




## Domácí homeopatie



### Mgr. Alžběta Matiašová

Program pro rodiče o tom, jak se naučit jednoduše vybrat sobě i svým dětem homeopatický lék, ušetřit tím peníze za chemické léky, svá těla od zbytečné chemické zátěže a čas pro sebe a své zdravé blízké.

Gratuluji Vám k zakoupení e-booku Domáci homeopatie☺. Dostáváte do rukou návod, který Vás bude provázet v mnoha těžkých chvílích, ve chvílích nemocí Vašich dětí. Mám pro Vás skvělou zprávu – NEJSTE NA TO SAMI! Budete mít vždy u sebe poradce, který Vás navede a podrží. Pokud narazíte na problém, se kterým si i přesto nebudete vědět rady, obraťte se na mne, nebo pokud máte, tak na svého homeopata. Mně telefonáty moc pomohly právě na začátku, kdy jsem si nebyla jistá.

Pokud budete mít dotazy, pište nejlépe na fb stránky Domáci homeopatie. Zde budu několikrát v týdnu zdarma odpovídat . Jinak soukromě na níže uvedený email. Zde budu tak jednou až dvakrát týdně. Telefonické akutní konzultace mám zpoplatněny dle aktuálního ceníku na webu [www.homeopatie-brno.ic.cz](http://www.homeopatie-brno.ic.cz)

Alžběta Matiašová



[www.domacihomeopatie.cz](http://www.domacihomeopatie.cz)

[alzbeta@domacihomeopatie.cz](mailto:alzbeta@domacihomeopatie.cz)

#### Prohlášení

Tento materiál je informačním produktem. Vše, co píši, mám vyzkoušené a zažité, ale vždy záleží na situaci a momentálním nastavení toho, kdo lék podává. Tyto informace jsou tedy pouze doporučením a nezaručují vždycky úspěch. Použitím tohoto materiálu a úspěchy či neúspěchy z toho plynoucí, jsou pouze ve Vašich rukách a autorka nenesे žádnou zodpovědnost.

## Obsah

Kapitola 1 Úvod .....	6
Kapitola 2 Příprava .....	8
A. Co je třeba si uvědomit, než začnete? .....	8
B. Co si pořídit, než začnete? .....	8
Kapitola 3 Zásady .....	10
A. Jak vybírat lék? .....	10
I. Pozorování .....	10
II. Zachovat klid .....	10
B. Podávání léku .....	10
I. V jednom okamžiku podáváme jeden lék. ....	10
II. Jak poznáme, že jsme dobře vybrali lék? .....	11
III. Kdy lék měníme? .....	12
IV. Vysazování léku .....	12
V. Jak často lék podáváme a jakým způsobem? .....	12
VI. Kdy lék nepodáváme? .....	13
VII. Dávkování léku .....	13
C. Skladování léků .....	13
Kapitola 4 Nemoci .....	15
A. CHŘÍPKY .....	15
B. ANGÍNY .....	19
I. počáteční stav .....	19
II. pokročilejší stav .....	22
C. RÝMA .....	22
D. KAŠEL .....	26
III. Kašel suchý .....	27
IV. D. 2 Kašel suchý nebo vlhký .....	30
V. D. 3 Kašel vlhký .....	31
VI. D. 4 Kašel psychogenní (vyvolaný emocí) .....	32
E. CHRAPOT, ZTRÁTA HLASU .....	32
I. infekční zánět, přetížení .....	33
II. emoční důvody .....	34
F. NEVOLNOST V DOPRAVNÍCH PROSTŘEDCÍCH – KINETÓZY .....	34

G.	PRŮJEM.....	36
I.	jednoduchý průběh - hojný, není výrazná bolestivost .....	36
II.	závažnější průběh - bolesti jsou výrazné .....	37
III.	závažnější, bez bolesti .....	37
IV.	těžší střevní chřipky .....	38
V.	psychogenní průjem .....	39
H.	NEVOLNOST, ZVRACENÍ.....	40
I.	OPARY - NA RTECH, PÁSOVÝ OPAR.....	41
	Kapitola 5 Úrazy.....	43
A.	BODNÉ RÁNY .....	47
B.	ŘEZNÉ RÁNY.....	49
C.	ÚPAL, ÚŽEH.....	49
D.	VYMKNUTÍ KLOUBŮ, NAMOŽENÍ ŠLACH .....	50
E.	ZLOMENINY .....	52
F.	KRVÁCENÍ .....	53
G.	OMRZLINY.....	54
H.	POPÁLENINY A OPAŘENINY .....	55
I.	1.stupeň- <i>začervenání, lehký otok</i> .....	55
II.	2.Stupeň - <i>větší destrukce kožních buněk, zjizvení, tvoří se puchýře, kůže se odlupuje, větší bolest</i> .....	55
III.	3. a 4. stupeň- <i>těžké popálení – destrukce kůže, zuhelnatění, postiženy hlubší tkáně</i> .....	55
I.	POKOUSÁNÍ ZVÍŘETEM.....	56
	Kapitola 6 Operace .....	57
A.	PŘEDOPERAČNÍ PÉČE .....	57
B.	POOPERAČNÍ PÉČE .....	58
	Kapitola 7 Dětské nemoci.....	60
A.	PLANÉ NEŠTOVICE .....	60
B.	SPÁLA.....	61
C.	ČERNÝ KAŠEL .....	62
	Kapitola 8 Záněty.....	63
A.	OTITIDY, MASTOIDITIDY – záněty ucha .....	63
B.	SINUSITIDY - ZÁNĚTY LÍCNÍCH DUTIN.....	64
C.	ZÁNĚTY SLZNÝCH KANÁLKŮ, SPOJIVEK .....	65
D.	ZÁNĚTY DÁSNÍ .....	66

Kapitola 9 Zuby.....	68
A. PROBLÉMY SE ZUBY.....	68
B. PROBLÉMY S DENTICÍ (prořezávání zubů).....	68
Kapitola 10 Závěr.....	69

## Kapitola 1 Úvod

Již několik let učím maminky léčit své děti, sebe, partnera, případně širší rodinu a známé. Můj přístup výuky se díky tomu hodně vyvíjel, každý kurz byl v něčem nový, jedinečný, originální. V každém kurzu byla sestava žen, která mě samotnou vždycky něčím obohatila a věřím tomu, že i ony odcházely obohacené. Dodnes mi píší a volají své úspěchy☺.

Tato kniha je napsána především maminkám. Jednoduše proto, že já jsem také matka, mám dvě děti a na mateřské dovolené a i po té jsem se potýkala s mnohými problémy, se kterými teď mohu Vám, které jste v podobné situaci, pomoci. Tato kniha není však určená jen ženám - matkám. Tato kniha je pro všechny, kdo již nechťejí do sebe „cpát“ chemické léky, chtějí udělat krok někam dál. Nepůjdeme tu sice do úplných hlubin naší duše, jako tomu je v hloubkové homeopatické léčbě, ale každopádně to bude krok, kterým se posunete blíž k sobě samým. Tato kniha je i pro Ty z Vás, kteří již pracují na hlubších úrovních, na příčinách svých potíží, ale ještě neumí odblokovat nemoci bez léků, ještě neumí propojit nemoc do svého života tak, že může odeznít v okamžiku, když si uvědomíte její příčinu. Tato kniha je zkratka pro všechny, kteří chtějí začít brát život do svých rukou, v tomto případě nemoci své a svých blízkých.

Proč vlastně tuhle knihu píší? Protože si vzpomínám, jak jsem tápala já, když přicházela nemoc, běžné prostředky nepomáhaly a já hledala cestu, jak z toho ven. Víím, jaké to je. Ale také už víím, jak si s tím poradit. Proto Vám chci předat mé zkušenosti **jednoduchou, přehlednou a srozumitelnou formou**. Chci Vám ukázat, že homeopatie nemusí být složitá, i když to tak zpočátku může vypadat. Chci Vám sdělit, že každý z Vás se může naučit zasahovat v základních akutních stavech svých i svých blízkých a tím přijmout zodpovědnost za své zdraví. Píši Vám to i proto, abyste si uvědomili, že tohle je další krůček, vlastně takový mezikrok ještě někam dál. Že tady to nekončí, tady ta cesta k sobě totiž začíná...

Píši Vám to proto, abyste udělali již teď první kroky. Pořídte si homeopatickou lékárníčku. Pozorujte příznaky, zapisujte si je, vyberte vhodný lék a podejte ho nemocnému. Sledujte, jak se nemoc vyvíjí a případně změňte lék podle stavu nemocného. Zbytečně lék nedávejte. Dejte čas léku, aby mohl ukázat, co umí.

Tato kniha může být Vaším průvodcem, Vaším pomocníkem. Můžete se k ní vracet a hledat v ní informace k Vašemu léčení. Já sama musím říct, že kdykoli upravuji materiály na další kurz a i teď, když píši tuhle knihu, si stále uvědomuji nové a nové věci, které jsem nevěděla či je zapoměla. Takže i mě každé pročitání touto knihou nějak obohatí☺.

Začněte nejlépe na kamarádech a přátelích. Tam máte odstup, tak to jde lépe. Začněte hned, jak k tomu budete mít příležitost, tj. jakmile někdo bude mít problém a bude chtít, abyste mu pomohli. Pak pokračujte doma u sebe a své rodiny. Bývá to často to nejtěžší, protože je v tom člověk zaangažován emocionálně. Ale jde to. Zkoušejte to. Uvidíte, úspěch se dostaví. Nikoho nenuťte. Pomoc druhým nabídněte, ale pokud dotyčný nechce, je to velká ztráta energie, když mu budete nutit homeopatickou léčbu.

Sedněte si nad knihou, listujte a čtěte. Zkuste nacítit každý jednotlivý lék, o čem je a co přináší? Zapamatujte si hlavní jeden až dva symptomy, které jsou typické pro ten lék. Ať víte, když si

namátkou vytáhnete lék z lékárníčky, na co ten lék můžete použít. Můžete si s tím takto hrát. Tosyp Vám urychlí výběr v akutním stavu. Když je čas, můžete pak listovat a vybírat s rozvahou.

Budeme v celé knize procvičovat a opakovat důležité symptomy daných léků. Uvidíte, když budete číst souvisle od začátku do konce, že se Vám to začne propojovat. A když dojdete do tohoto bodu – propojení souvislostí, máte vyhráno.

Každý k tomuto bodu přijde v jiný čas, trvá mu to jinak dlouho. Proto nezaoufejte. Držte se jednoho základního pravidla, které Vám zde prozradím: POKUD JE V NĚČEM SLOŽITOST, TAK JE TŘEBA TO ZJEDNODUŠIT. Jestliže tedy se čas od času v léčbě zamotáte, bude Vám to připadat složité, náročné nebo že to nefunguje...jen se zastavte a uvědomte si to. Ano, zamotala jste se. V pořádku. Ale složité to nemá být. Nic. Vše je jednoduché. Jak se říká: V JEDNODUCHOSTI JE KRÁSA ☺. Dejte si záměr, ať se to zjednoduší. Na základě toho Vám začnou přicházet nápady, co s tím. Někdy Vám přijde myšlenka, že možná teď nemáte dávat nic – žádný lék. Prostě počkat. Někdy Vám přijde, že to můžete probrat s partnerem či kamarádkou a dojdou Vám souvislosti. Jindy si uvědomíte, že do toho vnášíte i další mnohé techniky a tím se to celé jaksí zašmodrchalo. Někdy Vás napadne, že je čas zavolat homeopatovi. Stačí jeden telefonát a Vy se opět srovnáte a celý proces se nesmírně zjednoduší. Hurááá, tak pojďme do toho.

## Kapitola 2 Příprava

### A. Co je třeba si uvědomit, než začnete?

Je důležité si uvědomit, že je rozdíl mezi akutním stavem a akutním vzplanutím chronického stavu. Proč? Protože pokud máme kašel dvakrát do roka, dle toho, co zrovna řešíme, nebo se nám stane, že máme zánět močového měchýře, tak když podáme homeopatický lék, léčíme tím momentální problém, který nám vytanul po té, co jsme někde zadrželi, potlačili v sobě hněv, strach nebo jakoukoli jinou emoci. Problém nastává, když takto chceme řešit opakovaně chronický stav. Ten se vyznačuje tím, že kašel se nám vrací třeba 4x do roka nebo dlouho trvá – týdny a měsíce. V tomto případě můžeme mimořádně také ulevit akutním předepsáním. Pokud ale opakovaně zasahujete akutním lékem, znamená to, že potlačujete neustále příznaky nemoci těla, které Vás volá ke změně. V tomto případě je jediný rozdíl mezi klasickou medicínou a homeopatií v tom, že homeopatie nezanáší organismus chemií, ale potlačuje příznaky stejným způsobem. Tady Vám velmi doporučuji zajít s chronickým stavem k homeopatovi, který Vám vybere hloubkový, konstituční lék na léčení příčiny Vašich opakovaných chronických potíží. Někdy stačí jedna až dvě návštěvy a opakující se potíže Vám zmizí.

### B. Co si pořídit, než začnete?

Nejdříve potřebujete návod, ten Vám tady předkládám...

Určitě je dobré mít nějakou základní zásobu homeopatických léků. I když dnes není problém si objednat lék v každé lékárně, běžně Vám ho dodají do druhého dne. To Vám ve vyhoceném akutním stavu moc nepomůže. Doporučuji, abyste si postupně nakoupily 10 - 20 léků v potenci CH 15.

Zde je jejich seznam:

- **ACONITUM NAPELLUS**
- **ARNICA MONTANA**
- **ARSENICUM ALBUM**
- **BELLADONNA**
- **FERRUM PHOSPHORICUM**
- **GELSEMIUM SEMPERVIVENS**
- **HYPERICUM PERFORATUM**
- **MERCURIUS SOLUBILIS**
- **PULSATILLA**
- **SPONGIA TOSTA**
- CANTHARIS
- CUPRUM METALLICUM
- DROSERA
- DULCAMARA
- IPECACUANHA
- NUX VOMICA
- PHYTOLACCA DECANDRA
- RHUS TOXICODENDRON
- RUTA GRAVEOLENS
- STAPHYSAGRIA

Tučně zvýrazněné léky si poříďte v případě, že chcete mít sadu zatím jen 10 -ti léků. Možná mnohé z Vás překvapuje, že Vám doporučuji jednu univerzální potenci (sílu léku). Často jste četli, že se má dát CH 5, jinde CH 9 nebo CH 30. Ano, někdy se může stát, že bude potřeba i jiná síla léku – potence. Pokud to nastane, tak si ji prostě koupíte. Každopádně já Vám chci předložit návod, který může být opravdu jednoduchý. To, že je spousta potenci léku nám může někdy pomoci a někdy právě naopak. Protože se to pak stává tak složité, že pustit se do toho Vás na začátku hned odradí.



Uvedu Vám příklad ze svého života. Pamatuji si, jak jsem brečela u kamarádky kdysi před lety, jak mám ten život strašně složitý, komplikovaný a uváděla jsem nějaké aktuální příklady z toho, co jsem právě prožívala. A ona mi řekla pro mě tenkrát naprosto revoluční větu: „Možná máš život složitý, protože ho takhle složitý chceš mít. Já tyhle věci nedělám tak složitě.“ Ano, já si začala uvědomovat, že to, že mám život složitý, mi dává pocit, že jsem dobrá, že jsem hodnotná, protože já ho zvládnou, já to složitě vyřeším. A tak jsem si začala všimnout, v čem všem si dělám zbytečné komplikace a kde to můžu dělat jednodušeji.

Věřte tedy, bude Vám to fungovat i s univerzální jednou potencí. Pořídit si totiž 20 léků v jedné síle, je možná lepší, než mít 5 léků ve čtyřech ředěních a pak se plácát v tom, jaké ředění mám vlastně použít a že mi chybí tenhle lék.

Dále doporučuji si pořídit **Bachovy krizové esence – Resque Remedy**. Dají se koupit v e-shopech na internetu, u mnohých terapeutů i v některých lékárnách.

I homeopatické masti se Vám mohou hodit, alespoň ty nejzákladnější: **Arnica, Calendula** (měsíčková mast či měsíčkový olej), **Symphytum** (kostivalová mast). Když budete chtít pro začátek jednu, můžete si koupit jen Arnicu mast a nebo Resque Remedy v masti.

## Kapitola 3 Zásady

Pokud chcete začít používat homeopatii doma, je dobré si nejdříve ujasnit několik zásad, kterými je třeba se alespoň zpočátku řídit. Dostanete návod, jak léky vybírat, jak je podávat, jak je měnit, vysazovat, kdy je dobré je nedávat, dozvíte se, jakým způsobem je máte skladovat, případně připravovat k různým účelům podávání.

### A. Jak vybírat lék?

#### I. Pozorování

V prvním kroku je třeba si, pokud možno, sednout, vzít papír a tužku a zapisovat si příznaky, které nemoc vyvolává. Zeptáte se přímo nemocného. Pokud jsou to malé děti, tak vycházíte z toho, co vidíte. Sepište si symptomy (příznaky) nemoci a pak začněte hledat v příslušné nemoci léky, které zahrnují nejvíce příznaků, jež jste si vypsali. Často se Vám může stát, že lék nepokryje všechny příznaky, které nemocný vykazuje, tak se dotyčného zeptejte, co ho pro tuto chvíli trápí nejvíc. Zda ho schvacuje a vyčerpává horečka, nebo ho tak bolí v krku nebo v uchu, že je to důležitější než cokoli jiného. Nebo kašel je tak vyčerpávající, že se zaměříme právě na tento symptom. Pokud léčíte dítě a ono Vám toho moc neřekne, řekněte mu, ať Vám ukáže na místo, kde ho to nejvíc bolí. Také se může stát, že potřebujete vybrat lék pro sebe. To je někdy ještě těžší. Nemáme odstup a navíc je nám zle. Až časem získáte mnohé zkušenosti, Vaši blízcí to od Vás „odkoukají“ a mohou Vám vybrat lék. Ale než se Vaše rodina k tomu dopracuje, často si musíte pomoci sami. V tom Vám může zase pomoci tužka a papír. Zapište si své příznaky, tím získáte alespoň trochu odstup od sebe a můžete pak vybírat stejným způsobem jako ostatním. Nebo zavolejte kamarádce, promluvte si o příznacích své nemoci a už tím, že o tom mluvíte s někým jiným, Vám pomůže od sebe opět trochu poodstoupit a pak Vás i napadne přímo lék.

#### II. Zachovat klid

Jestliže léčíte své dítě a máte v tom velký strach nebo je stav Vašeho blízkého natolik vyhrocený, že jste velmi nervózní na to, abyste mu sama mohla pomoci, dejte si nejdřív Bachovy krizové esence - Resque Remedy nebo Aconitum napellus v potenci, kterou budete doma mít. To Vám pomůže se uklidnit a díky tomu můžete používat vlastní intuici, která je velmi důležitá při výběru léku. Nebo si uvědomíte, že je to za hranicemi Vašich možností a pojedete s nemocným k lékaři.

### B. Podávání léku

#### I. V jednom okamžiku podáváme jeden lék.

Aby byl účinek homeopatického léku vysoký, rychlý a přesný, používáme pravidlo: **V jednom okamžiku podáváme jeden lék.** Tím se odlišuje klasická homeopatie od homeopatie komerční, která používá buď polykomponentní homeopatika, tj. že v jednom léku je již namíchána směs několika léků na daný problém, čímž vzniká univerzální lék např. na kašel, na chřipku, na angínu. Nebo lékaři homeopaté používají homeopatické léky monokomponentní (tzn. jeden lék), ale často jich lidem dají několik, aby opět zahrnuli širší spektrum příznaků.

Nemám nic proti tomu, věřím, že jim to skvěle funguje a někdy člověk nemá fakt chuť ani čas hledat jeden jediný lék, tak určitě můžete sáhnout po nějakém podobném řešení. To, proč zůstávám věrná výše uvedené zásadě, je to, že věřím síle informace. A když dáme tělu v daný okamžik jednu informaci – zaměř se na toto, tak je to daleko přesnější, rychlejší a tím pádem účinnější než když dáme tělu tři, čtyři nebo také deset informací někdy i trochu protichůdných. Myslím, že jistě i Vy sama v životě znáte ten stav, kdy se zaměříte na jednu činnost a až ji uděláte, pustíte se do další a v celkovém výsledku uděláte více práce než když ve stresu, že toho je hodně, děláte toto a pak uvidíte něco jiného, tak se vrhnete do tohoto a pak zase ještě přidáte něco jiného...atd. Také třeba naváříte, uklidíte, vyperete, ale jste utahaná, ve stresu a možná výsledek není tak dobrý, jako v tom prvním případě. Ale netvrdím, že to tak máme všichni, takže dělejte právě to, co Vám vyhovuje a v čem jste výkonní právě Vy. Možná právě Ti lidé, kteří používají polykomponentní homeopatické léky, jsou těmi, co zvládají několik věcí najednou, dokážou se na ně soustředit a mají výsledky.

