για του σκορπιούς: ‘’αι Γιωργή τρεις άγγελοι, τρεις άγγελοι του χριστού, δέσε και χαλίνωσε το σκόρπιο, το λιακόνι, τον όφη, τη λιόχεντρα, τη σκουλοπετρίδα από κάτω στο πλακάκι το μικρό ρογαλιδάκι, μέχρι να ξετινάξει η μάνα τα σακιά να βγει ο ήλιος τρία κονταρόξυλα’’. Γήτευες το βράδυ και μέχρι την επόμενη μέρα την ίδια ώρα όσοι σκορπιοί και αν είναι δεν πρόκειται να σε δαγκώσουν.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Θυμάστε αν είχαμε επιπλοκές σε κάποιους από αυτά που του κάνατε όπως πυρετός η τίποτα άλλο;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ποτέ μου δεν άκουσα τίποτα.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Εκτός από τα πρακτικά χρησιμοποιούσατε γηθιές η κάτι άλλο και αν ναι θυμάστε κάποια;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Ναι και τα δυο μαζί τα κάναμε και τα γιατροσόφια και λέγαμε και γητείες, δεν θυμάμαι άλλες όμως.

- ΕΡΩΤΗΣΗ: Ξέρετε αν αυτά τα πρακτικά χρησιμοποιούνται στις μέρες μας και αν ναι από ποιόν;

ΑΠΑΝΤΗΣΗ: Χρησιμοποιούνται τα πρακτικά, πως δε χρησιμοποιούνται όταν δούμε ζόρε θα βάλουμε και χόμα και στην πληγή, μόνο τα νέα παιδιά φοβούνται, άλλα εμείς οι παλιοί άμα τύχει να κοπώ εγώ εδά και να είμαι σε εξοχή θα το βάλω εγώ το χόμα γιάντα να μην το βάλω? Άλλα ένας νέος δεν το κάνει. Εμείς οι γυναίκες όπως και η Μαρία γητεύει τις μυρμηγκιές η μια με την άλλη κάνουμε τις γητείες.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2

ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ

- Αγγουρόλαδο = λάδι από μη ώριμες ελιές
- Αγκανάδος = ευερέθιστος
- Αγλακώ = τρέχω
- Αθός = τέφρα
- Ακονυζά = είδος φυτού (κόνυζα)
- Αλάτσι = αλάτι
- Αμολέρνω = αφήνω
- Αμπερόριζα = είδος φυτού
- Ανέδραμμα = αλλεργία δέρματος
- Αφορκισμός = εξωρκισμός
- Βαρισμασμένος = χτυπημένος
- Βουγγάρα = είδος χόρτου (ζωγάκια)
- Βραστάρια = αφειγήματα
- Γιάγυρε = γύρισε
- Γιάντα = γιατί
- Γλακάς = τρέχεις
- Εβαρίχγανε = χτυπούσαν
- Εβρίχγανε = έβρισκαν
- Εκία = εκεί
- Έρωντας = βότανο

- Ετσά = έτσι
- Ήντα = τι
- Θρουλό = θρυματίζω
- Καβαλίνα = περιττώματα όνου
- Καδελέτο = φέρετρο
- Κακοσύνεμα = μόλυνση
- Κλαπάκι = είδος φυτού
- Καρφίτην = εξάνθημα, πληγή
- Κατέχω = γνωρίζω
- Κεντιδοβελώνα = βελώνα κεντήματος
- Λιακόνι = είδος σαύρας
- Λίοκουρνο = κέρατο φιδιού
- Λιόχεντρα = έχιδνα
- Μπαμπακούλα = ηλιοτρόπιο
- Νηρόχορτο = είδος φυτού
- Πάντηξε = συνάντησε
- Ριτζίνι = ρετσίνι
- Σκουραπίδια = αχλάδια που ωριμάζουν το φθινόπωρο
- Τρούλες = είδος φυτού
- Τση = της
- Τσόχος = είδος φυτού, αντίδοτο
- Φταρμός = βασκανία
- Φλόμος = είδος φυτού
- Χαίνουσα πληγή = πληγή που αιμορραγεί
- Χαχαλιά = χούφτα

