

Poznáváme homeopatii

Jak se léčit šetrně

- Proč se léčit homeopatií
- Léky na běžná onemocnění
- Domácí lékárna

MUDr. Kateřina Formánková, MUDr. Miriam Kabelková, MUDr. Ilona Ludvíková



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umísťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

MUDr. Kateřina Formánková
MUDr. Miriam Kabelková
MUDr. Ilona Ludvíková

POZNÁVÁME HOMEOPATII

Jak se léčit šetrně

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
www.grada.cz
jako svou 3447. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Drahuse Mašková
Sazba a zlom Milan Vokál
Návrh a realizace obálky Antonín Plicka
Počet stran 136
Vydání 1., 2008

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2008
Obrázek na obálce © profimedia.com

ISBN 978-80-247-2736-3 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6784-0 (elektronická verze ve formátu)
© Grada Publishing, a.s. 2011

Obsah

/	Předmluva	11
/	O autorkách	14
/	Úvod	15
1/	Co lze a nelze léčit homeopatií a proč	18
	<i>(MUDr. Formánková)</i>	
2/	Možnosti homeopatie v prevenci	21
	<i>(MUDr. Formánková)</i>	
2.1	Těhotenství a porod	21
2.2	Očkování	21
2.3	Cestování	22
2.4	Sport a jiná fyzická zátěž	23
2.5	Únava	24
2.6	Prevence cévních onemocnění	24
2.7	Prevence v klimakteriu	24
2.8	Homeopatická léčba ve stáří	25
2.9	Prevence osteoporózy	26
3/	Léčba bolestí	27
	<i>(MUDr. Ludvíková)</i>	
3.1	Náhle vzniklá bolest	27
3.2	Chronické bolesti	28
4/	Záněty horních cest dýchacích	30
	<i>(MUDr. Kabelková)</i>	
4.1	Rýma	30
4.1.1	Průhledné rýmy	30
4.1.2	Zabarvené rýmy	31
4.2	Zánět dutin	32

4.3	Zánět hlasivek	33
4.4	Chrapot	34
4.5	Zánět průdušek – kašel	35
4.5.1	Léky na suchý kašel	35
4.5.2	Léky na vlhký kašel	36
4.5.3	Spastický kašel	37
4.6	Zánět středního ucha	37
4.6.1	Léky na zalehlé ucho	37
4.6.2	Léky ke zmírnění bolesti	38
4.6.3	Léky s protihnisavým účinkem	38
4.7	Teplota	39
4.8	Alergie	40
4.8.1	Senná rýma	41
5/	Jiná akutní infekční onemocnění	43
	<i>(MUDr. Formánková)</i>	
5.1	Infekce močových cest	43
5.2	Dětské infekce s vyrážkou	44
5.2.1	Spála	44
5.2.2	Plané neštovice	45
5.2.3	Příušnice	46
5.2.4	Zarděnky	46
6/	Kožní problémy	48
	<i>(MUDr. Ludvíková)</i>	
6.1	Poštípání hmyzem	48
6.2	Fotodermatózy	49
6.3	Akné	50
6.4	Plísňová onemocnění kůže	51
6.5	Bradavice	52
6.6	Opary	53
6.6.1	Léky oparu rtu	53
6.6.2	Léky oparu v oblasti pohlavních orgánů	53
6.6.3	Pásový opar, herpes zoster	53
6.7	Ekzém	55
6.7.1	Svědění	55
6.7.2	Šupiny na kůži	56
6.7.3	Praskliny	56