Takže pokud patříte ke skupině, která je sice třeba i výkonná v mnoha činnostech najednou, ale zakusila, že když se zaměří na jednu činnost v jednom okamžiku, tak je efekt daleko větší a nebere jí to energii, ba naopak, patříte k typu lidí, jako jsem já a tak čtete právě tu správnou knihu se správným pravidlem právě pro nás: **V jednom okamžiku podáváme jeden lék.** Zároveň však někdy se nám může stát, že potřebujeme skloubit více činností, udělat několik úkolů, je třeba je však trochu naplánovat. Tak i v homeopatii. Je tedy dobré, když si pohmoždíte prst na noze (jako nedávno se to stalo mé švagrově), dát Arnicu na *pohmoždění a šok z úrazu* a Bryonii na *zhoršení sebemenším pohybem*. Kombinují se tak, že dáváte jeden lék ráno a večer a druhý lék v poledne a příští den třeba naopak. Pokud potřebujete léky dávat častěji, můžete, ale dávejte odstup mezi jednotlivými léky alespoň 2 – 3 hod dle akutnosti stavu. Tzn., pokud je stav hodně akutní, dejte odstup 2 hodiny, pokud je mírnější průběh, můžete interval prodloužit. Ať tělo má čas zpracovávat danou informaci.

## II. Jak poznáme, že jsme dobře vybrali lék?

Sledujeme, jak se nemoc vyvíjí po podání homeopatického léku. Pokud jsme vybrali dobře, nemocný se začne cítit lépe, hodně **psychicky lépe**. Dejte si ale pozor, ať nevyskočí z postele. Tělo ještě není zdravé. Potřebuje čas. Není náhoda, že onemocnělo. Člověk tak získává prostor se zamyslet, proč je ne-mocný. Kde sešel ze své cesty příliš daleko, že ho nemoc vrací takto k sobě samému? Pokud máte nemocné dítě, zamýšlejte se Vy, kdož o něho pečujete. Jak se mého dítěte tato nemoc týká a také jak se týká mě? Nemoc dítěte Vám samozřejmě nastavuje zrcadlo Vás samotných. I s Vámi ta nemoc souvisí, dle toho, jaké ve Vás vyvolává pocity.

Takže nezačněte být po zlepšení hned aktivní, ale spíš se ponořte do sebe, svého nitra a nechte k sobě přijít odpověď na otázku, „Proč jsem ne-mocná“?

Dobrá známka správného nasazení léku je i v tom, že Vám dítě po léku **usne** nebo si hraje, je prostě víc **v klidu**.

**Po podání správného léku se stav musí vždycky zlepšit.** Pokud se stav nemění, čekáme. Čím je stav akutnější, tím čekejte kratší dobu. Když má dítě šílené záchvaty kašle, změňte lék do 15 -ti minut, jestliže ale dítě kašle, ale u toho si hraje, tak můžete na nástup účinku počkat tři hodiny. Když se stav nelepší (třeba ze suchého kašle na vlhký nebo z ucpané rýmy na vysmrkání se), tak vyberte jiný lék. Čím je stav akutnější, tím rychleji lék zabírá. Čím je stav mírnější, tím má lék menší razanci, i když jste vybrali správně. Proto Vám doporučuji u mírných stavů – jako je třeba sice vysilující rýma, ale bez hrozícího nebezpečí, tak dejte čas léku, ať má prostor udělat svou práci. Můžete počkat třeba

i půl dne. Ale většinou lék zabere rychleji. Déle už nečekejte, a i když po půli dnu se stav téměř nezměnil, vyberte něco jiného. Znovu si sedněte a zkuste projet ty příznaky jinýma očima, promluvte si znovu s nemocným a uvidíte, že už teď vyberete správně. Nebojte se, že když se netrefíte, že můžete ublížit. Homeopatické léky jsou informace. A léčí tím, že podáte nemocnému lék s informací, která je podobná příznakům nemoci. A pokud se ty informace „potkají“, začne se odvíjet ozdravný proces. Pokud dáte tělu informaci, která neodpovídá příznakům nemoci, informace se „nepotkají“ a zlepšení nepřichází. To je vše.

**Je třeba ale dávat pozor, zda stav nemocného není natolik vážný, že je třeba ho raději odvést k lékaři.** Určitě Vám nedoporučuji zkoušet a experimentovat tam, kde máte STRACH. Pokud půjdete proti svému strachu za každou cenu, tak pak můžete opravdu něco způsobit, zanedbat. Začněte tedy tím, že budete zasahovat v případech, kdy nehrozí žádné nebezpečí, jen chcete člověka podpořit, ulevit mu jinou, nechemickou cestou. Až si budete více jistí, příp. budete umět pracovat se svým STRACHEM, můžete léčit i vážnější stavy. Každopádně i tak doporučuji zajít s dítětem k lékaři. Nechte si zjistit, v jakém stavu dítě je, o jakou nemoc se jedná. To Vám může pak následně i pomoci s výběrem homeopatického léku. Pokud Vám lékař napíše třeba antibiotika, vyzvedněte si je a mějte je pro počáteční jistotu doma. Třeba se Vám podaří již nemoc zvládnout i bez nich. Pokud Vám homeopatikum nezabere tak, jak si představujete a Vy začnete mít strach, dejte raději antibiotika a k tomu pokračujte v homeopatii. Oba léky léčí na jiné úrovni, takže se vzájemně „tolerují“.

### III. Kdy lék měníme?

Sledujeme, jak se stav vyvíjí. Pokud nastane zlepšení, lék dáváme dál. Ve chvíli, kdy máme pocit, že už se to nezlepšuje, stav je stejný nebo se začal zase zhoršovat, vybereme další lék. Většinou jsou už jiné příznaky, např. před lékem se nepotil a teď se potí, před lékem měl ucpaný nos, teď se mu zprůchodnil, ale stále ještě kašle, před lékem měl suchý kašel, teď je vlhčí, ale stále ho při kašli bolí a „jde mu to do ouška“ ..., tak na tento nový stav vybíráme nový lék. Jestliže se stav po prvním léku zlepšil, dítě ještě kašle a má teplotu, ale vidíte, že je celkem v pohodě, už není třeba dávat další lék. Ten vybíráme jen v případech, že se nemocný cítí stále ještě špatně.

### IV. Vysazování léku

V případě, že se stav po léku zlepšil a není třeba uvažovat o dalším léku, je vhodné postupně lék vysazovat. Tak třeba jste dávali lék po třech hodinách, stav se do večera výrazně zlepšil, další den můžete podat ten stejný lék ještě 3x, další den 2x a další den 1x a naposledy. Je to důležité pro Ty z Vás, kdo máte nastavené, že je třeba léky dobírat, aby se stav nevrátil. My jsme se to také tak učili na fakultě, proto to zmiňuji, ale já to téměř nikdy nedělala a nemám pocit, že by se mi nemoci vracely. Vždy nám to funguje tak, jak to máme nastavené v mysli. Proto to dělejte podle toho, co s Vámi víc rezonuje.

### V. Jak často lék podáváme a jakým způsobem?

**Čím je stav akutnější, tím se častěji dává lék do vody.** Např. laryngitidy, vysoké horečky, větší krvácení. Lék ve vodě má silnější razanci. Připravíme si ho tak, že do půllitrové PET láhve dáme tak 1/5 vody, nasypeme jednu dávku léku a necháme rozpustit. Pak láhev zabalíme do utěrky a zhruba z výšky jednoho metru s ní boucháme o zem 20 – 40 x dle pocitu, jak rychlý a razantní lék potřebujeme. Takto lék dynamizujeme, tj. energie léku se v roztoku boucháním násobí. Jedna dávka léku je v tomto případě jedno napití (jeden hlt). **Čím je stav akutnější, tím častěji se lék dává.** Tzn., že zpočátku dáváme lék po 10 -ti minutách, pak prodlužujeme interval na půl hodiny, jak se stav nemocného zlepšuje, sami zapomínáme dávat lék, tj. podáváme po 2 – 3 hodinách. Někdy se

maminky na kurzech ptají, zda je nějaké omezené množství dávek za den nebo hrozí předávkování. Ne, nebojte se. Je zbytečné podávat lék přehnaně často, ale naprosto neškodné. Když dáváme jeden lék, dáváme stále tutéž informaci. Pokud někomu stále omíláte dokola tu samou informaci i přesto, že už ji skutečně, je to opravdu zbytečné a asi otravné. Ale tím tomu člověku neškodíte.

U miminek se mohou kuličky rozdrtit v papíru a nasypat do pusinky nebo do umělé lžičky dejte trochu vody, rozpusťte dávku léku a nalijte do pusinky. Však sami vyzkoušejte, jak Vaše miminko nejlépe přijme od Vás lék. Jestli pouze kojíte a ještě nechcete dát vodu a miminko rozdrčený lék odmítá, můžete odstříknout na lžičku trochu mléka a rozpustit v něm. Jinak ale nedoporučuji míchat lék s potravinou.

Tím ale nechci říct, že se máte u akutních stavů ohlížet na jídlo a pití, jako je to u hloubkové homeopatické léčby. U nemocí jen lék nezapíjete a nezajídejte, jinak časový odstup nemusíte hlídat.

Léky odsypávejte na umělou lžičku, je dobré se totiž léku nedotýkat. Je v něm informace, která se manipulací může znehodnotit. Pokud ale jste ve stavu, kdy nemáte po ruce umělou lžičku ani nic jiného náhradního, vysypte kuličky nemocnému do jeho ruky. Pokud ani to vzhledem k jeho stavu nejde nebo je to malé dítě, vezměte kuličky i do svých rukou s tím nejlepším úmyslem pomoci dotyčnému a lék bude fungovat i tak. Věřte síle Vašeho záměru.

## VI. Kdy lék nepodáváme?

Možná se Vám zdá, že tato otázka sem snad ani nepatří, ale ujišťuji Vás, že je na místě. Tělo vykazuje nemoc jen proto, aby nám dalo informaci, že jdeme v životě někde sami proti sobě. Já vím, že si jistě říkáte, že ano, když je hodně stresu, tak onemocníte, když máte velké nervy, tak Vás chytne žlučník..., ale co infekce, bakterie, viry... to je přece jenom fyzická záležitost. Milí moji, věřte, i to, že Vás napadnou viry či bakterie není náhoda. Možná zrovna něco vnitřně řešíte, ani si to neuvědomujete, nějaká vnitřní nespokojenost, zlost, strach a už je tady nemoc. To, že nachladneme, „dostaneme“ chřipku, je **vždy pro nás informace, že jdeme sami proti sobě**. Když se to naučíte pozorovat, pochopíte.

Takže když máte rýmu, tak nepotřebujete lék. Vaše tělo se čistí a Vaše duše pláče, když nepláčete očima. Pokud ale ta rýma je agresivní, odírá Vám nos...začíná to být únavné, bolestivé a Vy se moc kvůli tomu nevyspíte, tam určitě již lék potřebujete. Když máte horečku, potřebujete si odpočinout, zastavit se a také pročistit tělo. Je dobré ji nechat probíhat. Pokud Vás však vysiluje, schvacuje, nemůžete se vyspat, tak je jistě na místě dát lék. Není v tom tedy automatika – já, mám horečku, okamžitě musím zasáhnout. Je v tom selský rozum. Vše má svůj smysl, tak ho ve všem hledejte, abyste se stali vědomými lidmi a ne automatickými roboty, kteří nepřemýšlejí.

## VII. Dávkování léku

Pokud používáte homeopatické léky, které kupujete v lékárnách, jedna dávka léku je 3 – 5 kuliček.

Jak jsem se již výše zmínila, čím je stav akutnější, tím častěji lék podáváme. Takže zpočátku většinou dáváme častěji lék, tj. po 10 -ti minutách, po 30-ti minutách nebo po 2 hodinách. V klidovém stádiu stačí lék dávat 3 – 4x denně.

## C. Skladování léků

Léky ukládejte na suchém stinném místě někde v šuplíku či ve skřínce alespoň jeden metr od záření z mobilu, rádia, mikrovlnné trouby, počítače, televizoru. Pokud v létě cestujete autem, tak si léky uložte na tmavé místo a po cestě je vyjměte z auta. Jestliže máte garáž, tak to není nutné, ale pokud máte auto vystavené před domem na slunci, tak to pro léky není dobré. Při cestování letadlem udělejte lékům energetickou ochranu, obal, aby se nezničily, když budou procházet rentgenem. Ochranu uděláte tak, že si sednete nad svou homeolékárničkou, uděláte kolem ní rukama takové vajíčko nebo kolečko a poprosíte, aby Vaše léky byly chráněné. I když si myslíte, že to neumíte dělat, tím, že máte úmysl léky chránit, energetická ochrana se automaticky vytvoří. Je to jen o Vaší důvěře.

Doporučuji Vám, abyste si udělaly domácí lékárníčku. Tzn., vezměte si nějakou krabici z tvrdého papíru. Propíchněte do ní otvory tak, aby se do nich dal vložit lék a zároveň, aby byl vidět jeho název. Seřídte si léky podle abecedy, ať je máte přehledné a snadněji se Vám hledají. Hodí se to právě v akutních stavech...

Nebojte se udělat si slušnou zásobu léků. Homeopatické léky, když je budete uchovávat tak, jak jsem Vám to popsala, můžete použít i za deset, dvacet, třicet let, i když ze zákona musí být na léku uvedena expirační doba. Jejich účinek se nesnižuje. Já mám mnohé léky již osm let a stále je používám. Některé jsem ještě nevyužila, ale věřím, že je někdy někdo bude potřebovat 😊.

## Kapitola 4 Nemoci

Na úvod každé nemoci se zmíním, co znamená na psychické úrovni, nad čím se máte nebo můžete zamyslet, co v životě změnit, aby se Vám to neopakovalo. Berte nemoc jako láskyplnou informaci těla, že jste sešli ze své životní cesty a máte se zase vrátit. Berte nemoc jako příležitost něco v sobě změnit. Je to úžasná cesta 😊.

Na začátku léku máte velmi stručný popis mentálního obrazu léku, abyste mohli pochopit, proč se v akutním stavu projevuje právě uvedenými symptomy. Tím získáte hrubý obrys, esenci léku, můžete si ho nacítit, procítit, promeditovat, až z něj sami získáte nějaký pocit. Pak pro Vás nebude problém určit, jaký lék je v tuto chvíli potřeba.

### *Jak se vyznat ve zkratkách:*

V popisech léků najdete symptomy nemoci, které odpovídají obrazu daného léku. Když v popisu najdete znaménko **(+)**, znamená to zlepšení. Tj. čím se člověk v obrazu tohoto léku zlepšuje. Např. *(+) na čerstvém vzduchu* znamená, že se kašel zklidní, když vyjdete ven. Znaménko **(-)** značí zhoršení. Např. *(-) teplem místnosti*, tj. že se kašel zhoršuje, když se vrátíte domů do tepla. Tučně zvýrazněné symptomy Vás nejsilněji navedou na daný lék. Ostatními symptomy si můžete dotvořit mozaiku obrazu léku. Pokud Vám nesedí všechny příznaky, nevadí, i přesto lék můžete podat. Důležité je, abyste se nechali navést tím, co Vás na tom léku přitahuje.

Když bude u některého příznaku v závorce uvedena zkratka jiného léku, znamená to, že i tento lék má daný příznak. Např. probíráme homeopatický lék *Aconitum* a máte tam symptom léku: *nohy a ruce jsou studené (BELL)*, tak to znamená, že i *Belladonna* má tento symptom. Pokud u zkratky toho léku bude uveden ještě jiný příznak, většinou opačný, znamená to, že tento lék má přesně opačný příznak. Pokud probíráme *Aconitum* a máme příznak: *nepotí se (BELL – potí se)*, znamená to, že *Belladonna* má právě opačný příznak, který je pro ni typický na rozdíl od *Aconitu*. Je to uvedeno kvůli tomu, abyste uměli rozlišit mezi jednotlivými léky, když jsou si hodně podobné.

## A. CHŘIPKY

Obecně se dá doporučit, abyste horečku pod 39°C nechali probíhat. Tělo se čistí, Vy potřebujete odpočívat a srovnat si věci v hlavě. U dětí, příp. i u dospělých horečku nad 39°C můžete začít snižovat sprchováním vlažnou vodou nebo octovými zábaly. Takové metody každý z Vás znáte, tak je používejte. Jak to ale dělat s homeopatiky? Zpočátku to dělejte podobně. Nižší horečky nechte probíhat a u vyšších zasahujte níže uvedenými homeopatickými léky, které budou odpovídat průběhu Vaší horečky. To ale, k čemu postupně maminky na kurzech vedu, je, aby zvládly jít ještě dál a prostě si dovolily nechat proběhnout horečku se vším všudy. Prostě nezasahovat vůbec.

Ale POZOR. Do tohoto se pusťte až tehdy, když si zažijete, že Vám homeopatie funguje a kdy jste schopni vzít zodpovědnost za to, co bude probíhat. Je to síla, ale kdo to zvládne, zažije průlom ve svém životě, transformační okamžik, kdy jak dítě, tak i Vy si zakusíte na 100% to, co Vám horečka v tuto chvíli nabízí. Je to jakési přemostění na druhý břeh, kam nedohlédnete a nevíte, co tam bude, pokud to prostě nezkusíte.

Pokud ale máte strach z febrilních křečí či dalších komplikací, dokonce jste je už zažili, tak si nejdříve zpracujte (odblokuje) svůj strach. Jinak by to mohl být dost velký průšvih. Já to zvládla až po několika letech používání homeopatik, maminky to zvládají pod mým vedením daleko dříve. Každopádně nespěchejte, když v tom budete sami.

Chřipka u malých dětí je něco podobného jen v menším měřítku jako dětská nemoc. Přesune dítě z jednoho vývojového stádia do druhého. Pokud onemocníte Vy, zeptejte se, kde se máte

v životě zastavit, ohlédnout, vyčistit tělo a mysl a nastavit si život prostě jinak. Jestliže se na to zaměříte, odpověď Vám přijde v podobě pochopení. Když to i přesto nebudete umět změnit sami, doporučuji Vám hloubkovou homeopatickou léčbu. Lék Vám v tom prošlápne cestu.

### **ACONITUM NAPELLUS**

(oměj šalamounek)

Na mentální úrovni je to lék pro lidi, kteří mají v sobě dlouhodobě pocit akutního nebezpečí. Proto mají obrovský strach ze smrti.

- **prudký nástup** nemoci
- vhodný na šok, úrazy, vyděšení, vylekání
- příznaky začínající infekce
- **vysoká, rychle začínající horečka** v noci
- **nepotí se...**(BELL – potí se)
- suchá, horká kůže, sálá teplo z hlavy
- zimnice, husí kůže, třepe se (ale nemusí to být)
- (-) kolem půlnoci
- **strach**, že může každou chvíli umřít – děs v očích (ale nemusí to být)
- **velká žízeň**, chuť na ledové nápoje, vypijí naráz, neuhasitelná žízeň
- onemocnění, které je vyvoláno studeným, suchým větrem, mrazivým počasím, náhlou nedobrovolnou koupelí (prasknutí ledu při bruslení)
- ztuhlost a mravenčení v končetinách
- **nohy, ruce studené** (BELL)
- může být prudká, nesnesitelná bolest doprovázená úzkostí
- po léku se začne potit, tím se stav zlepší nebo přesune do obrazu BELL

### **BELLADONA**

(rulík zlomocný)

Mentálně lék pro lidi, kteří jsou rychlí, divocí, u dětí se to projevuje hyperaktivitou. Mají v sobě agresi, kterou dávají najevo – kousáním, škrábáním, štípáním. V akutním stavu se to pak projevuje v podobě halucinací, při kterých se brání právě kousáním a škrábáním...

- lék na **rychle nastupující horečku**
- horečka může kolísat
- **potí se** hlavně v obličeji, je červený
- pocit horka v hlavě
- rozšířené zorničky
- pulsující, tepavé bolesti hlavy
- **(-) pohybem, světlem, otřesem, hlukem**, je na to hodně citlivá
- může mít tendenci kvůli tomu nehybně ležet, chtít tmou a ticho
- sliznice vysušené
- žízeň není tak velká jako u ACON, spíše se nutí k pití
- studené ruce i nohy
- prudkost, divokost, halucinace (kouše, škrábe – vidí strašidla)- jen u průšvihovějších stavů



Na tomto místě si všimněte, že přecházíme k lékům, které mohou mít také velmi vysoké horečky, ale rozdíl je v rychlosti nástupu. Toto jsou středně rychle nastupující horečky...