- Χερικάρηδες = ειδικευμένοι σε ένα συγκεκριμένο τρόπο μεταφυσικής θεραπείας χωρίς να είναι μάγοι ή ιερείς
- Ψακόνω = δηλητηριάζω

ΕΙΚΟΝΕΣ

1. Οι γεννήτορες της ιατρικής και της φαρμακολογίας (ξεκινώντας από επάνω, από αριστερά προς τα δεξιά): Ασκληπιός, Ιπποκράτης, Αβικέννας, Ραζής, Αριστοτέλης, Γαληνός, Μάσερ, Αλβέρτος ο Μέγας, Διοσκουρίδης, Μεσουέ, Σεραπίων. Χειρόγραφο του Γιοχάνε Καντεμόστο, 15ος αι.



2. Αγόρι που προσπαθεί να απαλλαγεί από αγκάθι στο αριστερό του πέλμα.
Μαρμάρινο ρωμαϊκό αντίγραφο ελληνικού αγάλματος. Βερολίνο,
Antikensammlung.



3. Ανάγλυφο αφιερωμένο στον Ασκληπιό και την Υγεία. Ο θεός εικονίζεται να γιατρεύει μια γυναίκα, που είναι ξαπλωμένη στο άβατο και τον βλέπει στον ύπνο της. (Ασκληπιείο Πειραιά, περ. 400 π.Χ. Πειραιάς, Αρχαιολογικό Μουσείο.)



3. Ιατρικά εργαλεία – Μουσείο Επιδαύρου.





Ασκληπιός ο έλληνας θεός της ιατρικής.

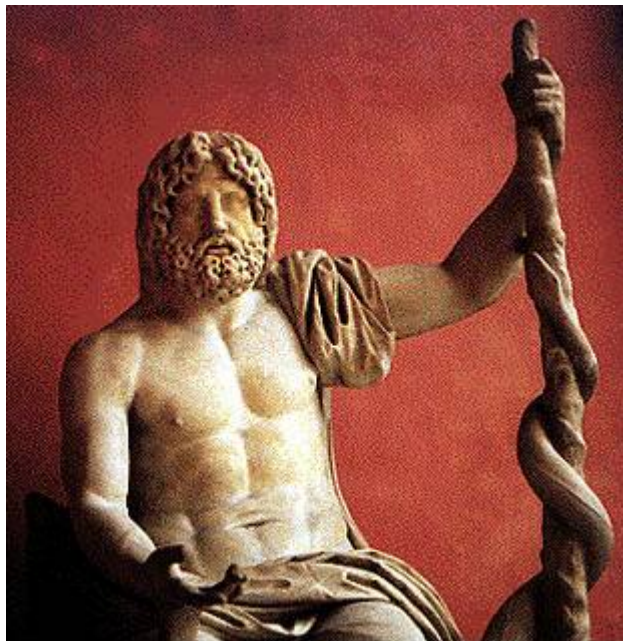


ΑΣΚΛΗΠΙΟΣ «Ο ΠΡΩΤΟΣ ΕΛΛΗΝΑΣ ΓΙΑΤΡΟΣ»
Ο Ασκληπιός (Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο - ΑΘΗΝΑ)





Απεικόνιση του Ασκληπιού και της οικογένειάς του.



Ασκληπιος.



Εργαλεία που χρησιμοποιούσαν στην αρχαία Ελλάδα για την αποκατάσταση της υγείας.



Αναθηματικό ανάγλυφο, οικογένεια με προσφορές προς τον Ασκληπιό και την Υγεία, 350-300 π.Χ., Βερολίνο, Antikensammlung



Αλοιφές

Η πρώτη παρουσία των αλοιφών καταγράφεται από την εποχή του **χαλκού** και συνδέεται με τη θεραπευτική και την κοσμητική. Λειτουργεί ως επούλωτική τραυμάτων, ως βοήθημα για τις δερματικές παθήσεις, ως ανακούφιση χρόνιων παθήσεων ή ακόμα μπορεί να χρησιμοποιηθεί και ως καλλυντική.