6.7.4	Puchýřky	57
6.7.5	Hnisání	57
7/	Trávicí potíže	58
	<i>(MUDr. Formánková)</i>	
7.1	Obecně	58
7.2	Pálení žáhy	60
7.3	Bolesti břicha	61
7.4	Nechutenství	62
7.5	Nevolnost a zvracení	62
7.6	Průjem	64
7.7	Nadýmání	66
7.8	Zácpa	67
7.9	Hemoroidy	68
7.10	Nevolnost při cestování	69
8/	Gynekologické problémy	70
	<i>(MUDr. Formánková)</i>	
8.1	Výtok z pochvy	70
8.2	Gynekologické kožní obtíže	71
8.2.1	Svědění nervového původu	71
8.2.2	Genitální opary	71
8.2.3	Suchá kůže genitálu	72
8.2.4	Bradavice a jiné výrůstky	72
8.3	Premenstruační syndrom	72
8.3.1	Bolesti v prsou	73
8.4	Potíže spojené s menstruací	74
8.4.1	Vydatnější menstruační krvácení	74
8.4.2	Dlouhotrvající menstruace s tmavou krví	74
8.4.3	Bolestivá menstruace – léky akutních bolestí	74
8.4.4	Bolestivá menstruace – další léky	75
8.4.5	Oddálení menstruace	76
8.5	Léky oběhových poruch	76
8.5.1	Návaly horka	76
8.5.2	Vysoký krevní tlak	77

9/ Homeopatie v těhotenství a kolem porodu 78

(MUDr. Kabelková)

9.1	Těhotenství	78
9.2	Porod	79
9.3	Po porodu	79
9.4	Kojení	80
9.4.1	Málo mléka	81
9.4.2	Mnoho mléka	81
9.5	Zánět prsu	81
9.6	Praskliny bradavek	82

10/ Homeopatie pro kojení a batolata 83

(MUDr. Formánková)

10.1	Potíže s kojením	83
10.1.1	Únava dítěte při kojení	83
10.1.2	Ublinkávání kojence	84
10.1.3	Nepřibírání na váze	85
10.2	Zpomalený vývoj dítěte	85
10.3	Problémy s kyčlemi	86
10.4	Zánět spojivek – slzení očí, svědění a zčervenání	86
10.5	Kožní potíže	87
10.5.1	Šupiny ve vlasech	87
10.5.2	Opruzeniny – zarudlá kůže v okolí konečníku a hýždí	88
10.5.3	Moučnivka	88
10.5.4	Afty	88
10.5.5	Ostatní	89
10.6	Škytavka	90
10.7	Neklidné uplakané dítě	90
10.8	Poruchy spánku	91
10.9	Záchvaty vzteku	92
10.10	Bolesti břicha	93
10.11	Průjem	94
10.12	Zvracení	95
10.13	Hyperaktivita dětí	95
10.14	Různé strachy	96
10.14.1	Strach z bolesti	96
10.14.2	Strach ze strašidel	97
10.14.3	Strach z chladu – například sněhu	97

10.14.4	Strach ze tmy	97
10.14.5	Strach z jehel	98
10.14.6	Strach z lékaře	98
10.14.7	Strach ze samoty a cizích lidí	98
10.14.8	Strach ze zvířat	99
10.14.9	Strach z bouřky	99
10.15	Noční pomočování	100
11/	Homeopatie pro školáky a studenty	101
	<i>(MUDr. Kabelková)</i>	
11.1	Bolesti hlavy ze studia	101
11.2	Únava	102
11.3	Strach ze zkoušek	104
11.4	Léky dysfunkcí	105
12/	Homeopatie pro přepracované podnikatele	106
	<i>(MUDr. Formánková)</i>	
13/	Úrazy	109
	<i>(MUDr. Ludvíková)</i>	
14/	Homeopatie ve stomatologii	112
	<i>(MUDr. Ludvíková)</i>	
14.1	Strach z ošetření	112
14.2	Léky proti bolesti	113
14.3	Opary	115
15/	Homeopatická předoperační příprava	116
	<i>(MUDr. Ludvíková)</i>	
16/	Homeopatická domácí lékárna	117
	<i>(MUDr. Kabelková)</i>	
/	Rejstřík léků	122
/	Latinsko-české názvosloví	124
/	Seznam použité literatury	128

/ Předmluva

Už jste někdy slyšeli o homeopatii? Věřím, že ano. Pokud hledáte poučení, jak ji v běžném životě používat, pak držte v ruce tu správnou knížku. Ale pokud náhodou o homeopatii doposud nic nevíte, přinese vám tato praktická příručka základní informace.