### **GELSEMIUM SEMPERVIVENS**

(virginský, žlutý jasmín)

Mentálně je to lék pro lidi, kteří mají úzkost z očekávání (anticipační úzkost). Bojí se před vystoupením, před důležitou zkouškou, mají problém někam zatelefonovat nebo třeba i promluvit, až na ně přijde řada v lékárně. Strach se projevuje paralýzou na fyzické úrovni (nejsou schopni nic udělat) nebo na mentální úrovni (nejsou schopni nic vymyslet, říct).

- **středně rychle nastupující horečka**, např. za vlhkého počasí
- schvácenost (hlava připadá příliš těžká), malátnost, únava, ospalost
- **bolesti v zádech, kloubech, končetinách** (typické chřipkové bolesti)
- **intenzivní bolest hlavy**
- tendence ležet, chce být v klidu, ale **obává se samoty** (pokud budete mít nemocného, kterého bude bolet celé tělo a ještě bude chtít, abyste u něho seděli, je to určitě GELS)
- těžká víčka, bolest očí, když je zavře a pohnou se do strany
- zimnice, třes, přebíhá mráz po zádech
- **nemá žízeň** – nutí se k pití
- studený obličej a končetiny (pocit těžkosti) – (BELL – má sice studené končetiny, ale z obličeje jí sálá horko)
- nedostatek svalové koordinace, potřebuje se vrtět v posteli
- motá se mu hlava, točí se
- (-) teplem, teplým počasím, před bouřkou, když myslí na svou nemoc, negativními emocemi
- (+) klidem s pocitem někoho na blízku, pocením, močením

### **FERRUM PHOSPHORICUM**

(fosforečnan železitý)

Tento lék je kombinací tvrdosti, pevnosti železa (ferrum) a jemnosti a citlivosti fosforu (phosphoricum). Představte si anglickou královnu Alžbětu, „železnou lady“. Tak to je FERR PH. Je to často žena matka, která je uvnitř velmi citlivá, ale city potlačuje, aby se vydržela starat o děti a rodinu. V akutním stavu se kombinace těchto léků projevuje jakousi nevýrazností, nevyhraněností příznaků. Začínají pomalu nastupující horečky...

- lék při nevýrazných potížích chřipky nebo vhodný v závěru chřipky
- onemocnění **pomalů nastupuje**, horečka pomalu stoupá
- obličej střídavě bledý a červený
- pocení méně výrazné
- žízeň není velká
- **tendence sestupovat na průdušky i níž nebo do uší** – zanícený bubínek
- pocit, že jim nic není
- horečku může provázet **suchý kašel**
- sklon ke krvácení z nosu, krev v sekretu (oba léky mají afinitu (vztah) ke krvi)

### **BRYONIA ALBA**


(bílý posed)


Je to lék pro lidi, podnikatele nebo pro ty, pro které je důležitý byznys, obchod. Proto při nemoci jsou mrzutí, naštvaní a mluví o penězích a obchodech. Nemoc jim kazí náladu, protože přichází o peníze. U BRY si stačí zapamatovat – zhoršení sebemenším pohybem. U jakékoli nemoci, zranění...když narazíte na tento symptom, BRYONIA Vám může hodně pomoci.

- středně vysoká horečka
- **(-) sebemenším pohybem**
- vyhledává absolutní nehybnost
- **vadí mu pohyb okolí**, mrkání, dotek, pohyb hrudníku při dýchání, zadržují kašel,
- ostré, vystřelující bolesti
- lék na naražená žebra, ischias, infekce, septické stavy
- má žízeň sporadicky, intenzivní žízeň na studené, má rád pivo
- lék na nachlazení v nose, které se šíří dolů do hrudníku, na průdušky
- (-) teplem, (+) klidem, odpočinkem, pocením
- potí se hojně – nakyslý zápach
- pravostranný
- při horečce neklid

### **RHUS TOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

Mentálně tento lék může pomoci lidem, kteří jsou rigidní, tj. zatuhnutí v mysli. Mají tendenci udržovat rituály, na čemž není nic špatného, ale oni to dělají za každou cenu a tak automatizovaně, až se jim to zatuhnutí projevuje na těle v podobě ztuhlosti svalů a šlach. Tím, že někde v životě ustrnou (třeba ve vztazích, v práci) v nich způsobuje ale vnitřní neklid. Určitě si zapamatujte níže uvedený zvýrazněný a podtržený symptom. To je tak typické pro RHUSTOX, že když si ho zapamatujete, můžete ho aplikovat v jakémkoli fyzickém problému, kde se tento příznak vyskytne, i když to v žádné knize nevyčtete. Je to takzvaná křivka RHUSTOXU . Nejdříve je člověk dole fyzicky i energeticky – to je ta rovná čára, pak se rozhýbe, zvedne se mu energie i se zlepší fyzický problém – to je ten oblouček nahoru, a pak když se dostane opět do klidu, nepohybu, tak se energie i fyzický problém rapidně snižuje – to je opět ta čárka dole.

- neustálý neklid, mele s sebou v posteli nebo si hledá záminky, aby ležet nemusel (vnitřní neklid z pocitu, že je nějak omezen a nemůže utéci)
- bolesti, schvácenost, **ztuhlost svalů a šlach**
- **největší potíže na začátku pohybu**
- **po ránu jsou ztuhlí, musí se rozhýbat, v průběhu činnosti se cítí lépe, jakmile jdou do klidu, zase zatuhnou a symptomy se jim zhorší** 
- (+) masáže, (-) námahou
- u chřipky má zimnici, jako by ho polili studenou vodou, po odkrytí i kašle

### **APIS MELIFICA**

(včela medonosná)

Mentálně se dává včelička pro ženy „dělnice“, takové ty ženy matky, které doslova „lítají“ kolem svých dětí a rodiny. Co Vás může navést na tento lék je růžová, světlá barva otoku kdekoli po těle – v krku i na nohách.

- **nemá žízeň**, nechce pít
- neklid, uspěchanost
- lék na **narůžovělé otoky** u angíny, chřipky

## **ARNICA MONTANA**

(prha arnica)

Arnica mentálně poznáte podle toho, že nechce, abyste se jí dotýkali. Bolí ji už to, že jí dáváte pozornost. Často říká, že jí nic není, abyste se k ní nechtěli přiblížit. Typické slovo pro Arnicu je ROZLÁMANOST.

- **lék na horečky, chřipky s rozlámaností** (GELS)
- přetaženost
- pocit, že je postel tvrdá
- **nesnáší sebemenší dotek**
- více spí zvláště ve spojení s šokem
- děsivé sny, blouznění (BELL)
- zarudlý obličej
- končetiny a nos bledé a studené

## **B. ANGÍNY**

Angíny souvisí s krční čakrou, s komunikací. Pokud Vás bolí v krku, někde v životě v poslední době jste něco neřekli a měli byste to vyjádřit nebo naopak řekli něco, za co jste se pak odsoudili. Je to vnitřní konflikt v oblasti komunikace ve vztazích.

### **I. počáteční stav**

- viróza, bolest v krku, zarudlost, sucho v krku
- týká se mandlí, čípku, jestli jsou zvětšené – odstín je tmavší než obvykle

## **ACONITUM NAPELLUS**

(oměj šalamounek)

A tady už znáte lék z chřipek a můžete ho aplikovat na angínu. Co si pamatuje z ACON? Je to lék, který se podává na začátku nemoci, pokud je nástup velmi rychlý, jakoby z ničeho je něco.

- **na začátku** infekce
- **vysoká horečka prudce nastupující**
- strach z toho, že je nemocný
- bolest v krku není dominantní, spíše jen škrábe v krku
- po prochlazení, při větru
- může být doprovázeno úzkostí
- červený obličej, sálá horko z hlavy
- ruce a nohy studené
- **velká žízeň**

## **BELLADONA**

(rulík zlomocný)

Angínu u BELL poznáte spíše podle příznaků horečky než dle bolestí v krku. Bolest při polykání, která může vystřelovat do uší má totiž více léků.

- časná stádia angíny **s vysokou rychle nastupující horečkou**
- bolest při polykání vystřeluje do uší
- **suchost sliznic**
- zvětšené krční uzliny, které jsou bolestivé

- horečka kolísavá
- dobrý **lék na febrilní křeče**, používá se i při mononukleóze
- **všechny příznaky nastupují prudce**
- kůže je rozpálená, překrvená – zarudlý obličej, kůže je vlhčí (způsobené pocením)
- může mít rozšířené zorničky
- děsivé sny, pocit sevření – je dobré hlavu ovázat šátkem
- křeče, spasmy na jakékoliv úrovni s prudkým začátkem a koncem
- **nemá žízeň** jako u aconitu
- dítě může být agresivní, může kousat (většinou když má halucinace)
- **tepavé a pulsující bolesti**
- velká přecitlivělost, malátnost
- **(-) světlem, hlukem (i povídáním), otřesy, pohyby**, chladem (chce být v teple, přikrytý)
- (+) teplem, klidem, nehybností
- **studené ruce i nohy**

### **PHYTOLACCA DECANDRA**

(*Phytolacca americana*)

PHYT jsem mentálně ještě nedávala, ale dočetla jsem se o ní, že je to lék pro lidi, kteří jsou unavení životem z bolesti. Je fakt, že u akutní angíny se Phyt projevuje obrovskými bolestmi v krku. Tuhnou jí svaly na krku, proto nemůže polknout ani tekutinu a je v začarovaném kruhu bolesti. To je totální syndrom oběti. Máte ve svém okolí někoho takového?

PHYT můžete poznat díky tomu, že zarudlost nevidíte na mandlích, ale na patrových obloučích a hrtanové stěně, na rozdíl od jiných léků. Takže pokud uvidíte v něčem krku toto, nejen že dotyčnému podejte právě tento lék, ale až mu bolest odezní, si s ním můžete promluvit, kde má tendenci žít život v bolesti. Třeba jen v momentální životní situaci.

- změny na patrových obloučích a hrtanové stěně – **červené, zarudlé až do hněda vzadu v krku**
- rudé pruhy
- **mandle nebývají moc zarudlé**
- pocit schvácenosti, zhmoždění (to může být ta únava životem)
- **ztuhlé svaly na krku** (důležité rozlišit od zánětu mozkových blan, je dobré zajít k lékaři)
- bolest vystřeluje do uší ještě více než u BELL i v klidu, při otáčení hlavy, při jídle i pití
- krční uzliny jsou zvětšené, zanícené, citlivé na dotek, bolestivé
- **nemůže polykat ani tekutiny**
- nechce horký čaj

### **GELSEMIUM SEMPERVIVENS**

(virginský, žlutý jasmín)

Tento lék opět poznáte podle chřipkových příznaků. Takže pokud Vás bolí v krku a u toho celé tělo, uvidíte, že s tímto lékem uspějete.

- angína s chřipkovými příznaky – všechno ho bolí
- bolest v krku, vysoká horečka

### **ALLIUM CEPA**

(cibule)

ALL C není na žádnou průšvihovou angínu. Prostě jen když Vás škrábe v krku a u toho máte tekutou rýmu. Každopádně i tyto symptomy Vám mohou pěkně znepríjemnit život. Více příznaků najdete u Rýmy.

- **lék na rýmu a nachlazení** se škrábáním v krku
- může být teplota

### **APIS MELIFICA**

(včela medonosná)

Jak jsem již zmiňovala, včeličku poznáte, když jsou otoky světlé a růžové a také tím, že nemocný nemá žízeň.

- krk nateklý ale **růžový, světlejší**
- čípek průsvitný, prověšený
- **bodavé, píchavé bolesti při polykání**, v klidu pálení (jako když Vás štípne včelka)
- **nemá žízeň**, pije pouze ledové nápoje nebo cucá kostku ledu
- navenek otok celého krku, **světlá barva otoku**
- pocení a suchá kůže se střídají
- může se objevit horečka
- jsou činní i v nemoci (jako včelička ☺)

### **LYCOPodium CLAVATUM**

(plavuň vidlačka)

LYC je diktátor, ale jen tam, kde se cítí být větší. Pokud vnímá nad sebou autoritu, tak jí podlézá. Je to člověk nesebevědomý, má strach ze zodpovědnosti. Je plachý. Co je typické pro LYC, tak zaživací potíže - obrovská plynnatost, pálení žáhy, zácpa.

- angína s ucpaným nosem – nemůže dýchat
- krk – hnědočervený (PHYT)
- povlaky na mandlích
- chuť na teplé a sladké
- **bolest na pravé straně nebo tam alespoň začíná**
- **nejhůř se cítí navečer mezi 16. – 20. hod**
- (-) studené nápoje
- (+) teplý čaj

### **BARYTA CARBONICA**

(uhlíčitán barnatý)

Je to lék pro člověka, který je mentálně, emocionálně či fyzicky zaostalý. Projevuje se to pomalostí, opožděním vývoje. Tak i v akutních stavech. Jsou to lidé stydliví a plaší. Angínu BAR C jednoznačně poznáte podle extrémně zvětšených mandlí.

- pomalost
- pomalý nástup i průběh nemoci
- **extrémní zvětšení mandlí**, které jsou zduřené, v krku zavazí
- přecitlivělost na chlad
- většinou bez vysoké horečky
- bolest není výrazná, je pouze nepříjemná
- zvětšené mizní uzliny bez větších bolestí

### **ARGENTUM NITRICUM**

(dusičnan stříbrný)

Je to člověk extrovertní, má potřebu zazářit, ukázat se (díky stříbru – třpytit se ☺). Je velmi citlivý a společenský. Je to také lék na trému, úzkost před vystoupením, ale z jiného důvodu, než

GELS. Strach pramení z pocitu, že něco nestihne. Je v tom vnitřní neklid, třes, chová se chaoticky, rychle. U tohoto léku si stačí zapamatovat první symptom. Je to pro něho velmi typické.

- **pocit něčeho zapáchnutého v krku**
- pocit, že některé části jsou zvětšené
- potřebuje čerstvý vzduch, dobrý pocit mít něco na krku
- (-) po sladkostech, i když je má rád, teplem, dusným vzduchem

## II. pokročilejší stav

- bakteriální angíny
- čepy
- povlaky na mandlích

### *MERCURIUS SOLUBILIS*

(rtuť a další směsi)

Tak tady nám začíná již sebedestrukce. Mercurius patří do skupiny syphilitických léků, což jsou nejvíce sebedestruktivní lidé. Je to třeba člověk, který jezdí rychle v autě či na motorce a má chuť vyzkoušet, jaké to je, když ve 100km rychlosti vrazí do stromu. Sebedestrukce se projevuje i v akutních stavech. Jde většinou o záněty (což je potlačená agrese). Když máte u jakékoli nemoci zelený hlen, uvažujte o tomto léku. Když máte hnisavé procesy, MERC S je jedním z léků, o kterém můžete uvažovat, dalším takovým hnisavým lékem je HEPAR SULFUR a SILICEA.

- buko-faringeální příznaky (zvětšený jazyk, z boku otisky od zubů, žlutozelený povlak na jazyku – **zápach z úst – kovový**, silně sliní, sliny mu v noci vytékají z úst), musím říct, že já jsem takový MERC S ještě nezažila a přesto jsem ho často použila
- **na mandlích cáry, tečky, hnis, blanky – jsou zarudlé**
- zduřené krční uzliny – pocit nutnosti polykat – silné zhoršení v noci
- pocit, že mu chce někdo ublížit
- vysoká horečka, silné pocení – vyčerpávající
- mají žízeň, husí kůže
- nejčastěji používaný lék na vážné stavy

## C. RÝMA

Pokud to není nutné, nezasahujeme žádným lékem. Tělo se čistí, uvolňují se emoce, člověk se potřebuje vyplakat. Zkuste se zamyslet, kde se cítíte smutní, že potřebujete plakat a proč tedy nepláčete? Možná se rozpomenete na nějaký svůj potlačený smutek a vypláčete se. Jestliže na nic nepřijdete, problémy přetrvávají a stávají se nepříjemnými, vybereme vhodný lék. A i skrze něj Vám může přijít souvislost s nějakou událostí, kterou jste v sobě potlačili. Tak jen do toho. Nebojte se, nic tím neztratíte. Vlastně ano, ten smutek☺.

Možná se ptáte: a jak je to s dětmi, když mají rýmu? Ony v sobě také zadusily pláč, aby Vám ukázaly, že právě to děláte Vy. Když odhalíte svůj smutek a dovolíte si plakat před svými dětmi, naučíte je, že je v pořádku plakat, když je člověk smutný. Stanete se tak pravdivými před svými dětmi a ony se to budou učit od Vás.

## ALLIUM CEPA

(cibule)

Představte si, jak krájíte velké množství cibule. A už můžete popisovat, jak vypadá rýma v obraze ALL CEPA ☺.

- Klasická začínající rýma
- **Silné a časté záchvaty kýchání, při kterém z očí tečou slzy.**
- **Hojná, silná, průsvitná sekrece z nosu, palčivá, štiplavá**
- Odřeniny okolo nosu, horního rtu od sekrece
- Oči svědí, jsou červené, neslí
- (-) v teple a večer
- (+) v chladu a venku (SABAD (+) teplem)
- škrábání v hrtanu s bolestivým kašlem
- nechutenství
- chuť na kyselé, raději pijí teplé nápoje
- pálení žáhy
- zimnice, mrazení v zádech
- pocit suché sliznice, i když je sekrece
- nervozita, podrážděnost
- nespokojenost, netrpělivost

## SABADILLA

(sabadilla lékařská)

Pokud máte ve svém okolí někoho se sennou rýmou, můžete mu zpočátku ulevit právě SABAD. Každopádně senná rýma je chronický stav, takže doporučuji zajít k homeopatovi či jinému terapeutovi, aby Vám napomohl vyřešit příčinu tohoto stavu. Jestliže se akutně dostanete do obrazu SABAD, tak ji samozřejmě můžete použít.

SABAD se projevuje hodně podobně jako ALL C, rozdíl snad poznáte tím, že když se Vám rýma zklidní chladem, je to cibule, když teplem, je to sabadilla.

- **lék na alergickou a sennou rýmu, astma**
- záchvaty křečovitého kýchání s hojnou vodnatou sekrecí z nosu
- pálení a ucpání nosu
- slzení očí
- přecitlivělost na vůni květin a ovoce
- **svědění nosu i horního patra** v ústech
- bolest v krku, angína, (+) teplými nápoji
- hlen může žloutnout a přejít do **zánětu čelních dutin**
- (-) chladem (zimomřivost, drkotání zubů), odpočinkem
- **(+) teplem** (ALL C (+) chladem), teplými nápoji, jídlem, polykáním, chůzí

## NUX VOMICA

(kulčibaba dávivá)

Je člověk – workoholik. Je to podobně protivný pacient jako Bryonia. NUX V je protivná proto, že nemůže pracovat, zatímco Bry proto, že jí unikají obchody (kšefty). Zapamatujte si, že NUX V má potíže s trávením. Lycopodium také, ale to má nadýmání a překyselení, zatímco NUX V je špatně, protože se přejedla, přepila (alkoholem). Je to workoholik, takže používá hodně stimulační látky – káva, alkohol, drogy. Pak je jí blbě. Můžete tedy tento lék použít na kocovinu či přejedení tučnými potravinami, ale nebude Vám pomáhat pořádkem. Homeopatické léky určitě nepodporují člověka v sebedestrukci. Prostě Vám to pak přestane fungovat.

- začátek nemoci: při suchém, mrazivém počasí
- ráno - vodnatá hojná sekrece z nosu i přes den, nos je průchozí
- **v noci a venku ucpaný nos bez sekrece**
- velká zimnice, pocit vnitřního chladu, třese se, zakrývá se i při horečce
- bolest hlavy (spíše za krkem nebo i záda)
- **problémy s trávením** - nevolnost, podrážděný žaludek, nechut k jídlu, citlivost na pachy
- potřeba stimulačních látek, kupuje si horu umělých vitamínů, chce být rychle zdrav, aby mohl pracovat
- **i přes rýmu je přecitlivělý na různé pachy**
- (+) v teple, vleže, v klidu, večer, teplými nápoji, spánkem
- (-) ráno po probuzení (má špatnou náladu), po jídle, průvanem, chladem, námahou, nesnáší dotek, hluk
- obrovská podrážděnost, nemoc je překážkou v jejich snažení
- hádavost, zlomyslnost
- když už je nemocný, tak je z něho hypochondr
- (+) projevením účasti („ty můj chudáčku“)

### ARSENICUM ALBUM

(oxid arzenitý)

Člověk tohoto typu je velmi úzkostný. Bojí se zlodějů, že mu ukradnou majetek, peníze. Neustále kontroluje, zda je vše dostatečně zabezpečené v jeho domě. Nikomu pořádně nevěří. Nezve si návštěvu, aby mu něco neukradli. Je podezřívavý. Zároveň však lidi potřebuje, protože se bojí být sám. Je velmi pečlivý až perfekcionista. To mu dodává pocit jistoty. Má tendenci hodně kritizovat, komanduje všechny kolem sebe (skrývá tím strach ze smrti).

