



Stawianie baniek (terapia próżniowa) jest jedną ze starożytnych metod, używaną w Chinach, Wschodniej Europie, Afryce, która działa przeciwbólowo, przeciwzapalnie, wzmacnia i odtruwa nasz organizm.

Na świecie używano różnych rodzajów baniek. W Afryce plemienni lekarze używali rogów zwierząt lub kokosowych skorup. W Chinach powszechnie robione były bańki z bambusa, zaś w Japonii powstał wyszukany system stawiania baniek z użyciem specjalnej pompki, która wysysała powietrze z bańki z umieszczonym w niej magnesem.

Obecnie raczej rzadko praktykowane jest stawianie baniek. Jeśli już to się zdarza to najczęściej, jako wspomaganie leczenia zapalenia płuc, oskrzeli i silnego przeziębienia. Spadek popularności baniek wynika najprawdopodobniej z braku zrozumienia ich działania i wpływu na organizm, a także z panujących przesądów. Niewielu z nas wie, że stawianie baniek jest skuteczną i szybko działającą metodą leczenia.

Podczas stawiania baniek wytworzone podciśnienie wciąga skórę i sprawia, że naczynia krwionośne pękają. Krew, usuniętą z krwioobiegu, nasz organizm traktuje ją, jako ciało obce i uruchamia procesy obronne, które przy okazji zwalczają także zakaźki choroby.

Stawianie baniek jest dobrym sposobem leczenia nadciśnienia, astmy, problemów żołądkowych, hemoroidów, czyraków, bólów mięśni i stawów. Od dawna używane są do walki z wirusowymi infekcjami dróg oddechowych; katar, przeziębienie, grypa, zapalenie oskrzeli i migdałków, zapalenie gardła i krtani. Pomagają także przy bólach głowy i migrenach. Stawianie baniek wzmacnia system odpornościowy organizmu i krążenie krwi. Poza tym postawienie baniek łagodzi stres i napięcie.