Συνήθως χρησιμοποιούν **ορυκτά φυσικής προέλευσης**, τα οποία τα αναμειγνύουν προσεκτικά με τον λιπαρό φορέα σε ανάλογη

θερμοκρασία. Σε περίπτωση που χρειάζεται διάλυση σε νερό, εφαρμόζουνε μια τυπική διαδικασία "**εκτέλεσης εν θερμώ**".



Ο Γαληνός αναφέρεται εκτενώς στην παρασκευή των εμπλάστρων και των κηρωτών (κοινώς **τσιρότων**).

Η παρασκευή τους είναι δύσκολη και πολύπλοκη. Τα **μαλακτικά** και **επούλωτικά επιθέματα**, είναι εύπλαστα εν θερμώ, που περιέχουν άλατα μολύβδου ή και υδραργύρου, κεριά και λιπαρό φορέα. Παρασκευάζονται με τη σύντηξη των υλικών σε χαμηλή φωτιά.

Τα κάθε είδους εμπλάστρα θα διατρέξουν αναλλοίωτα τους αιώνες από τα αρχαία χρόνια έως και τον μεσοπόλεμο.

Ένα απαραίτητο στοιχείο είναι η καλή παρασκευή τους που τα καθιστά μαζί με τις αλοιφές ως τα κυριότερα ευρήματα που θα βοηθήσουν στην ανάπτυξη της τεχνολογίας των προβιομηχανικών χρόνων.

Θεραπευτικά θυμιάματα

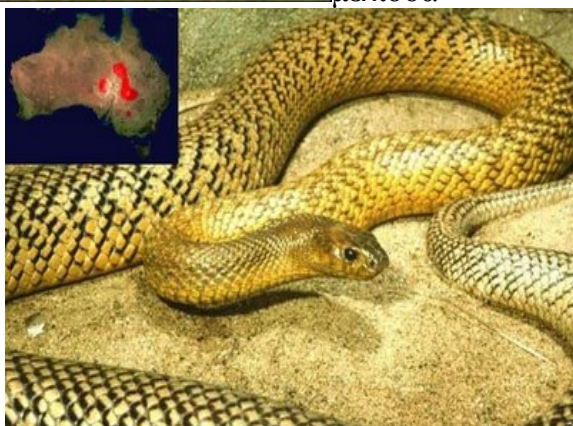
Στη χρυσή εποχή της αρχαίας ελληνικής ιατρικής οι υποκαπνισμοί με σελινόσπορο και γλυκάνισο, ξερό ρετσίνι, κανέλλα, σμύρνα, ζαφορά αποτελούν ένα από τα κυρίαρχα μέσα θεραπείας. Ο Ιπποκράτης, αναφέρει στο έργο του "Περί γυναικείας φύσιος", μεταχειρίζεται τους υποκαπνισμούς για τη θεραπεία της στειρότητας, τη συσμηνόρροια.



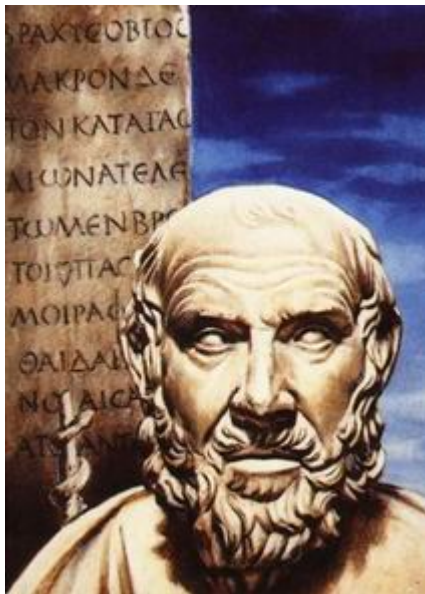
σκορπιός.



μέλισσα



φίδι.



Ο μέγας γιατρός Ιπποκράτης.



An ancient doctor treating a patient





Γιατροσόφια από βότανα.