- rýma je vodnatá, **agresivnější** – odřený, zleptaný nos, horní ret
- hnilobně zapáchající sekret, který pálí, štípe
- zimomřivost, bledost
- **pálivé bolesti**
- (-) bolesti se zhoršují na studeném vzduchu, větru, **chladem** (ALL C (+) chladem, - teplem)
- **(+) teplem** ve všech formách (jídlem, nápoji, místností)
- **má žízeň, pije jen po doušcích teplé nápoje**
- nejhůře se cítí v noci mezi 1 – 3 hodinou ránní, kdy se objevuje nejvyšší horečka, noční můry, potí se, budí se, má astmatické záchvaty
- zimnice zvláště při horečce
- nemůže se zahřát, pocit studeného potu
- velký odpor k jídlu, je mu špatně, když ucítí jídlo
- trpí nespavostí zvláště po půlnoci, neklid, převrací se
- rýma přechází k zánětu průdušek, středního ucha, průjmům (střevní chřipky)
- strach ze smrti, úzkost, neklid
- **slabost, únava, vyčerpání**
- ztráta vitálních sil – ztrácí se před očima

### PULSATILLA

(koniklec luční)

Pulsatilla je většinou žena nebo malé dítě, má pocit opuštění, a proto je velmi závislá na pozornosti. Bývá mazlivá, přítulná, roztomilá, příjemná a tím vším i manipulativní. Omotá si člověka kolem prstu. Má velmi proměnlivou náladu, což se projevuje i fyzicky na tom, jak proměnlivé má symptomy. Je velmi citlivá až přecitlivělá k sobě, ale je i soucitná k druhým. Je to kytička, která roste v



horách na skále, má ráda proto čerstvý vzduch, chladné počasí, nepotřebuje téměř vůbec pít, protože když zaprší, voda stejně steče po skále pryč. Takové děti, když nutíte pít, protože někdo vymyslel, kolik by všechny děti na světě univerzálně měly vypít vody za den, potlačujete v nich jejich přirozené vnitřní potřeby.

- **sekret** zánětlivý, **nažloutlý, hustší, nedráždivý** (jako ona – manipuluje, ale není to agresivní)
- **ucpaný nos v noci, v teplé místnosti** (PULS se nedaří doma v teple)
- **přes den, venku, po ránu výrazná sekrece**
- (+) venku, na čerstvém vzduchu, utěšováním
- sucho v ústech, přesto **nemá žízeň**
- proměnlivé, stěhovavé bolesti – hlava, rameno, noha...
- citlivé kosti nad očima, nosem, bolesti dutin, jsou ucpané
- **ztrácí čich a chuť**
- **rýma vytváří krusty okolo dírek**, které zelenají
- potažený jazyk nažloutlým povlakem
- bolest hlavy na jedné straně, na té straně slzí oko
- zimomřivost, přesto se zhoršuje horkem
- sekret se přesouvá do uší – záněty – jsou jemnější
- plačtivost až protivnost, pak se omluví, protože jsou závislí
- jsou **jemní, mírní**

### ***EUPHRASIA OFFICINALIS***

(světlík lékařský)

Jak vidíte podle symptomů, rýma je tu jen tak navíc.... Takže kdy uvažujete o tomto léku? Když máte rýmu a u toho Vás pálí oči, máte je ráno slepené a zarudlé.

- slzení, pálení, **pocit písku v očích**, protírají si je, mrkají
- **ráno** zarudlé oči - **slepená víčka**, štiplavý výtok
- **lék na zánět spojivek, rohovky, víček, zánět očí u novorozenců**
- **hojný sekret zánětlivý nedráždivý** (bílý až zažloutlý)
- teče z nosu
- tendence k hnisání
- (-) světlem, sluncem, teplem, větrem, na vzduchu, večer v posteli, v místnosti, odpočinkem
- (+) ve tmě, na čerstvém chladném vzduchu, mrkáním, koupáním postižených míst

### ***HYDRASTIS CANADENSIS***

(vodilka kanadská)

- **sekret přilnavý, tahavý, lepivý**, později řidší dozelena, pálení po sekretu
- krusty seschlé
- slabost, sklon k omdlávání, apatie, únava
- **tupé bolesti v žaludku**
- ztráta chuti k jídlu
- bolest čelních dutin
- kašel – vykašlává žlutý, tahavý hlen

## DULCAMARA

(potměchuť popínavá)

Maminky na kurzech se mě opakovaně ptají, zda je možné nějaké léky dávat preventivně. Dočítají se to na internetu, třeba právě o DULC. Já nejsem zastáncem preventivního podávání homeopatických léků, odporuje to filosofii klasické homeopatie, ale hlavně mojí vnitřní filosofii. Každopádně zase Vám to nezakazují, ani Vám nebudu říkat, že je to špatně. Pokud Vaše dítě chodí každý týden plavat do bazénu a často mu hrozí nachlazení, rýma či horečka z prochlazení, můžete dávat DULC preventivně.

Já Vám k tomu ale doporučím spíše toto: zamyslete se, proč se toto opakovaně děje Vašemu dítěti, o čem to vypovídá? Chce vůbec chodit na to plavání? Nebojí se něčeho? Nebo je to dobrý způsob, jak se vyhnout druhý den škole? Nebo se děje něco u Vás doma, co by se mělo změnit a dítě Vás na to opakovaně upozorňuje? Tím, že budete každý týden dávat svému dítěti DULC, sice na nějaký čas oddálíte nemoc, ale pokud nepřijdete na příčinu toho, proč se to děje, stejně se Vám to nějak provalí, ať už v podobě nějaké intenzivnější akutní nemoci nebo chronickým problémem. Všechny děti přece nebývají nemocné, i když chodí na plavání v chladném zimním počasí. Můj syn tak chodil do plavání dva roky a to jsem ho nikdy nedonutila si dávat čepici a nachlazený, natož nemocný z toho nebyl.

- **po promočení**, po rozehrátí vyletí ven
- není to klasická rýma, ale **nachlazení**
- kýchání, kašel, **chrapot** = nachlazení
- zduřelé lymfatické uzliny
- (+) teplem, pohybem, nástupem sekrece
- průjmy hlenovité
- problémy s močovým měchýřem – pomočování ve dne i v noci
- afinita (vztah) k očím – může to být další lék na zánět spojivek

## MERCURIUS SOLUBILIS

(rtuť a další směsi)

Syphilitickou (sebedestruktivní) rýmu poznáte opět podle hnisavého, zeleného hlenu.

- sekret **hnisavý, zelený**, páchnoucí, velké množství
- zduřelá sliznice
- stav na antibiotika (klidně podávejte v kombinaci s homeolékem)
- buko-faringiální příznaky (**zvětšený jazyk, po stranách otištěné zuby**, zvýšená tvorba slin, v noci vytékají z úst s kovovou pachutí)
- páchne z úst, velká žízeň
- slzení očí
- (-) v noci výrazně – zpocení, ulepení, teploty, horečky
- lék na angíny, průjmy, záněty dýchacích cest - sebedestrukce je zde hodně výrazná
- podrážděnost, podezíravost

## D. KAŠEL

Kašel já osobně vnímám jako strach. Z čeho máte strach, co Vás čeká, o čem přemýšlíte? Stává se mně, když klientům v akutním stavu položím tuhle otázku, první reakce je, že nemají strach. Pokud si to také v tuto chvíli, kdy hledáte lék na kašel, myslíte, zkuste alespoň připustit, že možná máte z něčeho strach, ale neuvědomujete si ho. Uvidíte, že za pár chvil Vás začne napadat, že vlastně

ted' v práci řešíte nějaký projekt a vůbec nevíte, jak to zvládnete nebo manžel ted' mění zaměstnání a Vy se obáváte, zda Vás ta změna třeba finančně nepostihne...No a už to máte.

Zvědomte si tento strach. Co to znamená? Uvědomujte si ho a buďte v tuto chvíli v něm, s ním. Uvidíte, že už není tak hrozný, jako jste si myslela, když jste ho od sebe odháněla tak dlouho, až Vám tělo muselo začít ukazovat, že ho máte. Možná máte otázku: no jo, ale kašle moje malá dcerka či syn, co tohle znamená? Vaše dítě Vám ukazuje, že máte strach Vy. Ono Vám ho zrcadlí. Podívejte se na své dítě, jak kašle a představte si, jako byste se dívala do zrcadla. Tak to jste Vy. Tohle platí, když je Vaše dítě malé. Čím bude starší, tím je to víc o něm, takže hledejte v rozhovoru s ním, z čeho má strach. Často to je z dětí ve škole, školce, učitelů, písemek, zkoušek...Každopádně i u většího dítěte může jeho kašel zrcadlit i Vás. Jak to poznáte? Tehdy, když Vám jeho kašel či jiná nemoc bude vyvolávat nějakou emoci. V tu chvíli je to i o Vás.

### III. Kašel suchý

#### *ACONITUM NAPELLUS*

(oměj šalamounek)

ACON je prostě skvělý lék. Použila jsem ho mockrát a mockrát opravdu zabral a ulevil dotyčnému člověku. Je to lék, který určitě mějte ve své homeolékárničce, protože se Vám bude hodit na mnohé akutní stavy. Je to opravdu lék, jejímž základním jmenovatelem u mnoha různých nemocí je **prudkost** – prudký, náhlý nástup potíží – horečky, kašle...

- **lék na psychogenní dušnost, šok**
- lék první volby při nočním záchvatu laryngitidy u dětí (dítě prožívá paniku a strach z udušení)
- (-) v noci – suchý, chraptivý, štěkavý, kokrhavý kašel – záchvat
- často začíná po nachlazení, zpcení, námaze
- **žízeň na studené**, co pije a jí – má hořkou chuť (ale nemusí to tak být vždy)
- nepotí se...viz chřipka
- (+) na čerstvém vzduchu (při záchvatu můžete na dítě otevřít okno, pokud je to v zimě nebo lednici)
- **prudký, náhlý kašel**
- má strach, pocit, že se uduší (problém s nádechem)
- zrychlený dech

#### *DROSERA*

(rosnatka okrouhlolistá)

Drosera je masožravá rostlina. Představte si stav, kdy jste třeba moucha a lítáte si kolem kytky a náhle se před Vámi otevře „tlama“ této kytky a chce Vás spolknout. Tak tohle je stav, ve kterém se nachází člověk se suchým kašlem, když je v obraze DROS. Už se asi nedivíte, že se nemůže ani nadechnout... Je podobná obrazu ACON, protože ACON má v sobě také akutní strach. Odlišíte je od sebe tím, že DROS má nevolnost žaludku a bolesti v oblasti hrudníku.

- **prudké záchvaty těsně po sobě**
- kašel suchý, dráždivý, agresivní, prudký
- problém u nádechu – sípe, promodralost
- špatně se vykašlává hlen, jakoby v krku něco lechtalo
- **zvedá se mu žaludek, nevolnost, zvracení**
- hlen s nitkami krve, někdy krvácení z nosu
- **bolesti žeber, hrudníku, bránice**

- strach ze samoty, nemůže se soustředit
- (-) při ulehnutí, večer, po půlnoci do 2. hod ranní
- (-) teplem, po jídle, pití, mluvení
- (-) pláčem, smíchem, rozčilením

### **SPONGIA TOSTA**

(pražená mořská houba)

Tento lék jsem také použila velmi často, je hodně podobný ACON. Rozdíl mezi nimi je, že ACON se zlepši studenými až ledovými nápoji, Spong teplými. Nemocný Vám sám řekne, co chce pít, zda má chuť na ledovou vodu nebo teplý čaj. V okamžiku akutního záchvatu Vám tento příznak může být ale na houby, proto Vám doporučuji, když začne akutní suchý kašel v noci, použijte nejdřív ACON a teprve když nezabere nebo jen tak trochu, dejte SPONG.

- **kašel – suchý, ostrý jako řezání pilou**, dráždivý, odírající, hvízdavý, skřehotavý
- často začíná v noci, problém s nádechem i výdechem (ACON – problém s nádechem)
- nádech bolestivý
- **pocit, jakoby houba byla připlesklá na obličeji**
- vyděšení, nemohou se nadechnout, strach ze smrti
- bez horečky nebo pomalý nástup
- lék na laryngitidy, problémy s hlasivkami, epiglotitidy (záklopka), astma
- pocit horka v hrtanu
- (-) v noci, kolem půlnoci
- ((+)) **teplými nápoji, vleže s vysoko uloženou hlavou**

### **FERRUM PHOSPHORICUM**

(fosforečnan železitý)

Jak už jsem zmínila u chřipek, tento lék nemá vyhraněné příznaky. Jak ho tedy poznat? Je to suchý kašel, u kterého není vysoká horečka. Bývá to celkem častý stav.

- pomalý začátek, nemá vyhraněné příznaky
- nachlazení, co klesne na průdušky
- **suchý bolestivý kašel** (ACON), zvlhne - později může **vykašlávat hlen s krví** (stav může vést až k zápalu plic)
- může přejít do zánětu středního ucha
- střídá se bledost a překrvení obličeje
- pálení na hrudi
- pravostrannost
- zimomřivost
- (-) v chladu, vleže na pravé straně
- (-) námahou
- (-) mezi 4. – 6. hod ranní
- ((+))teplem
- **lék na zápal plic u dětí**

### **SAMBUCUS NIGRA**

(černý bez)

Máme tady další méně častý, ovšem i tak potřebný lék na suchý kašel spojený s dušením a následnou promodralostí. Já se osobně nesečkala s případem, kde už nemocný modrá, ale je to

možná tím, že jsem zasáhla ještě před tím, než by to nastalo...Takže když Vám někdo doma chrčivě kašle, dusí se u toho, má problém s výdechem, uvažujte o tomto léku.

- **lék na laryngitidy s chrčením, černý kašel, astma**
- lék na suchou rýmu s ucpaným nosem, dýchá pusou, kojeneček nemůže sát
- nádech hvízdavý, pískavý
- **problém s výdechem**
- **promodralé** rty, nehty na rukách, prsty, obličej či končetiny
- ve spánku také **dušnost**, sedá si (nenutit ležet.)
- hlen nejde vykašlat
- ucpaný nos
- silné pocení i bez teploty, po probuzení mokrý potem
- nechce se odkrývat, nesnáší to
- (-) ve spánku, odpočinkem, vleže, suchým chladem, chladnými nápoji (ACON – se zlepšuje), po ovoci
- (+) podložením polštářem, vsedě, pohybem, zabalením

### HEPAR SULFUR

(nečistý siřník vápenatý)

Já tento lék ještě na kašel nepoužila, ale Vám může pomoci tam, kde suchý záchvatovitý kašel je kombinován páchnoucími hnisavými sekrety. HEP S je totiž jedním ze tří nejčastěji používaných léků na hnisavé projevy u jakýchkoli akutních stavů (dalšími z trojice jsou Silicea a Mercurius solubilis). Pokud Vám pomůže, napište mi, prosím, svoji zkušenost.

- laryngitida s chraplavým, štěkavým kašlem, s bolestí na prsou a **zimomřivostí**
- kašel se zhoršuje studeným vzduchem
- kašel je hodně hlasitý, sekret je zánětlivý
- při kašli se zaklání
- **dlouhotrvající páchnoucí pocení**, které neulevuje
- všechny **sekrety hnisavé**, zbarvené krví, **zapáchají** po shnilém sýru
- (-) v noci, odkrýtím, suchým chladem, brzy ráno, když leží na straně, kde ho to bolí
- ((+)) ve vlhku, vlhkém teple, po jídle
- přecitlivělost na bolest, nemá rád jemný tlak – dotek
- **lék na hnisavé sinusitidy, zánět mandlí, zánět středního ucha, zánět spojivek**

### CUPRUM METALLICUM

(kovová měď)

CUPR je na mentální úrovni člověk, který dělá věci křečovitě, tvrdě, za každou cenu. Je to kov, takže v sobě zahrnuje pevnost, strukturovanost. Jistě jste si všimli, že tu máme více léků, u kterých je uvedeno, že je to lék na černý kašel a astma. Tak CUPR je lékem číslo jedna. Co to znamená? Když má Vaše dítě černý kašel, uvažujte nejprve o tomto léku. Jen kdyby nepomohl nebo jen tak lehce, začněte vybírat z dalších možných léků na suchý křečovitý kašel.

- **lék na černý kašel, astma**
- **často vzniká při potlačení pocení, výtoku rýmy, po potlačení příznaků antibiotiky**
- velké záchvaty kašle hlavně v noci s dušením, sípáním
- křečovitý suchý dávivý kašel
- **nemůže mluvit, nadechnout se**
- prudké bolesti s náhlým začátkem a koncem

- hlen bublá, hlen může být i nemusí
- **kašel - suchý**, křečovitý, rychlý, štekavý

## BRYONIA ALBA

(bílý posed)

Vzpomínáte, jaký symptom si stačí zapamatovat u Bry? Ano, kdo uhádl *zhoršení sebemenším pohybem*, dostává ode mne jeden plusový bod ☺.

- **lék na kašel, který zůstává po odešlé chřipce**
- kašel suchý, hlavně v noci (sedá si), chce ležet na břiše
- suchost sliznic
- žízeň na hořké nápoje
- **zhoršení sebemenším pohybem**, kašlem, pohybem očí, teplem, při nadechnutí, po jídle a pití, v noci
- ((+)) odpočinkem, silným tlakem, chladem, pocením
- bolest **celého hrudníku, hlavy** (tendence obvázat si pevně hlavu, hrudník)
- leží na straně, kde to víc bolí, aby to měli stlačené

## IV. D. 2 Kašel suchý nebo vlhký

### PULSATILLA

(koniklec luční)

No, a opět tady máme Pulsatillku☺. Když posíláte své starší dítě do školky a druhé, mladší může být doma s maminkou, no, tak co udělá to starší? Onemocní. Pokud dítě delší dobu, třeba již po odešlé chřipce pořád tak nějak pokašlává, uvažujte právě o tomto léku. PULS dá Vašemu dítěti informaci, že se nemusí bát, že nemusí být závislé na mamince, že si ji nemusí pojišťovat kašlem a ten mu pak odezní.

- **lék na konečnou fázi, na dotáhnutí nemoci, na pokročilé stadium**
- kašel **v noci – suchý**, záchvatovitý s ucpaným nosem
- kašel **ve dne – vlhký**, vykašlává **bíložlutý, nedráždivý hlen**
- chce výš pod hlavou
- kořen nosu na dotek citlivý
- ((+))čerstvý vzduch
- **nemá žízeň**, nepije (nenuťte ho, je to zbytečná ztráta energie)
- symptomy se střídají, **proměnlivá nálada** (plačtivost, přítulnost) zahrnuje kombinaci rýmy, nachlazení a kašle
- ostatní viz rýma

### IPECACUANHA

(havěnka dávivá)

Toto je lék, který je sice zařazen u kašle, ale kašel tady není ten hlavní symptom. Když Vám bude nemocný zvracet a u toho ještě kašlat, můžete uvažovat o IPECA. U DROS je kašel základní symptom, který způsobuje (ale nemusí) zvracení.

- zvracení při nevelkém kašli (DROS – zvracení způsobené kašlem)
- kašel suchý nebo vlhký (střídá se)
- hlen nízko na hrudníku, špatně se vykašlává, nedá se vykašlat
- **čistý nepovleklý jazyk** i po zvracení se zvýšeným sliněním

- velké slinění **bez žízně**
- potíže se periodicky objevují ve stejnou dobu a náhle (např. 6 hod ráno, 6 hod večer nebo jednou do roka...)
- **krvácení z nosu, hlen s krví, krev v moči**
- bolesti okolo žaludku
- velký neklid, něco chce, neví co, když to má, nechce to (CHAM)
- (-) velkým teplem, chladem, suchem
- (-) pohybem – vyvolává nevolnost, kašel
- lék na rýmu, kýčání, chrapot, nevolnost v dopravních prostředcích
- křečovitý kašel s dušením, promodráním tváře, někdy s vykašláváním jasně červené krve, doprovázený nevolností a zvracením (černý kašel), někdy také s krvácením z nosu a dušností (astmatická dušnost s pocitem sevření na prsou, opakující se periodicky)
- Velké nahromadění hlenu v průduškách (ANT T)
- **Lék na akutní krvácení – červené**

## V. D. 3 Kašel vlhký

### **MERCURIUS SOLUBILIS**

(rtuť a další směsi)

Tento lék byste mohli zaměnit s HEP S kvůli zapáchajícímu hnisavému stádiu kašle. HEP S má ale laryngitický suchý kašel, zatímco tady nemocný už vykašlává hleny, které jsou zelené, zhnisané.

- velmi zánětlivá pozdní stádia kašle
- **vykašlává hodně nazelenalého, zhnisaného hlenu**
- buko-faringiální příznaky (to co se týká úst - pocit velkého jazyku, potažený jazyk, zapáchající dech, zvýšená tvorba slin, sliny v noci vytékají na polštář, kovová pachut' v ústech)
- (-) v noci

### **CHAMOMILLA**

(heřmánek pravý)

Mnozí z Vás CHAM znají právě díky tomu, že se velmi často dává na obrovskou protivnost malých dětí u prořezávání zoubků. Na mentální úrovni je to lék pro lidi, kteří jsou velmi vzteklí, takový ten stav, že něco chce a pak když to dostane, tak s tím zase švihne o zem. Ach jo. A ty maminky, které již zažily růst zubů svých dětí, ví, o čem mluvím. Takže CHAM dítě zklidní, bude se s ním dát vydržet. Proč ale o ní mluvíme u kašle? Je to lék pro děti, u kterých růst zubů doprovází kašel. Není tu však opět ústředním tématem.

- **lék na prořezávání zoubků u malých dětí**
- kašel vlhký i ve spánku
- žlutozelený průjem
- jedna tvář červená a horká, druhá bílá a studená
- děti vzteklé, neutišitelné
- horkokrevnost
- (-) v noci, větrem
- ((+)) teplem, v náručí

### **ANTIMONIUM TARTARICUM**

(dávivý vinný kámen)

Tak u tohoto léku nemusíte vědět nic víc, než zvýrazněný symptom. Ten Vás jednoznačně navede. Nenechte se zmást ostatními příznaky. Pokud Vám k tomu Vašemu případu zrovna nesedí, nevadí. I tak Vám hodně pomůže. Já ve své praxi takhle popsany případ nezažila a přitom jsem hodněkrát tento lék použila právě na to „bublání“ v dýchacích cestách. Možná se ptáte, proč tu tedy ty ostatní příznaky uvádím, když nejsou potřeba. Je to na základě mých zkušeností a pocitů. Už jsem mnohokrát upravovala tyto materiály ještě před tím, než je dávám zde do knihy, mnoho z mého pohledu nedůležitých symptomů jsem vyřadila a některé zase naopak přidala. Přestože jsem určité případy nezažila, nějak mám pocit, že možná mě nebo někoho z Vás někdy přistě právě tyto příznaky navedou.

- **extrémní zahlenění dýchacích cest (je slyšet na dálku bublání)**, jakoby se v nich topil
- nejvíce vyjádřen dechový deficit – kůže studená, bledá až promodralá, promodralé rty, chvěje se nosní chřípí, výrazné kruhy pod očima
- silně povleklý jazyk
- slabost, ospalost

## **VI. D. 4 Kašel psychogenní (vyvolaný emocí)**

### **IGNATIA AMARA**

(bob sv. Ignáce)

IGN je mentálně lék zvláště pro ženy, které jsou „na nervy“. Hysterie, střídání nálad je na denním pořádku. Jejich stav je způsobený velkým zklamáním, žalem, ztrátou někoho blízkého. V akutním stavu se setkáte s IGN tehdy, kdy dítě dlouho kašle, ale tak, že sami vidíte, že je to spíš psychická záležitost (fyzicky ani nemá hleny, teplotu...). Dítě chce na sebe upozornit. Proto pozorujte, co řeší, proč tuto potřebu má.

- křečovitý nervový kašel, který lze utišit vůlí
- souvisí s emoční ranou
- kašel je snaha na sebe upozornit
- čím víc kašle, tím víc jí to nutí kašlat

### **PULSATILLA**

(koniklec luční)

Někdy se Vám kašel může táhnout i týdně, třeba když chodí dítě do školky a přitom chce být s maminkou. Není to žádný strašný kašel, objevuje se několikrát za den, dítě je mazlivé a hlídá si Vás. Může pomoci PULS.

- **Kašel suchý přes den a v teple**
- **Vykašlává venku a po ránu**
- **Hlen nedráždivý, bílý až žlutý**

## **E. CHRAPOT, ZTRÁTA HLASU**

Tak tady si můžete znovu připomenout, co jsem Vám psala u angín. Opět se to týká krční čakry – komunikace. Kde se přetěžujete v oblasti komunikace, kde tlačíte, abyste něco vyjádřili? Možná už nechcete ani mluvit, i když na vědomé úrovni si říkáte, že přece potřebujete mluvit v práci...Tak si teď dovoluňte nemluvit. A ponořte se do sebe, co vlastně v komunikaci je špatně, abyste



to mohla změnit. Můžete si říct, že se není co divit, když jste v poslední době mnoho hodin přednášela svým studentům, ale proč jiní lidé, kteří dlouhé hodiny mluví, neztrácí hlas? Máte v tom prostě něco svého...

## I. infekční zánět, přetížení

- dlouho mluví, ochrnutí hlasivek, ztráta hlasu po emocionálním šoku, přetížení nervové soustavy, po potlačení něčeho narůstajícího

### **RHUSTOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

Tento lék využijete mnoha způsoby. Je určitě výhodné mít ho doma. Vzpomínáte z chřipek, jaký je jeho typický symptom? Ano, křivka ~. Tak jak tuto křivku naaplikujeme na chraptot? Níže uvedený tučně zvýrazněný příznak Vám to prozradí.

- **ráno nebo na začátku hovoru chraptí nebo nemůže ani mluvit, musí se rozmluvit, čímž se hlas velmi zlepší, na konci hovoru nebo večer, když přestává mluvit, se to zase zhorší (bolest či je bez hlasu) - ~**
- neklid – přeskakuje z jednoho tématu na druhý
- pořád musí být v pohybu
- (-) chladno, vlhko

### **ARNICA**

(prha arnica)

Pokud dlouho namáháte hlasivky, jednoduše si dejte ARN.

- únava hlasivek po nadměrné námaze (mechanická, fyzická námaha hlasivek)
- afonie – ztráta hlasu, sípání

### **PHOSPHORUS**

(bílý fosfor)

Na mentální úrovni je to člověk, který se vciťuje velmi do druhých lidí a tím pádem ho bolí a trápí problémy jiných lidí. Je to velmi příjemný, společenský člověk, má spoustu známých. PHOSPH má afinitu (souvislost) ke krvi, proto když se u nemocného vyskytne krev, je to jeden z léků, o kterém můžete uvažovat. Dalším je FERRUM – železo a jeho kombinace (např. FERR PH – ferrum phosphoricum).

- **velká bolest v krku způsobuje, že nechce mluvit**
- krvácení z nosu, hlen s nitkami krve
- (-) večer, v první polovině noci, ráno, chladem
- (+) teplem

### **ARGENTUM NITRICUM**

(dusičnan stříbrný)

Již u angín jsem Vám popsala tento lék, znovu jen připomínám, že zvýrazněný symptom je pro Vás jasným vodítkem.

- **pocit něčeho zabodnutého v krku**
- lék na úzkost, trému před vystoupením
- strach z očekávání – anticipační úzkost – ztratí hlas, zmatkaří (musí ještě rychle něco udělat)
- lék na polypy, uzlíky na hlasívkách
- (-) teplým jídlem, oblečením, teplou místností
- (-) cukrem, sladkostmi
- (-) trémou před vystoupením
- klaustrofobie
- (-) výška, lidé

## II. emoční důvody

### *IGNATIA AMARA*

(bob sv. Ignáce)

IGN onemocní, když ji zklame blízký člověk např. tím, že třeba odejde anebo umře.

- emoční zranění, **ztráta někoho blízkého**, zármutek, pořád vzdychají
- pocit knedlíku v krku, nemohou dýchat

## F. NEVOLNOST V DOPRAVNÍCH PROSTŘEDCÍCH – KINETÓZY

Pokud máte problém v dopravních prostředcích, svědčí to o tom, že něco ve Vás se nechce nebo nedokáže přizpůsobit situaci cestování. Problém s rychlostí, pohybem, houpáním (na lodi, v letadle) Vám způsobuje nevolnost až zvracení. Uvědomte si, v čem nejste v souladu, kde se nedokážete poddat situaci a tedy co můžete udělat, abyste se přizpůsobili, když už někam jedete. Opakovanou nevolnost bych doporučila řešit se svým terapeutem. Jedno až dvě kineziologická sezení (nebo jakákoli jiná terapie, která Vás přitahuje a je Vám sympatická) Vás problému s cestováním může velmi dobře zbavit. Každopádně příležitostná nevolnost se zvládne akutními homeopatickými léky.

### *TABACUM*

(tabák)

Tento lék je běžně dostupný, tak pokud Vaše děti mají potíže při jízdě autem, jistě si ho můžete pořídit. Měl by pomoci v 90 % případů. Pokud ne, hledejte dále...

- **zvládne většinu kinetóz** – podat před cestou místo kinedrylu
- studený pot, chlad, závratě, pocit na omdlení
- nevolnost, zvracení, průjem, v břiše pocit chladu
- mělký, nepravidelný tep, žaludek jako na vodě
- (+) čerstvým vzduchem, zvracením, zavřením očí, usnutím
- (-) každý pohyb mu vadí (pohyb okolí i vlastní pohyb)

### **IPECACUANHA**

(havěnka dávivá)

IPECA je lék na akutní tepenné krvácení a na **zvracení, po kterém zůstává nepovleklý čistý jazyk se zvýšeným sliněním**. Také průjem se zkvašenou stolicí s příměsí krve s ní můžete léčit.

- (-) pohybem okolí – vozidlem, ohnutím dolů
- (+) vlastním pohybem, např. proběhnutím
- jsou z toho celí špatní
- periodicitu potíží – stav se zlepšuje a zhoršuje
- **velké množství slin**
- **bez žízně**, nechutí k jídlu
- pocit, že mu žaludek někam padá

### **COCCULUS INDICUS**

(anamirta cocculus)

COCC-I jsem na kinetózy ještě nedala, ale jistě se některá z Vás setká s příznaky níže popsanými a bude se jí to hodit. Proč Vám ale hlavně uvádím tento lék? Protože je výborný právě pro lidi, kteří jsou vyčerpaní z dlouhotrvající námahy, tj. ti, co se starají o dlouhodobě nemocného, postiženého či právě maminka, která vstává několikrát za noc k dítěti a trvá ten stav dlouhé týdny a měsíce.

- zpomalený z velké únavy – pomalu myslí, pomalu se pohybuje
- pocit, že ho svaly neposlouchají - vše mu dělá strašnou námahu, celý ztuhlý
- šeptá, i mluvením se vyčerpává
- (-) pohybem, mluvením, pohybem očí, jídlom, chladem
- (+) studenými nápoji, teplem
- nevolnost, zvracení
- v autě musí sedět, vleže je mu hůř
- **lék při dlouhodobém nevyspání, velkém vyčerpání – např. maminka u nemocného dítěte, péče o dlouhodobě nemocného**
- **lék k vyrovnání časových pásem při letu do vzdálených zemí**

### **BORAX**

(bór)

Tento lék je výborný na afty. Není jediný, ale zase lékem číslo jedna. Pomáhá tam, kde někomu dělá potíže pohyb nahoru a dolů, např. ve výtahu.

- **lék na mořskou a letadlovou nemoc, vyděšení** z nenadálých, ostrých zvuků
- zhoršuje pohyb nahoru a dolů (výtah, letadlo, u novorozence při pokládání do postýlky)
- nevolnost fyzická i psychická
- (-) kouřem, chladným počasím
- (+) tlakem, studeným suchým vzduchem, v noci

### **NUX VOMICA**

(semeno stromu Nux vomica)

Jak jsem již zmiňovala u rýmy, NUX V je workoholik. Bývají to lidé na vysokých pracovních pozicích. Tomu pak odpovídá i člověk v akutním nemocném stavu.

- pokud řídí, tak je mu dobře, pokud neřídí, je mu špatně, protože nemá řízení pod kontrolou
- je to **psychogenní nevolnost**

### **GELSEMIUM SEMPERVIVENS**

(virginský jasmín)

V chřipkách jsem zmiňovala, že GELS je jeden z léků na úzkost před vystoupením, tak tady se ta úzkost může projevit tím, že člověk má strach z cesty. Můžete mít strach jít nakoupit a říct prodáváči, co chcete nebo máte třeba trému před tím, než telefonujete. V těchto potížích Vám může akutně pomoci právě GELS. Pokud je to u Vás silný symptom, který Vás omezuje v běžném životě, uvažovala bych o hloubkové léčbě, tj. řešit jeho příčinu.

- **Má strach z cestování předem**, jestli dobře dojedou – raději by nikam nejel, psychický průjem i nevolnost
- **paralýza** - slabost, třes, závrať s dvojitým viděním, špatná svalová koordinace = raději neřídí
- zlepšuje se v klidu
- lék podávejte už před cestou, kdy úzkost nastupuje

### **ARGENTUM NITRICUM**

(dusičnan stříbrný)

Lék pro nervózního cestovatele. Furt Vás nahání, abyste už jeli, a pak něco zapomene a Vy na něho čekáte v autě...

- pobíhá po celém bytě, impulsivní, nic nestíhá
- **auto řídí velmi nebezpečně**, rychle, kličkuje
- má chuť na sladké
- je mu zima, při zakrytí se dusí
- psychický průjem
- velká plynnatost

## **G. PRŮJEM**

To, co Vám do života přichází, nevyužíváte na 100 %, nedáte tomu dostatečný čas, abyste to zpracovali a využili ve svůj prospěch. Prostě něco ve svém životě pouštíte...

### **I. jednoduchý průběh - hojný, není výrazná bolestivost**

#### **PODOPHYLLUM PELTATUM**

(noholist)

- běžný průjem, pokud není u dětí, tak ani nemusíme léčit
- vodnatý, hlenovitý, páchnoucí, nažloutlý průjem
- stolice vychází pod tlakem, vystřikuje
- plynnatost, kručení v břiše
- nejčastěji ráno ale i během dne

- po stolici pocit slabosti, prázdná v břiše
- (+) v teple, lehnutím na břicho

## II. závažnější průběh - bolesti jsou výrazné

### *COLOCYNTHIS*

(kolokvinta)

Stejné příznaky má i lék MAGNESIA PHOSPHORICA, ale ten dostanete jen na lékařský předpis. Proto si poříďte tento lék, pokud má níže uvedené příznaky.

- lék na bolest při menstruaci, koliky u malých dětí
- bolesti podstatně větší, náhle začínají i končí
- **vztek, podrážděnost**
- (+) teplem, silným stlačením břicha
- průjem není dominantní, spíše **bolesti**

### *CUPRUM METALLICUM*

(kovová měď)

Pro tento lék je typická křeč – křečovitě kašle, průjem s křečemi, křeče v břiše, křečovitě bolesti v lýtkách.

- **křečovitě bolesti**
- prudký **průjem s křečemi** v břiše a lýtkách
- rychle začíná i končí
- spojeno s nevolností a zvracením
- může být škytavka
- (+) vypitím trochy teplé vody

## III. závažnější, bez bolesti

### *CHINA*

(chinin – hořký)

Tento lék je na místě vždy, když onemocníte z důvodu velké ztráty tekutin, ať už je to krvácení, zvracení či průjem. Co je tu důležité, že je tu velká ztráta, což působí další potíže – dehydratace, slabost, vyčerpání.

- bezbolestný průjem, ale silný, vyčerpávající – slabost, vysílení, pocity na omdlení, **dehydratace**
- **průjem s nestrávenými zbytky jídla**
- nadýmání, plynnatost
- hořká pachuť v ústech
- (+) silným tlakem, nemá rád lehký dotek
- lék pro ženy po porodu při velké ztrátě krve, plodové vody
- lék na průjem po přejedení nezralého ovoce

## **RICINUS COMMUNIS**

(skočec)

Zde Vás obohatím příběhem. Manžel kamarádky přišel odpoledne domů z práce a v podstatě až do večera téměř pořád seděl na záchodě. Měl konečník už tak rozbolavělý, že mu začal trochu krváčet. Na základě tohoto symptomu jsem doporučila tento lék. Po pár minutách po podání první dávky vyšel muž z toalety, lehl si do postele a usnul. Celou noc prospal a ráno již neměl žádné potíže. Jediná kulička Vám mnohdy může takhle úžasně pomoci. I po deseti letech praxe mě dokáže homeopatie nově překvapit 😊.

Mám ještě jednu zajímavou zkušenost. RIC C jsem použila i na chronický stav. Jedna moje klientka trpěla opakovaně mnoho let na průjmy. Nikdy nevěděla, kdy „to na ni přijde“, bála se cestovat. Koupila jsem jí celé balení tohoto léku v Anglii a ona si ho jednou denně začala brát. Potíže se začaly postupně zlepšovat a asi po 2 – 3 týdnech přestala lék brát. Tento lék problém nevyřešil, příčinu jsme musely ještě léčit hloubkově. Každopádně jí tento lék ulevil před tím, než se nám podařilo rozkrýt jeho příčinu.

- jedovatá rostlina
- vodnatý, bezbolestný průjem, černý, páchnoucí
- velké vyčerpání, velká zimomřivost
- **dráždí konečník – rozbolavělý (až do krve)**
- (+) teplem
- průjem vypadá jako rýžová kaše
- je velmi nebezpečný

## **IV. těžší střevní chřipky**

### **ARSENICUM ALBUM**

(oxid arsenitý)

Tento lék si přibalte na dovolenou k moři, pokud míváte průjem ze stravy, po zmrzlíně či vodnatém ovoci.

- slabost, vyčerpání, **obrovská vysílenost**
- velké bolesti břicha, pálivé bolesti jako žhavé uhlíky
- průjem černý, silně zapáchající
- může být i zvracení
- **dráždění konečníku**
- (+) teplem, teplé obklady na břicho
- lék na infekce, otravu zkaženými potravinami, ovocem

### **CROTON TIGLIUM**

(ladel počistivý)

- průjem **po podání velkého množství antibiotik**
- dráždivý, nažloutlý, vodnatý průjem
- prudký pod tlakem
- první pomoc – ledová Coca-Cola po lžičkách

## **IPECACUANHA**

(havěnka dávivá)

- **velké množství slin**
- bez žízně, nechutí k jídlu
- průjemem s křečemi, který je pěnivý, zkvašený, nazelenalý, může být s krví, který neulevuje
- může být ve spojení se zvracením, v tom případě má vlhký, **čistý jazyk**
- pocit, že mu žaludek někam padá
- periodicitu potíží – stav se zlepšuje a zhoršuje
- (-) ve vlhku, teple, v posteli
- **lék na otravy potravinami, nezralým ovocem, střevní chřipky, virózy, salmonelózu**

## **V. psychogenní průjem**

### **ARGENTUM NITRICUM**

(dusičnan stříbrný)

Tento lék potřebujete, když máte průjem před zkouškou či nějakým vystoupením a tréma se Vám projevuje tak, že „lítáte“ z místa na místo, chaoticky se chystáte či rychle ještě něco opakujete. Nejen, že Vám pokryje fyzický projev, tj. průjem, ale především Vás uklidní a Vy můžete bez chaosu udělat to, co Vás čeká.

- průjem z trémy, odezní po zkoušce
- fobie, třes, duševní přepracování
- **nervové přepětí**

### **GELSEMIUM SEMPERVIVENS**

(virginský, žlutý jasmín)

GELS budete potřebovat také před zkouškou, ale je pro ty z Vás, kdo naopak upadáte do neaktivity. Neschopnost myslet, chystat se, zapomenete většinu toho, co jste se naučili...

Mně tento lék pomohl den před mou první přednáškou na esoterickém festivalu. Byla jsem v tak ochromeném stavu, že mě nenapadlo nic jiného, než si vzít krizovky (Resque Remedy). Ty mi pomohly psychicky, zpočátku jsem měla pocit, že jsem absolutně neschopná tam cokoli říct, že tam vlastně nemám co dělat...Takže po kapkách jsem se uklidnila, uvolnil se vnitřní třes v těle, ale dál nic. Měla jsem hlad, potřebovala jsem si připravit jídlo sobě i dětem, neměla jsem připravenou přednášku, co vlastně budu říkat, seděla jsem v kuchyni a nic. Pak přišel za mnou syn a ptal se, co mi je. Divil se, proč se dobrovolně přihlašuji dělat něco, v čem se pak cítím takhle blbě. Vysvětlila jsem mu, že mě má práce i přednášení baví, ale mám prostě trému. V tom svém šíleném stavu jsem ani nedokázala poznat, v jakém obraze léku jsem a tak jsem požádala syna, aby mi vybral lék. Když vybral tento, tak mi začalo svítat, proč. Dala jsem si ho a po pár minutách jsem se zvedla připravit jídlo. U toho mě začaly chodit nápady, jakým způsobem si jednoduše připravit přednášku. Za hodinu jsem to měla hotové. Léky jsem si brala i další den v podstatě opakovaně až do chvíle, než přednáška začala. Trému jsem měla, ale velmi zklidněnou. Dočkala jsem se i potlesku 😊.

- plachost, tréma, úzkost z očekávání, před zkouškou, cítí se **paralyzovaný a neschopný cokoli udělat**
- průjem z trémy

## H. NEVOLNOST, ZVRACENÍ

Pokud Vám v životě něco neseslo, něco „nemůžete strávit“, udělá se Vám z toho špatně. Může to být tak silné, že to vyčistíte zvracením.

### *IPECACUANHA*

(havěnka dávivá)

Připomínám, že IPECA je prvním lékem na akutní krvácení. Co je zajímavé u zvracení, že po něm Vám zůstává čistý nepovleklý jazyk.

- afinita k trávicímu a dýchacímu systému
- vytrvalá nevolnost a zvracení
- vlhký, **čistý jazyk**
- **velké množství slin**
- bez žízně, nechutí k jídlu
- prudké zvracení, hojné, hlenovité i s krví, pacientovi se neuleví
- ve spojení s průjmem s křečemi, který je pěnivý, zkvašený, nazelenalý, může být s krví
- pocit, že mu žaludek někam padá
- periodická potíží – stav se zlepšuje a zhoršuje
- (-) ve vlhku, teple, v posteli
- ***lék na otravy potravinami, nezralým ovocem, střevní chřipky, virózy, salmonelózu***

### *ARSENICUM ALBUM*

(oxid arsenitý)

- **pálivá bolest**
- zvracení i průjem – kyselé, agresivní s pálením žáhy
- sekrety jsou rozežírající
- úzkost, neklid, slabost, vyčerpání – chce ležet
- **potřeba tepla**, (+) teplem
- žízeň na studenou vodu – pije jen po doušcích
- chuť na kávu a kyselé mléko
- nesnáší vůni ani pohled na jídlo
- po jídle i pití bolí žaludek
- ***lék na nevolnost po exotickém jídle, hodně vodnatém ovoci (meloun)***

### *ANTIMONIUM CRUDUM*

(sírník antimonitý)

- hodně **bílý, povleklý jazyk**
- trávicí problémy – ztráta chuti k jídlu – po přejedení (kyselých potravin)
- velká plynatost
- popudlivost, naštvanost, chuť někam zalézt, aby se na něho nikdo nedíval
- (+) na čerstvém vzduchu, odpočinkem
- (-) na slunci, přehřátím, studenou vodou

### *NUX VOMICA*

(kulčibaba dávivá)

Opět příběh ze života. Když jsem byla na mateřské s mým starším synem, byly mu tři roky, přejedla jsem se kešu oříšky a mandlemi. Tenkrát jsem ještě neměla homeolékárničku. Udělalo se mi



tak špatně, že jsem zavolala sestře, která tenkrát pracovala v lékárně, zda by mi mohla přinést NUX V. Dala jsem si lék a sestra mně vzala syna ven, abych si mohla v klidu lehnout. Oni odešli a mě tak maximálně do deseti minut se udělalo dobře. Jak tak ležím, říkám si: „ty jo, v kuchyni tolik nádobí, to bych mohla umýt“. A tak jsem šla uklízet. Chtěla jsem využít čas bez dítěte, však víte, jaké to je umývat nádobí, když Vám u toho nikdo nikam neleze a vy se můžete soustředit na práci. Tenkrát jsem to holt ještě neuměla jinak, stále jsem se honila, no a udělalo se mi špatně zase. Znovu jsem si vzala lék, ale tentokrát mi už nepomohl. Ach jo, musela jsem si tu nevolnost ještě pěkně „užít“.

Jak jsem již několikrát zmiňovala, homeopatie Vám uleví, když uděláte něco proti sobě, ale nebude Vás podporovat v sebeničení.

Takže pokud jste si někde užívali hojnosti jídla či pití a přehnali to, NUX V Vám udělá skvělou službu. Pokud máte ale kocovinu každý týden, tak nečekejte, že Vám tento lék pomůže.

- **lék na přejedení se** – na svatbě, kocovina, velké množství kávy, po mastném, kořeněném jídlu, po stresu
- jsou to velcí jedlíci
- málokdy vrací, i když cítí, že by jim to pomohlo
- (-) ráno, zimou, stresem
- (+) večer, v klidu, jídlem, pitím
- má špatnou náladu, nic není dobré – jsou to protivní pacienti

### **LYCOPodium CLAVATUM**

(plavuň vidlačka)

Lék na opravdu velké nadýmání.

- pocit, že cokoli sní, promění se v plyn
- trpí **velkou plynatostí**
- říhání, pálení v žaludku, kručení břicha
- rádi jí, ale nepřejídají se, protože se kvůli plynu cítí plní
- někdy pocit prázdného žaludku, který se jídlem nezlepší
- problémy s játry
- (-) studeným nápojem (průjem), (+) teplým

## **I. OPARY - NA RTECH, PÁSOVÝ OPAR...**

Původce jako u neštovic, při oslabení se virus aktivuje.

### **RHUSTOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

Představte si pupínky u neštovic. Tak takhle vypadají opary Rhustoxu.

- **svědění, malé pupínky**
- malé puchýřky mohou obsahovat průhlednou nažloutlou tekutinu
- kůže může být svědivá, pálivá, zarudlá, nezlepšuje se škrábáním
- (+) teplými obklady nebo horkou sprchou
- lék na ekzém, herpes, akné, vyrážku

### **ARSENICUM ALBUM**

(oxid arzenitý)

- **zlepšení teplem**, má pálivé bolesti
- **úzkosti, strachy**

### **APIS MELIFICA**

(včela medonosná)

- puchýřky větší, naplněné tekutinou, pálivá bolest
- **otok** je výraznější, **světlý**
- (-) teplem, teplými obklady
- (+) chladem a studenými obklady

### **CANTHARIS**

(puchýřník lékařský)

- puchýře jako u popálenin – velké – svědí, obrovsky pálí
- zlepší se chladem
- **pocit živé rány**

### **HEPAR SULFUR**

(nečistý siřník vápenatý)

- vyrážky se svěděním a **páchnoucí hnisavou sekrecí** (jako po starém sýru)
- jsou přecitlivělé na dotek a chlad, snadno krvácejí a mokvají hnisem
- (-) suchou zimou, sebemenším průvanem, odkrytím, dotekem, studeným jídlem a nápoji, v noci
- (+) teplem, vlhkým teplem

### **HYPERICUM PERFORATUM**

(třezalka tečkovaná)

- podél dráhy nervů – bolest

## Kapitola 5 Úrazy

Setkávám se ve své praxi s tím, že lidé si již uvědomují, že nemoci souvisí s něčím v naší psychice, ale u úrazů si myslí, že je to náhoda. Omyl, velký omyl. Úrazy jsou důraznějším varováním, že děláme něco proti sobě. Následující řádky Vám objasní, na co se který lék dá využít. Pokud se tedy v rodině setkáváte s něčím, co daný lék řeší, stojí za to si ho také pořídit do své lékárničky. Na konci Vám doporučuji i Krizové esence, jako první pomoc v krizové situaci a nějaké homeopatické masti.

### **ARNICA MONTANA**

(prha arnika)

Když se člověk po úrazu chová tak, jakoby mu nic nebylo, odmítá Vaši pomoc, nechce, abyste se ho dotýkali, určitě můžete uvažovat právě o tomto léku. Na fakultě nám dávali pro představu následující příklad člověka v obrazu ARN: hromadná dopravní nehoda, záchranáři kontrolují stav všech lidí, aby vyhodnotili, kdo je nejakutnější a kdo má méně závažné zranění...ARN vypadá v klidu a když se k ní přiblížíte, řekne, že je v pořádku (nechce, abyste se jí dotýkali, už to, že s ní mluvíte, jí bolí). Často ale právě tento člověk potřebuje pomoci nejvíc. Může mít vnitřní krvácení, takže zvenčí to opravdu může vypadat, jako že může počkat.

Vy se ale pravděpodobně s tak vyhoceným stavem nesetkáte. Proto směle můžete použít ARN jako první lék při jakémkoli úrazu. Pokud míváte strach, že se Vám kdekoli, cokoli může stát, je fajn mít ARN vždy po ruce, když už nebudete mít nic jiného. Pomůže Vám v tom nejakutnějším stavu a pak až budete doma, můžete vybrat případně přesnější lék, pokud bude potřeba.

ARN Vám pokryje i šok, který zažíváte při úrazu. ARN je lék na šok ve spojení s úrazem.

- Zabraňuje krvácení do mozku, po podání dochází ke zklidnění, často ke spánku
- Léčba **poranění s následným hematomem**, úder tupým předmětem (šok, trauma), afinita k měkkým tkáním
- Zapomnětlivost
- Odmítá pomoc, ošetření. Popírá, že je nemocný.
- **Nechce, aby se ho někdo dotýkal**, může být celý rozbolavělý.
- Zabrání otřesu mozku
- na úrazy kdekoliv na těle
- jakékoliv fyzické trauma, pohmožděniny, hematomy, krevní výrony, podvrtnutý kotník, krvácení, pády, odřeniny, stavy velkého fyzického vyčerpání, porod, fyzické vytížení
- díky ARN nenastanou komplikace, zmírní se hematomy (po vytržení zubů, po operaci)
- stavy úrazů, drobných a středních krvácení spojených s úrazem
- stav šoku, úleku ve spojení s fyzickým úrazem
- po operacích, porodu
- použít u chrapotu, kdo hodně mluví, zpívá
- svalové přepracování, natažení šlachy, kotníku
- úrazy oka s modřinou
- při akutní mozkové mrtvici spojené s pádem
- proleženiny
- pokousání zvířetem s hematomem
- poranění tupým předmětem
- krvácení z nosu v souvislosti s úrazem
- stavy doprovázeny zimnicí, žízní

- nesnášenlivost dotyku, neklid, **nemůže najít na posteli správnou polohu**, tvrdí, že mu nic není, může upadat do bezvědomí, spánku

### **ACONITUM NAPELLUS**

(oměj šalamounek)

ACON už známe z chřipek a angín. A protože už víme, o čem tento lék je, můžeme ho směle použít i na úrazy. Prostě vše, co je prudké, má rychlý začátek, můžete zvládnout s ACON, jako prvním lékem. Je to také lék na šok, stejně jako ARN, ale rozdíl je v tom, že ACON pokrývá mentální šok – strach, panika bez úrazu. Takže abyste měli představu: dítě Vám spadne z koloběžky a šíleně řve – dítěti můžete dát ARN (šok ve spojení s úrazem) a sobě si můžete dát ACON (šok bez úrazu). Ano, když si dáte tento lék, budete schopná se uvážlivě postarat o své dítě.

- Lék na **šok**, šokující úlek, teplotní šok (chrapot po ofouknutí studeným větrem)
- Mdloby, stavy paniky a strachu ze smrti, zejména po šoku.
- Přecitlivělost na hluk, světlo, dotek
- **Prudký, rychlý začátek**
- Velká citlivost na bolest – křičí bolestí / nebo je zamrzlý strachem
- Lék na počínající modřiny
- Úpal, úžeh s rychlým nástupem
- Retence moči (zadržování moči) způsobená šokem, zejména u novorozenců po porodu
- Strach ze smrti v těhotenství, při porodu, hrozící potrat ze šoku

### **HYPERICUM PERFORATUM**

(třezalka tečkovaná)

Tento lék Vám vřele doporučuji. Je to lék „na nervy“ doslova i v přeneseném smyslu slova. Nervové bolesti poznáte podle toho, že Vám bolest „vystřeluje“ odněkud někam. Jistě znáte třezalkový lék, který se vaří na uklidnění. V homeopatické podobě je to lék, který pokryje deprese, jež způsobí nějaký úraz či operace.

- **Nesnesitelné bolesti vystřelující podél nervu** – vykloubení, natažení, natržení
- Lék na zranění prstů – strhnutý nehet, kladivem do prstu, přivření prstů do dveří
- **Lék na popáleniny, spálení od slunce**
- Záda – „skřípnutí nervu“
- Bolestivé jizvy
- Vytržení zubu
- Poštípání hmyzem
- Neuralgie nebo ochrnutí lícního nervu
- Rány ostrými předměty, extrémní bolest po injekci, po punkci
- Preventivně proti onemocnění tetanem
- Akutní reakce po očkování (je to jeden z léků)
- Paralýza poraněných nervů (ztráta citlivosti).
- **Bolest ostrá, vystřelující, vyzařující** (jako cirkulárka).
- **Deprese** po zranění, úrazech, operacích
- silná žízeň
- mravenčení, pálení, mrtvění, svrbění končetin
- bolesti ve špičkách
- lék s hlubokým dosahem (např. *astma, které začalo po pádu z koně – pád na záda – zhmoždění periferních nervů – vliv na dech*)

## **LEDUM PALUSTRE**

(rojovník bahenní)

Tento lék můžete využít také na reakci po očkování. Jak ho ale odlišíte od jiných léků? Tak právě tím, že postižená část je studená, případně se začne probarvovat.

- **Bodné rány** (nemusí moc krváčet) špičatými předměty, zvláště když je zraněná část studená
- Pokousání, bodnutí, poštípání hmyzem, po injekci - **chtějí na ránu studené**
- **U modřin, které se začnou vybarvovat** – po léku se mohou stahovat bolestivě
- Píchavé prudké bolesti v malých kloubech
- Septické stavy po pokousání a poštípání (zanícení)
- Reakce po očkování, zlepšená chladem
- Zapíchnutí jehly, ježci z moře

## **RUTA GRAVEOLENS**

(routa vonná)

Tady Vám dám příklad ze svého osobního života. Po druhém porodu (červen) jsem byla u mamky na vesnici. Byla jsem pěkně zaléčená Arnickou, takže jsem poporodní potíže zvládla velmi hravě. Problém byl ale v tom, že se po léku cítíte fakt dobře a nevidíte důvod, proč byste si třeba nezašla do Vašeho sadu (2 km v kopcovité krajině) na třešně. Ještě jste tak nadšená, jak to dobře zvládáte, že si vezmete Vaše malé dítě do vaku na sebe. To by ještě šlo, ale Vy máte takovou chuť si vylézt na strom (to už ne s dítětem, to necháte sestře) a trhat si ty úžasné třešně sama. No a pak přijдете domů a začne Vás šíleně bolet v podbřišku. Protože si nevěříte s výběrem léku sama, zavoláte své homeopatce a ona Vám poradí právě Rutu, protože vyhodnotí, že jste si namohla děložní vazy. Hurá, už máte vyhráno. RUTA okamžitě zabírá, dáváte si ji opakovaně a Vaše bolesti velmi rychle ustoupí. Tady to vypadá, že je to příběh se šťastným koncem....

...ale není to ještě konec. Protože jste teprve na začátku své cesty k sobě, máte v sobě spoustu nastavení, která Vás nutí kvůli Vaším pocitům dělat další kroky. Takže bolest ustoupila a Vy se cítíte dobře, co byste tak mohla dělat, když jste na venkově a užíváte si s miminkem krásné počasí? Můžete protrhávat jablka na dvorku. Je jich tam tolik, a když je tam necháte, narostou zase malá a nedozrálá. No, jenže pak Vás začne bolet podbřišek zas. Homeopatce už nevoláte, protože se stydíte, že jste to takhle zpackala. Tak si dáváte opět Rutu, ale ona už nezabírá. Ach jo, musíte na gynekologii, kde Vám dají léky, abyste tu bolest přežila.

Pokud jste žena poučitelná z chyb jiných lidí, nedělejte to, co já tenkrát.

Proč to tady ale píšete? Chci Vám tímto sdělit, že Vám homeopatický lék může velmi rychle a velmi účinně pomoci v mnoha akutních bolestech a potížích, ale nenechá Vás, abyste dělala dál, co předtím, tj. abyste šla sama proti sobě. Takže když jdete proti sobě, v pořádku, dejte si lék a pak se zastavte a uvědomte si, co máte změnit.

- **Natažení a natržení šlach**
- Celkové **pohmoždění** zejména v oblasti končetin, **kloubů a šlach**
- **Podvrtnuté klouby kotníků, zápěstí a kolen**
- Absorbuje velké boule, (ale pozor, ne při otoku)
- Vhodná pro muzikanty, když mají natažené ruce (když cvičí na koncert)
- Poranění kostrče s rozbolavěním
- **Tahavé bolesti**
- Úrazy vazů a okostice (arnika, rhustox)

- **Onemocnění z napínání svalů a šlach**
- Zánět závěsných vazů děložních v těhotenství a po porodu
- Problémy s karpálními tunely
- Tenisový loket (bolestivé postižení šlachy, která se podílí na funkci ramenního kloubu)

### **RHUS TOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

Vzpomínáte na naši křivku? ~ I u úrazů na ni nezapomeňme. RHUSTOX má také afinitu ke šlachám a kloubům jako RUTA, ale RUTA je na potíže z napínání a namožení (takže přehnané aktivity), zatímco RHUSTOX ze zatuhlosti (dlouhodobé zatuhnutí, zastavení, neaktivita).

- Potíže se šlachami
- Při rehabilitaci po operaci, při pocitu ztuhlosti
- Na vymknutí kotníku
- Rigidita a zatuhnutí myslí stejně jako svalů a kloubů
- **Bolestivá kloubní ztuhlost na začátku pohybu, postupně mizí a při únavě se opět vrací** ~
- (+) pomalým pohybem, změnou polohy, teplem
- (-)vlhkem, klidem a nehybností

### **STAPHYSAGRIA**

(ostrožka stračka)

Mentálně je to lék pro lidi, pro které je životně důležitý pocit důstojnosti. No, přitahují si situace, kdy je druzí lidé ponižují a zasahují jim do života. STAPH ovšem si za každou cenu tento pocit chce udržet. Problém je ten, že zadržuje hněv, což dělá spousta léků, ale STAPH ho jednou za čas neudrží a pak šíleně vybuchne. Tím se její stav dost zhorší, protože tím ona z jejího pohledu ztratila důstojnost. V akutním stavu je to lék na řezné rány, kde jste fakt „nasraní“.

- Následky zranění ostrými nástroji
- Následky chirurgických zákroků
- (-)zlobou, rozčilením, ponížením, zármutkem, pokud jsou tyto pocity zadrženy nebo potlačeny
- (-) sebemenším dotykem bolestivých partií

### **RESQUE REMEDY**

(krizová esence)

Krizové esence můžete koupit na internetu v mnoha e-shopech, dostanete je i v některých lékárnách. Využijete je v mnoha různých stresových situacích, na tomto místě stresu spojeném s úrazem. Každopádně je můžete dát dětem, když mají z něčeho strach, zažívají těžké období, nebo když sama nevíte kudy kam. Můžete si kapat přímo pár kapek koncentrátu. Když chcete ulevit v dlouhodobějším problému, tak si je můžete přidávat do sklenice vody a popíjet v průběhu dne 2-3x denně.

- směs pěti Bachových esencí
- stavy omdlení, kolapsu, ztráta energie, stavy náhlého úleku, šoku, hrozných zpráv, které se nás dotknou
- při stavu úleku, šoku
- je i v podobě masti

## *HOMEOPATICKÉ MASTI*

### Arnica

(arniková mast)

Modřiny, odřeniny, poranění měkkých tkání,

### Calendula

(měsíčková mast či měsíčkový olej)

Hojení povrchových drobných úrazů: tržné rány, oděrky, suchá rozpraskaná kůže, vyrážky, odřeniny

### Symphitum

(kostivalová mast)

Bolesti kostí, kloubů, svalů, hojení zlomenin

## A. BODNÉ RÁNY

### *LEDUM PALUSTRE*

(rojovník bahenní)

Zde Vám poradím opět něco preventivního. Pokud se ještě bojíte klíšťat a následků s nimi spojených (borelióza, klíšťová encefalitida), doporučuji Vám před začátkem sezony klíšťat a v jejím průběhu podávat LED CH 30 1 dávku 1x týdně. Tím byste měli zabránit přenosu infekce z klíštěte do Vašeho těla. Je to velmi nehomeopatické doporučení, ale proč ne, když Vám to může pomoci. Každopádně to, že „dostanete“ boreliózu či klíšťovou encefalitidu znamená, že se necháte v životě někým či něčím „napadat“. A to lze velmi dobře zvládnout homeopatickou léčbou, takže Vám doporučuji se svěřit do rukou odborníka.

- pokud rána nekrvácí, většinou **při vpichu** rezavým hřebíkem, vidlemi
- potíže po očkování
- **pocit zhmoždění**
- dokáže zvládnout infekce (**klíště**), **má antiseptický účinek**
- rána bolí, zanítí se, nateče
- otok zchladne, změní barvu
- postižené místo je studené

### *HYPERICUM PERFORATUM*

(třezalka tečkovaná)

- tříška zabodnutá pod nehet
- lék na bodnutí hmyzem, u kterého je velká bolestivost, protože rána je v silně inervované oblasti
- **bolest je vystřelující**

### **HEPAR SULFUR**

(nečistý siřník vápenatý)

- rána se infikuje, začne hnisat, je červená, oteklá
- bolesti pulsující

### **SILICEA**

(oxid křemičitý)

Je to jeden z léků na hnisavé procesy u jakýchkoli nemocí.

- pocit nebo podezření, že v ráně něco zůstalo
- díky ní **předmět z rány vyleze**
- hnis ze zubu se zapouzdří a vyběhne ven
- antikoncepční tělíčko, stehy po zašití, staré třísky pod kůží
- při zánětech spojivek vyleze hnis
- lék na potíže po očkování

### **ARNICA**

(prha arnica)

- pocit zhmoždění rány
- **krev nevytéká z rány – tvoří se hematom**

### **STAPHYSAGRIA**

(ostrožka stračka)

Jak jsem již zmínila, tento lék se uplatní tam, kde se dlouhodobě potlačuje hněv. Je mnoho léků na poštípání od komárů. STAPH Vám pomůže tehdy, když se dlouhodobě necháte „štípat“ od jiných a držíte hněv pod pokličkou.

- pomáhá při poštípání od komárů

### **APIS MELLIFICA**

(včela medonosná)

Je to jeden z léků na poštípání hmyzem, určitě dobře tušíte i poštípání od včely. Odlišíte ho od jiných štípnutí právě světlým teplým otokem.

- prudký nástup otoků, **otok je světlý, růžový**
- suchá, teplá, napjatá kůže
- pálivá píchavá bolest (+) **chladem**
- **nemá žízeň**
- (+) studeným obkladem
- podráždění pacienta nutí k chůzi (jako včelička lítá z kytky na kytku)



### **CANTHARIS**

(puchýřník lékařský)

Je to lék na docela už průšvihové stavy. Je velmi razantní, pomůže velmi rychle a účinně.

- v místě po otoku zůstane **puchýř**
- **řezavá, intenzivní bolest**
- **(+) teplem, teplými obklady**

### **B. ŘEZNÉ RÁNY**

Řezné rány jsou prostě o hněvu. Pokud jste hodně našťvaní a něco krájíte, hrozí Vám, že se můžete pěkně pořezat.

### **STAPHYSAGRIA**

(ostrožka stračka)

- na pozadí je hodně hněvu, vztek
- pořezání při krájení v kuchyni
- po císařském řezu (pocit násilí), po nástřihu hráze – vztek na doktory
- lék na potlačené emoce

### **C. ÚPAL, ÚŽEH**

Na tomto místě se Vám vyplatí se znovu podívat na léky u chřipek. Pokud příznaky budou odpovídat příznakům, které máte při úpalu, můžete je použít.

### **ACONITUM NAPELLUS**

(oměj šalamounek)

Pamatujte na to, že tento lék má v sobě akutní nebezpečí. Je proto pro něj typická prudkost, náhlost. Zde hraje svoji roli teplotní šok.

- vysoká, rychle nastupující horečka
- nepotí se
- **nevolnost z přehřátí**
- obličej bledý, ale v hlavě pulsuje krev

### **BELLADONA**

(rulík zlomocný)

Připomínám, že horečka u ACON a BELL je velmi podobná, rozdíl je v tom, že ACON se nepotí, zatímco BELL ano.

- **rudý, rozpálený obličej**
- potí se na hlavě
- bušení na spáncích, krčních tepnách
- zornice rozšířené
- studené ruce, nohy
- přecitlivělost na světlo, hluk, otřesy
- tepavá, bušivá bolest hlavy
- závratě

### **GELSEMIUM SEMPERVIVENS**

(virginský, žlutý jasmín)

GELS můžete také poznat mentálně, že má potřebu, abyste byla s ním, u něho, jeho postele.

- rozechvělost, slabost
- bolavá oční víčka, nemůže je udržet otevřené
- **otupující bolest hlavy** začíná vzadu, přesouvá se na čelo a do očí, (-) tlakem
- nemá žízeň
- dvojitě vidění s horečkou

### **APIS MELIFICA**

(včela medonosná)

Včeličku poznáte podle bledé, světlé kůže a neklidu.

- **napjatá kůže, světlá, bledá**
- podráždění mozkových blan - ztuhlá šíje, děti pronikavě pláčí ze spaní, citlivost na sebemenší dotek
- bolest hlavy (+) tlakem
- ospalý, otupělý, nemůže spát
- **nemá žízeň**
- (+) chladem, studenými obklady

### **HYPERICUM PERFORATUM**

(třezalka tečkovaná)

Třezalka je lék na přecitlivělost na slunce. Pokud Vaše dítě takto trpí, můžete mu dávat v průběhu léta právě tento lék. Když budete na dovolené, tak mu dávejte jednu dávku jednou denně. Jinak v běžném provozu stačí jednou až dvakrát týdně.

- při přecitlivělosti na slunce

### **BRYONIA ALBA**

(bílý posed)

Tento lék jednoznačně poznáte u jakéhokoli problému podle zvýrazněného symptomu.

- má velkou žízeň
- **(-) sebemenším pohybem**

## **D. VYMKNUTÍ KLOUBŮ, NAMOŽENÍ ŠLACH**

### **ARNICA MONTANA**

(prha arnika)

Rozhodně to není pravidlem, ale každopádně ARN můžete začít u všech úrazů, pokud nemáte po ruce jiný, přesnější lék nebo si akutně nevíte rady. ARN vždycky „něco“ udělá, a když je to málo, tak pak ve větším klidu můžete rozvažovat přesnější symptomy a vybírat přesnější lék. U ARN zůstaneme déle, pokud se u těchto úrazů vytvoří hematoma – vnitřní krvácení.

- Pohmoždění, výron
- Bolest

### **RUTA GRAVEOLENS**

(routa vonná)

RUTA nám krásně léčí vazy, šlachy a klouby.

- Vazivové tkáně, okosticové bolesti, vykloubení prstů na ruce po nárazu, tenisový loket
- Afinita k místům, kde se šlachy upínají na kosti
- Bolest je cítit hluboko dovnitř
- Po ARN urychlí vyléčení kloubů (kotník).

### **RHUS TOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

Připomínám křivku RHUSTOXU ↪...

- **Ráno po rozhýbání zlepšení, celý den vydrží, pak se v klidovém stavu zhorší**
- Potřeba měnit pozice, uvolnit se z nepříjemných stavů
- Chce teplo na poranění

### **APIS MELLIFICA**

(včela medonosná)

Včela se dává méně často u těchto potíží, ale pokud Vám postižené místo otéká a otok je světlý, no, tak APIS tu má své místo. Už vnímáte, jak se ty léky opakují? U mnohých si stačí zapamatovat jeden typický příznak a pak ho můžete použít prostě tam, kde se vyskytuje.

- Bolest kůže
- **Otok světlý, vodnatý, narůžovělý**
- Přes potíže čínorodost

### **BRYONIA ALBA**

(bílý posed)

Další takový lék – zhoršení sebemenším pohybem Vás zavede jednoznačně sem...

- Podrážděnost, že nemůže plnit své úkoly. Pocit uvěznění.
- **(-)sebemenším pohybem, dotekem**
- nechce přiblížení fyzické ani otázkami (ARN)
- **ostré bolesti**, oteklý kotník
- lék následuje po ARN

### **LEDUM PALUSTRE**

(rojovník bahenní)

LED má postiženou část studenou.

- na pohmožděnině
- chce **led na postižené místo** (RHUSTOX chce teplo)

## E. ZLOMENINY

Léčíme dlouhodobě nízkými potencemi – 5 CH

### *ACONITUM NAPELLUS*

(oměj šalamounek)

- příznaky **šoku, úleku, strachu** – podat jednorázově vyšší potenci i CH 200 – i ve vodě – uklidní člověka, možné i pro rodiče, nejen raněného (lepší Resque remedy)

### *ARNICA MONTANA*

(prha arnica)

- do půl hodiny po Aconitu
- **zmírní bolestivost, zklidní**, zmírní otok, urychlí vstřebávání trhliny v okolí rány
- při narovnávání zlomenin

### *BRYONIA ALBA*

(bílý posed)

- užít v první fázi po Arnice
- bolest výrazná – použít na začátku úrazu

### *TRAUMEEL*

(kombinace 13 homeoléků v nízkých potencích)

Na tomto místě bych Vám doporučila homeopatický lék SYMPHYTUM, který ale nedostanete koupit v lékárně. Můžete si tedy pomoci tím, že si zakoupíte toto polykomponentní homeopatikum, ve kterém je lék obsažen a mnoho jiných. Firma Heel prodává i TRAUMEEL mast.

- lék na hojení zlomenin

### *CALCAREA PHOSFORICA*

(fosforečnan vápenatý)

Určitě při léčbě zlomenin využijete tento lék. Tady bych udělala výjimku z univerzálních potencí a doporučuji si zakoupit tu nejmenší potenci, tedy CH 5. To je ten nejjednodušší způsob. Pokud však máte ve svém okolí terapeuta, který pracuje se Schüsslerovými tkáňovými solemi (což jsou homeopatické léky v ředění DH 6), tak si od něho kupte právě tuto sůl CALC PH DH 6. V obou případech tento minerál dávejte dlouhodobě 1 – 3x denně. Závisí to na vážnosti zlomeniny.

Ještě se zmíním o tom, že tento lék velmi dobře využijete na růstové bolesti u dětí. Tady můžete zůstat u naší univerzální potence. V akutním stavu ho podávejte dítěti i několikrát denně.

- podporuje kalcifikaci svalku – lépe zaroste
- **dodává minerály do kostí**
- lék na růstové bolesti u dětí

### **RUTA GRAVEOLENS**

(routa vonná)

- bolest v místě zlomeniny nebo po délce kosti
- na podporu **hojení** při poranění **šlach, kotníku, podvrtnutí, prstů, kloubů, při naražení kostrče**

### **SILICEA**

(oxid křemičitý)

Podáváme jednou denně po dobu hojení.

- pokud se zlomenina pomalu hojí

## **F. KRVÁCENÍ**

Krev je symbol životní síly. Kde v životě ztrácíte životní sílu?

### **IPECACUANHA**

(havěnka dávivá)

IPECA se Vám bude hodit jako první lék na krvácení vytékající z rány. Také se používá na zvracení se sliněním. K tomuto léku mám také jednu příhodu...

Když jsme dělali závěrečné zkoušky z homeopatie, měli jsme určit lék při nějakém konkrétním akutním krvácení. Drtivá většina z nás uvedla PHOSPH. Ten byl pro nás tak známý a jasný, že je na krvácení...No, jenže po zkouškách naši učitelé byli zděšeni, jak to, že jsme neuvedli IPECU? Že to je daleko rychlejší a účinnější lék. Tak hned po zkouškách nám dali ještě jednou průpravu na různé typy krvácení. Zde na tomto místě Vás nebudu zatěžovat mnohými dalšími léky, to je pak spíš úkol pro homeopata, ale každopádně Vám na prvním místě uvádím právě IPECU☺.

- **první lék** na akutní krvácení červené, **vytékající z rány**

### **PHOSPHORUS**

(bílý fosfor)

No, ale tady Vám musím říct, že jsem ještě IPECU na krvácení nepoužila. Je to ale asi určitě tím, že jsem se s žádným akutním krvácením ve své praxi nesetkala. Řeším jen krvácení z dásní po vytržení zubu... a na to mě bohatě stačí právě PHOSPH ☺. Nekecám, když řeknu, že do dvou vteřin přestanete krváčet.

- zastaví tepenné krvácení nebo ho ztlumí
- **krev je jasně červená**

- **lék na opakované krvácivé stavy**
- lék na krvácející ekzémy, rozpraskané rty

### **ARNICA MONTANA**

(prha arnika)

Jak už jsem zmiňovala, ARN také léčí krvácení, ale pozor – to, které nevytéká z rány, ale zůstává pod kůží – hematomy, anebo vnitřní krvácení. Každopádně i tak Vám úžasně pomůže, když krvácíte po porodu.

- vlasečnicové krvácení do kůže či sliznice
- **nevytéká z rány**, tvoří hematomy
- krevní výrony
- lék na **krvácení z nosu, které je způsobené úrazem**

### **CHINA OFFICINALIS**

(kůra chininovníku červeného)

CHINU poznáte podle toho, že vznikne onemocnění, které je způsobené jakoukoli ztrátou tělních tekutin – krev (po porodu), průjem, zvracení...

- lék na onemocnění ze ztráty tělních tekutin
- **krvácení z tělních otvorů**, doprovázené hučením v uších, poruchami vidění, stísněností, celkovou slabostí a potřebou ovívání
- **velká slabost** v průběhu akutních onemocnění
- periodicita – potíže se objevují opakovaně

## **G. OMRZLINY**

V těch nejakutnějších stavech zřejmě nebudete zasahovat a necháte to na odborné lékařské pomoci. V méně extrémních případech si můžete ulevit následujícími léky.

### **PULSATILLA**

(koniklec luční)

- kůže mramorovaná
- modré skvrny
- horší prokrvení
- pulsující bolest
- **(-) teplem**
- **(+) čerstvým vzduchem**

### **RHUS TOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

- v případě, že se začnou tvořit puchýřky
- v případě, že potíže začnou vykazovat křivku , tj. zlepšení pohybem a zhoršení v klidu

## H. POPÁLENINY A OPAŘENINY

### I. 1. stupeň- začervení, lehký otok

Můžete si pomoci:

- CALENDULA OFFICINALIS – měsíčková mast či měsíčkový olej
- ALOE – čerstvá šťáva, pokud pěstujete
- RESQUE REMEDY – krizová mast na postižené místo či esence k užívání
- LEVANDULOVÝ OLEJ, organicky pěstovaný

#### **BELLADONA**

(rulík zlomocný)

- rudá kůže
- tepavá bolest kolem spáleniny
- spálení od slunce – sálavá bolest

### II. 2. stupeň - větší destrukce kožních buněk, zjizvení, tvoří se puchýře, kůže se odlupuje, větší bolest

#### **ARSENICUM ALBUM**

(oxid arsenitý)

Tento lék už také známe, ale připomínám, že jsou pro něj typické pálivé bolesti, zlepšuje se u všech potíží teplem. Na mentální úrovni je to velmi úzkostný člověk, který nedůvěřuje lidem, ale zároveň se bojí být sám. V akutním stavu bude chtít, abyste byli u něho.

- **pálivá bolest**
- puchýře se lepší teplými obklady
- neklid, nechce být sám
- obrovská úzkost, strach

### III. 3. a 4. stupeň- těžké popálení – destrukce kůže, zuhelnatění, postiženy hlubší tkáně

Tady první radou je, že máte jet okamžitě do nemocnice. Postiženému pomůžete až s hojením doma. Každopádně sobě i postiženému dejte Aconit či krizové kapky na šok.

#### **CANTHARIS**

(puchýřník lékařský)

- lék na šok z popálenin

- obrovské pálení puchýřů
- **palčivé bolesti k zešílení**
- pocit obnažené sliznice (ona často obnažená je)
- návaly horka a zimy
- (+) chladem

### **CAUSTICUM**

(hašené vápno)

Tento lék Vám nedají bez lékařského předpisu. Je to tím, že stejně pokud máte v tak průšvihovém stavu třeba ruku, je dobré vyhledat raději homeopata. Já měla jeden případ (lidi moc nenapadne, jak v takových případech může homeopat velmi pomoci) popáleniny 3. stupně. Pán přišel několik dní po úrazu, kdy mu lékaři doporučovali operaci – nahrazení kůže z hýždí na ruku. Klient měl totiž obnaženou ruku do masa. Byl u mě v pátek, že mu dávají čas do pondělí, pokud se ruka nezačne hojit, musí se na operaci. Chtěl to zkusit touto cestou. Dala jsem mu CAUST CH 200 denně. V pondělí přišel na kontrolu a řekl mi, že na operaci nemusí, že se to začíná hojit. Pokračovali jsme v podávání léku. Po dvou týdnech jsme skončili, protože mu narostla nová kůže i s chlupy. Když měl při kontrole v nemocnici službu jiný lékař a díval se do karty, že měl pacient popáleninu 3. stupně, tvrdil, že se předchozí lékař musel splést, že není možné, aby se takové poškození tak rychle zahojilo. Zkoušel, zda reagují nervy a vše bylo v pořádku 😊.

## **I. POKOUSÁNÍ ZVÍŘETEM**

Nejprve na šok dejte ACON nebo krizové kapky, případně ARN. Pak vyberte odpovídající lék, který můžete kombinovat právě s krizovými esencemi nebo ACON, aby se řešil i šok. Příklad: Podáte LED, za dvě hodiny ACON, pak za další dvě hodiny LED... Výhodou je mít krizové esence, tam nemusíte čekat na střídání a můžete je na šok používat opakovaně s tím, že podáváte každé dvě hodiny LED.

### **LEDUM PALUSTRE**

(rojovník bahenní)

Lék jsme probírali v úrazech obecně.

- při pokousání, kde nemůžeme vyloučit vzteklinu, **má antiseptické účinky**
- zanícená rána se probarvuje
- **postižené místo je studené**

### **HYPERICUM PERFORATUM**

(třezalka tečkovaná)

- pokud jsou **postiženy** hodně **nervy** – prsty, genitálie, hlava
- velká bolestivost, prudká, **vystřelující**
- **úzkost, deprese**, silné bolesti hlavy

### **ARNICA MONTANA**

(prha arnika)

- pokud není postižená kůže



- jen podlitina, otisk zubů

## Kapitola 6 Operace

Někdy člověk dlouhodobě zachází tak daleko od sebe samého, jde sám proti sobě, že se mu to projeví na těle defektem, který ho přinutí jít na operaci.

### A. PŘEDOPERAČNÍ PÉČE

#### *RESQUE REMEDY*

(krizová esence)

- bývá strach, zda to zvládne, průjem
- kapat před operací několikrát denně 4 kapky rovnou do pusy

#### *GELSEMIUM SEMPERVIVENS*

(virginský, žlutý jasmín)

Pokud před operací jste paralyzovaní, nevíte, co máte dělat nebo víte, ale nejste schopni, toto je lék pro Vás. Je to lék, který má anticipační úzkost – tréma před vystoupením nebo také před operací.

- strach ze samoty, z davu, ze smrti, z pohybu, aby se nezastavilo srdce
- touha po klidu
- třes, slabost až **paralýza**
- časté močení, průjem
- **pomalost, ochablost**

#### *ARGENTUM NITRICUM*

(dusičnan stříbrný)

Pokud patříte k lidem, kteří před tím, co je čeká důležitého, jste velmi předráždění, spěcháte, chaoticky se připravujete, tak Vám pomůže tento lék.

- podrážděnost, **úzkost, strach** před operací
- nutkavé myšlenky, strach, že přestanou kontrolovat mysl
- impulsivnost, **spěch, horečnatá činnost**
- zvýšená teplota
- ze strachu má zažívací potíže, průjem jako sekaný špenát
- neurologické potíže
- potíže se zadržováním moči – inkontinence

#### *ACONITUM NAPELLUS*

(oměj šalamounek)

Pokud máte strach, že můžete každou chvíli zemřít, že se může cokoli přihodit a Vy můžete umřít, tak potřebujete tento lék.

- strach ze smrti

### **ARSENICUM ALBUM**

(oxid arsenitý)

Jestliže máte strach ze smrti, ale kvůli tomu, že podezříváte doktory, zda udělají vše, co mají, potřebujete tento lék.

- strach ze smrti, protože nevěří lidem

## **B. POOPERAČNÍ PÉČE**

### **ARNICA MONTANA**

(prha arnika)

- **pocit rozlámanosti, pocit tvrdé postele**
- nesnese dotyk, rozbolavělost
- po porodu na regeneraci (pozor, bude Vám dobře, tak nechodte trhat třešně☺.)
- po operaci zad, páteře v kombinaci s HYPER
- lék na **proleženíny** – dekubity (CHINA)

### **HYPERICUM PERFORATUM**

(třezalka tečkovaná)

- poranění v oblastech s hojným nervovým zakončením
- drásavé neurologické bolesti
- velká bolestivost nebo ochrnutí periferních nervů
- problémy po injekci

### **STAPHYSAGRIA**

(ostrožka stračka)

- **následky chirurgických zákroků**
- **(-) zlobou, rozčilením, ponížením, zármutkem, pokud jsou tyto pocity zadrženy nebo potlačeny**
- (-)sebemenším dotykem bolestivých partií
- po cévkování
- **po císařském řezu (pocit násilí)**

### **RUTA GRAVEOLENS**

(ruta vonná)

- lék po operaci **vazů, šlach, úponů, okostice**

### ***LEDUM PALUSTRE***

(rojovník bahenní)

- problémy po injekci, **postižené místo je studené**

### ***PHOSPHORUS***

(bílý fosfor)

- zastavuje krvácení jasně červenou krví – z řezné rány i v oblasti genitálií

## Kapitola 7 Dětské nemoci

Je dobré, aby si je dítě prožilo. Dětská nemoc totiž dítě přemostí z jednoho vývojového stádia do druhého. Každé dítě je individualita, a proto potřebuje přemostění v jiný čas. Z toho důvodu je dobré nechat u dětí probíhat dětské nemoci tehdy, kdy jim přirozeně vypuknou. Protože v minulosti mnoho dětí na ně umíralo, vytvořil se způsob, jak tomu předejít. Už se ale očkování stalo trendem a byznysem. To, že ztratilo původní ušlechtilou myšlenku, poznáme podle toho, že může často u zdravého dítěte vyvolat dost průšvihové potíže. S čím se rodiče nejvíce potýkají, je jedna základní emoce a tou je STRACH. Strach z toho, že když nebudu očkovat své dítě, mohu ho ohrožit propuknutím závažné nemoci. Zároveň se ale potýkají se strachem, že když dítě naočkují, tak to může mít mnohdy nedozírné následky. V podstatě jsme v takových kleštích nebo kruhu. Jak ale z něho ven?

Každopádně si je třeba uvědomit, že naše společnost je nastavená na povinné očkování. Má to svůj význam. A my můžeme buď proti tomu bojovat, anebo přijmeme situaci takovou, jaká je. Pak Vám doporučuji uvědomit si svůj strach a dovolit si ho cítit. Můžete také zajít za terapeutem, abyste si tento strach zpracovali. Někdy stačí uvědomění, jindy potřebujete odblokování u terapeuta.

Pak jděte své dítě naočkovat s tím, „ať se děje vše pro nejvyšší dobro všech zúčastněných“ nebo si můžete říct: „pomoz a neuškod.“. Tedy tomu očkování. Kdybyste to řekli lékaři, nevím, co by si o Vás pomyslel 😊.

Pokud přes to všechno bude mít Vaše dítě komplikace, určitě se ozvěte homeopatovi. Já maminkám opět nedoporučuji žádné preventivní řešení, protože už tím dávají najevo, že s komplikacemi tak trochu počítají. Ale jestliže se maminka bude cítit lépe s homeopatikem v záloze – nikomu nebráním. Chápu to, když má strach. Kupte si v lékárně SILICEU nebo THUJU, v potenci CH 5. Pokud Vám nezabere, zavolejte, dle příznaků Vám homeopat vybere specifitější lék.

### A. PLANÉ NEŠTOVICE

Je skvělé, že nám nechali alespoň nějakou nemoc 😊, takže neštovice si se svými dětmi užijete. No, nemyslím to úplně vážně. Ono, být s malým dítětem doma dva týdny není žádný med, a když se to ještě protáhne s dalším dítětem, tak máte fakt o zábavu postaráno. Mně se to právě takhle sešlo. Nejdřív je prodělával jeden syn, a když už to pomalu končilo, tak vypukly u druhého dítěte. Tím se nám čas strávený doma pěkně protáhl. Ale můžete si pomoci lehčím průběhem s následujícím úžasným lékem na neštovice...

#### **RHUS TOXICODENDRON**

(škumpa jedovatá)

Lék Vám děti psychicky uklidní tím, že zklidní svědění. Také pomáhá k tomu, aby se vyrážka vyrazila. Pokud máte ve svém okolí dospělého či starého člověka, který neštovice neměl, a přitom se setkal s nemocným dítětem, můžete mu dát RHUSTOX v potenci, kterou máte nebo mu můžete doporučit, ať si koupí CH 30. Je to preventivní opatření, ale holt jsou pravidla, která doporučuji i porušit 😊.

- Stejný virus má i pásový opar
- Podáváme, pokud se vyrážka nemůže vyrazit, má jen pár pupínků, zvýšenou teplotu nebo se vyrážka objeví, ale začne hnisat
- Červené pupínky na kůži (i v ústech). Puchýřky jsou naplněné tekutinou.
- Svědění se zlepší teplem, zhorší v chladu
- Velká žízeň, sucho v ústech
- Suchý, bolavý, rozpraskaný jazyk
- Je neklidný – musí se pohybovat, začátek pohybu je problematický, nejdřív se však musí rozhýbat. Je spokojený v setrvalém pohybu.
- Po léku se rychleji pupínky vyrazí, méně svědí, rychleji se hojí.

## B. SPÁLA

Je to vysoce infekční onemocnění. Pokud dáváme antibiotika, opakuje se a nezíská se imunita. Každá nemoc má svůj smysl, dětská má smysl pro děti i jejich rodiče. Je těžké ale nebrat antibiotika, když všude na internetu čtete, jaké může mít následky a komplikace.

Ach jo, smyslem je šířit strach mezi lidmi, mezi rodiči.

Pokud mi maminka zavolá, provázím ji celým akutním stavem. Probíráme, co to v ní vyvolává za emoce a pokoušíme se je rozpouštět. Každopádně vedu maminku k tomu, aby učinila rozhodnutí, zda antibiotika dá či ne. Provedu ji možnostmi léčby. V první řadě navrhuji, aby si tu nemoc s dítětem PROŽILA. Co to znamená? Aby byla s ní, vnímala ji jako cestu, informaci, vývoj. Pokud to maminka dokáže vstřebat, provázím ji, aby prošla horečkou s dítětem, která je léčivá. Být s dítětem a horečkou a prožívat vše, co se v ní odehrává – strach, obavy i touhu přejít na druhý břeh. Často to maminky zvládnou, nejkritičtější je jedna noc a pak nastává obrovská úleva, zklidnění a radost maminky, že tím prošla. Protože na té druhé straně, na druhém břehu Vás čeká něco jako prozření, které se nedá popsat, to se musí zažít.

Někdy se ale nepodaří v tom zůstat a strach je silnější. TO JE ALE V POŘÁDKU. Vedu ženy k tomu, aby si dovolily i „to nezvládnout“. Ještě není ten správný čas. Však horečky ještě přijdou, tak budete mít další příležitost ☺. Důležitější je se naučit přijímat vše, co přichází, pozorovat to, a zároveň být v souladu se sebou a svými strachy. Pokud jdete proti sobě a svému strachu, můžete tím skutečně udělat více škody než užitku.

**Proto velmi doporučuji tím neprocházet sama.** Ano, v noci pak jste sama, ale do té noci se nechte vést skutečným odborníkem, který chce to samé, co Vy.

Spála má tři fáze.

V první má dítě bolest břicha, svalů, krku, vysokou horečku se zimnicí, zduřené mizní uzliny pod čelistí, abscesy na mandlích, bílý jazyk, může mít potíže s polykáním. Zde vybírejte léky, které najdete v angínách a chřipkách podle příznaků.

Pak nastává druhá fáze, kdy se dítě osype. Na kůži se objevují malé červené vyrážky, které se časem spojí dohromady. Postupně se vysévají po celém těle. Tady nemusíte zasahovat vůbec, pokud nejsou větší potíže. Jinak zavolejte homeopatovi a zkonzultujte s ním stav svého dítěte.

Ve třetí fázi vyrážka mizí. Nejdřív bledne, pak se začne loupat.

## C. ČERNÝ KAŠEL

Přestože se očkuje proti černému kašli, setkáváme se s ním v posledních letech čím dál častěji. Zpočátku ho nemusíme vůbec poznat, protože začíná rýmou, teplotou až horečkou, může kýchat a slzet (ALLIUM CEPA, SABADILLA). Po zhruba dvou týdnech začíná kašlat. Kašel je dráždivý, dávivý (CUPRUM, DROSERA, SAMBUCUS NIGRA). Záchvaty kašle se mohou často opakovat, někdy může malé množství hlenu vykašlat nebo vyzvracet.

Onemocnění může provázet řada komplikací – dechové pauzy, zánět středního ucha, zápal plic, křeče či poškození mozku.

Ale nemusí to tak být, záleží jen na nás. Ke komplikacím dochází, když v sobě neseme dlouhodobě strach. Ten nemocí v nás sílí a pak se začne nemoc komplikovat. Tělo začne přitvrzovat.

Pro homeopata je, jak říkám svým klientům, „v podstatě jedno“, co má pacient za nemoc. Podle příznaků vybíráme léky a léčíme. Takže na černý kašel nemáte nic jiného než to, že dle příznaků vybíráte lék na kašel. Není v tom žádná věda.

Věda je to až tehdy, kdy to jako vědu začnete vnímat. Chápu Vás ale, že je těžké nemoci svých dětí jako vědu nevnímat. Nechtějte to po sobě hned. Jen to všechno zpočátku pozorujte. Třeba to, jaké emoce to ve Vás vzbuzuje, když Vám píší takové věci. Já také zažila pár fakt hodně vyhocených situací, takže vím, jak se cítíte.

## Kapitola 8 Záněty

Záněty jsou obecně potlačená agrese. Podle toho, kde v těle máte zánět, lze usuzovat, v jaké životní oblasti potlačujete svůj hněv.

### A. OTITIDY, MASTOIDITIDY – záněty ucha

Nechcete něco nebo někoho slyšet a poslouchat. Střádáte v sobě hněv, který propukne do zánětu uší. Děti na to trpí velmi často a musí chodit „píchat“ uši. V akutním stavu mu můžete pomoci výběrem léku níže uvedených. V komplikovanějších případech doporučuji konzultovat s homeopatem. Při opakovaných potížích Vám doporučuji řešit u homeopata mentální příčinu.

Většinu léků už znáte, jen si je znovu zopakujte na předchozích stranách, nejvíce u chřipek.

#### **ACONITUM NAPELLUS**

(oměj šalounek)

Tááák a máme opakování ☺, copak víte o ACON? Takhle „zkouším“ maminky na kurzech, aby se jim příznaky jednotlivých léků vryly do paměti...

Ano, prudký nástup potíží, má žízeň a NEPOTÍ SE. Zopakujte si více u chřipek.

- po prochlazení nebo promrznutí za studeného počasí
- nesnesitelná bolest horší v noci
- kůže je horká, suchá – **nepotí se**
- vysoká horečka se zimnicí
- **žízeň** na studené nápoje
- dítě je vystrašené (strach ze smrti)

#### **BELLADONA**

(rulík zlomocný)

BELL známe a poznáme podle vysoké rychle nastupující horečky, pacient má studené ruce a nohy, sálá z něj horko a potí se, hlavně na hlavě. Více popsáno u chřipek.

- tepající bolest v uchu,
- **horká kůže**, zčervenalé tváře, překrvení hlavy,
- **vysoká teplota**,
- ucho velmi citlivé na dotek,
- celková přecitlivělost všech smyslů – **vadí mu světlo, zvuky, pohyb**

#### **CHAMOMILLA**

(heřmánek pravý)

Tento lék poznáte, pokud se bude dítě projevovat mentálně tak, že se vzteká, řve, něco chce a pak když to dostane, tak to zase zahodí a zase řve.

- dítě je **vzteklé**, pláče, odmítá, **chce – nechce**, neklidné,
- pomůže chování,
- může mít červenou tvářičku
- zhoršení večer

### **FERRUM PHOSPHORICUM**

(fosforečnan železitý)

Tento lék je na suchý kašel, zvýšenou teplotu a bolest ouška. Více v chřipkách.

- spíš levá strana,
- **teplota není tak výrazná,**
- přidruženo i ostatní **nachlazení, rýma, škrábání v krku, kašel,**
- může se střídat překrvení obličeje s bledostí, krvácení z nosu

### **APIS MELLIFICA**

(včela medonosná)

Když Vaše dítě bolí ouško, má světlý otok a ještě je u toho činorodé, můžete použít APIS.

- píchavá bolest bez žízně většinou na pravé straně,
- velká přecitlivělost na bolest,
- dítě podrážděné, **činorodé, plné energie**
- **hubičky** bývá mírně **zarůžovělé**, jinak je popelavě šedivý
- zhoršuje se teplem, po spánku

### **PULSATILLA**

(koniklec luční)

Pokud Vaše dítě bolí ouško, je plačtivé, ukňourané, bývá submisivní, chce se mazlit, chovat, dejte mu PULS.

- někdy v kombinaci s kašlem
- **nemá žízeň**
- může být **bílo žlutý výtok z uší**

## **B. SINUSITIDY - ZÁNĚTY LÍCNÍCH DUTIN**

Zaražená rýma, zduří se výstelka v čelních a nosních dutinách. Začíná jako rýma, přechází do žlutavého stádia, zarazí se, ucpou se kanálky. Velké změny tlaku, bolí to. Špatně se léčí antibiotiky, není vhodné léčit horským sluníčkem – tím se sliznice zduří ještě víc. Lepší je nahřátí nohou v lávru, nebo i předloktí na rukách. Možno zkusit inhalovat eukalyptus, teetree olej...

### **HYDRASTIS CANADENSIS**

(vodilka kanadská)

Kromě ucpané rýmy Vám je ještě špatně od žaludku.

- Bolest hlavy – silná, intenzivní (BELL), chvilku horší, chvilku lepší
- Citlivost na světlo a hluk (BELL)
- Začíná rýmou, která zežloutne, zhoustne, vznikne zadní rýma – hlen jakoby padal do břicha
- Nejde vysmrkat
- **Pocit nevolnosti od žaludku až na zvracení**



- Velká únava, schvácenost

### **BELLADONA**

(rulík zlomocný)

Ucpaná rýma je doprovázená vysokou horečkou. Více příznaků najdete u chřipky.

- Tepavá bolest v oblasti dutin
- **(-) otřesem, hlukem, světlem**

### **PULSATILLA**

(koniklec luční)

Pokud máte ucpané dutiny v noci a v teplé místnosti, zatímco ráno po probuzení nebo venku na procházce, se Vám uvolní, pomůže Vám tento lék. Příznaky hledejte u rýmy.

Jestliže Vám žádný z těchto léků nezapadá do obrazu nemocného, vyhledejte odbornou homeopatickou pomoc. Homeopaticky se tyto záněty léčí velmi úspěšně.

## **C. ZÁNĚTY SLZNÝCH KANÁLKŮ, SPOJIVEK**

### **EUPHRASIA OFFICINALIS**

(světlík lékařský)

EUPHR je první lék při zánětu spojivek. Když se nám narodil starší syn, byla jsem s ním na čištění kanálků. No, byla to hrůza. Jistě mi dají za pravdu všechny maminky, co tím prošly také. Dítě Vám šíleně řve a Vy ho ještě musíte držet, aby se nehýbalo, a oni mu velkou jehlou píchají do oka. To vše jsem si mohla ušetřit, kdybych tenkrát už znala homeopatii a právě tento úžasný lék.

Více příznaků u rýmy.

- **oko je zahnisané, zalepené žlutým hnisem**
- zduřelá, zanícená víčka
- **pálivé slzení – jakoby tam byl písek**, časté mrkání
- na oční rohovce může být hlen, puchýřky

### **PULSATILLA**

(koniklec luční)

PULS má nedráždivé lehce zánětlivé výtoky, viz rýma.

- výtok bez hnisu, oteklé citlivé oči, víčka se slepují
- **nedráždivý žlutý výtok**
- slzení se **zhoršuje v teplé** místnosti
- dává se u dětí na počátku

### **RUTA GRAVEOLENS**

(ruta vonná)

Tento lék známe z úrazů, vzpomínáte? Je to lék na problémy s vazy, šlachami, klouby. Když dlouho namáháte oči třeba u počítače, pomůže Vám RUTA.

- podrážděné oči po dlouhé práci
- rozmazané vidění
- unavené oči u práce při umělém světle

### **ARGENTUM NITRICUM**

(dusičnan stříbrný)

Tento lék jednoduše poznáte podle zvýrazněného symptomu. Vzpomínáte, že se opakuje? Mrkněte do angín.

- **pocit třísky** zabodnuté v oku
- světloplachost, oko je zatvrdlé

### **DULCAMARA**

(potměchuť popínavá)

U zánětu spojivek, který následuje po tom, co jste se někde nachladili.

- **po promočení**, po rozehrátí vyletí ven
- může být spojené s kýcháním, kašlem, **chrapotem** = nachlazení
- (+) teplem

Pokud je Váš stav horší než Vám nabízí uvedené léky, hnisavá stádia apod., doporučuji se poradit se svým homeopatem.

## **D. ZÁNĚTY DÁSNÍ**

### **MERCURIUS SOLUBILIS**

(rtuť a další směsi)

U zánětů dásní poznáte, že máte dát tento lék díky tomu, že dotyčnému kovově páchne z úst, více sliní nebo má na jazyku otištěné zuby. Mentálně se může projevat pomalostí, otupělostí, vnitřní uspěchaností.

- pokud něco vytéká, tak je to sekret **hnisavý, zelený**, páchnoucí
- zduřelá sliznice
- stav na antibiotika (klidně podávejte v kombinaci s homeolékem)
- buko-faringiální příznaky (**zvětšený jazyk, po stranách otištěné zuby**, zvýšená tvorba slin, v noci vytékají z úst s kovovou pachutí)
- páchne z úst, velká žízeň
- (-) v noci výrazně
- sebedestrukce je zde hodně výrazná
- podrážděnost, podezíravost

### ***HEPAR SULFUR***

(nečistý sírník vápenatý)

Jestli nezabere MERC S, nebo jen trochu, podejte HEPAR S. Pacient je nervózní, uspěchaný, pořád si stěžuje. Má o sebe strach.

- zánětlivá ložiska, hnis, abscesy dásní
- páchnoucí sekret

## Kapitola 9 Zuby

Zuby jsou naše zbraně, agresivita. Pokud s nimi máme nějaké potíže, máme potíže s vlastní obranou.

### A. PROBLÉMY SE ZUBY

#### *HYPERICUM*

vystřelující bolesti, potíže s nervy u zubů

#### *LEDUM*

bolest po rozvrtání, po injekci, postižené místo je studené

#### *ARNICA, PHOSPHORUS*

zastavení krvácení, dejte lék, který máte doma

#### *GELSEMIUM, ARGENTUM NITRICUM*

- strach ze zubaře, vyberte lék podle toho, jak se projevuje Váš strach, najdete více info u průjmů
- podávejte předem od té doby, co na Vás strach přichází, třeba den předem vždy, když si vzpomenete na zubaře a necítíte se z toho dobře, pak v den zákroku dávejte častěji, klidně po hodině, po půlhodině či po deseti minutách, dle Vašeho stavu
- léky Vás uklidní

#### *ACONITUM NAPELLUS*

- strach ze zubaře u dětí
- podávejte také už jeden den před návštěvou zubaře
- můžete dávat i před návštěvou jakéhokoli lékaře, pokud se Vaše dítě bojí
- 

### B. PROBLÉMY S DENTICÍ (prořezávání zubů)

#### *CHAMOMILLA*

(heřmáněk pravý)

V naprosté většině případů Vám pomůže CHAM. Já měla snad jeden případ, kdy tento lék nepomohl. Jestliže Vám opravdu nepomůže, zavolejte si homeopatovi o jiný lék.

- **Vzteky, hněv, vyžadují pochovat**
- Často doprovázeno průjmem
- **Hodně sliní, strká si všechno do pusy, kouše**
- Velmi přecitlivělé na bolest přecházející do vzteku
- Může být teplota i kašel

## Kapitola 10 Závěr

Nemoc nemusí být strašák. Nemoc nemusí být hrozba, které máme předcházet. Nemoc nemusí být něco špatného, co na nás „přijde“ neočekávaně, náhodně a nespravedlivě. **Nemoc je dar.** Mám to napsané na svých stránkách [www.homeopatie-brno.ic.cz](http://www.homeopatie-brno.ic.cz) už několik let a stále vnímám, že to platí. Je to pro nás skutečně informace, že nejsme v souladu se sebou, se svou duší. Pojdme s ní být v souladu. Udělali jste první krok – zabýváte se svými nemocemi jinak, nově a hlavně dočetli jste se až sem ☺. To svědčí o tom, že to opravdu myslíte vážně a proto **právě Vy máte šanci na velkou změnu ve Vašem životě.** Držím Vám palce!

Připomínám, že je dobré se pročitat knihou opakovaně, pokaždé se dozvíte novou informaci, kterou můžete využít ve svém životě.