Homeopatie je metoda s dávnou tradicí a jasnými pravidly, která vychází ze zákona podobnosti – je to univerzální zákon, který existoval před objevem homeopatie stejně jako gravitační zákon před Newtonem. Znalý ho všechny tradiční kultury, léčil podle něj už Hippokrates. V principu znamená, že každá látka ovlivní organismus přesně definovatelnými účinky, které se na těle projeví jako příznaky, odborně jim říkáme symptomy nemoci. A právě tyto symptomy dokáže homeopatie upravit, u nemocného léčit. Odtud známá homeopatická definice: „**podobné se léčí podobným**“. Původ slova je z řečtiny: **homoios – podobný, pathos – nemoc, proto homeopatie**.

Před 200 lety se zkoumáním tohoto zákona vědecky zabýval německý lékař Christian Samuel Hahnemann, který je tudíž pokládán za zakladatele homeopatie. Často se zapomíná na to, že Hahnemann byl v první řadě lékař, a až potom homeopat. Jeho cílem a priori nebylo dělat homeopatii, ale co nejučinněji léčit nemocné. To, že se homeopatie ukázala ze všech metod léčení jako nejvíce vhodná, je dané její pravdivou podstatou a také tím, že Hahnemann to byl schopen, na rozdíl od svých kolegů lékařů, postřehnout a používat. Provedl tisíce pokusů, které pečlivě zaznamenával. Napsal několik knih, které jsou dodnes inspirací pro všechny homeopaty světa. Neobjevil zákon podobnosti, ale popsal na mnoha případech jeho působení a ověřil ho. Zatím všechna jeho tvrzení jsou nadčasově platná. Potvrzují je i nové poznatky současné vědy.

Kvantová fyzika už dokázala, že nejdůležitější jsou ty procesy, které v materiálním měřítku nejsou vidět, a že informace za určitých okolností dokáže změnit strukturu systému. Tyto novodobé poznatky vedoucí mimo jiné ke vzniku nových technologií, které využíváme ve svém každodenním životě (mobilní telefon, počítač, internet apod.) jsou v souladu s homeopatickými zákonitostmi. Navíc neurofyzikologové prokázali, že myšlenka, ať pozitivní nebo negativní, spouští kaskádu biochemických procesů od neurotransmitterů (poslíčkové molekuly) přes různé enzymatické reakce až k viditelnému tělesnému příznaku. Moderní

technologie, jakou je pozitronová emisní tomografie, umožňuje tuto cestu speciálně označených poslíčkových molekul vidět.

Tyto skutečnosti nemohl Hahnemann vědět (žil v letech 1755–1843), jen je na základě precizního pozorování tehdy zjevných souvislostí geniálně tušil.

Fenomenálním přínosem Hahnemanna je propracování metody speciálního, tzv. infinitezimálního ředění homeopatických léků. Zjistil, že ředěním látek nezmizí jejich účinky, ale odstraní se toxicita (nežádoucí účinky). V homeopatii se totiž používají v léčbě i jedy, jako například arzen, rtuť, rulík zlomocný, oměj šalamounek apod.

Mezi jednotlivými fázemi ředění jsou látky protřepávány (jde o tzv. dynamizaci), a tím se ještě zvyšuje účinnost homeopatických léků. V tomto ohledu je homeopatie často zpochybňována jako nevědecká, protože nebyl ještě přesně prokázán způsob účinku infinitezimálního ředění a dynamizace homeopatických léků. To je však spíše úkol pro vědce než pro lékaře.

Díky této speciální přípravě a úpravě homeopatické léky působí na funkční poruchy organismu. A v tom je jejich nezastupitelné místo. Podporují vlastní obranyschopnost těla. Jsou-li obranné síly vyčerpány nebo je-li situace kritická, musíme samozřejmě použít všechny prostředky moderní medicíny. Dnes ale často používáme příliš těžké „zbraně“ na nekomplikované případy. Tím riskujeme, že nám dojde „munice“ nebo že bude organismus našimi zásahy příliš vyčerpán.

Byly vynalezeny stovky a stovky nových léků, ale nezdá se, že by lidstvo jako celek bylo zdravější. **Přestože mnohé nemoci vymizely, nové jsou stále komplikovanější. Proč?**

Jednou z příčin je skutečnost, že často léčíme funkční potíže těla (například zvýšenou teplotu, nekomplikované bolesti hlavy, nadýmání, vyrážky na kůži) potlačujícím způsobem. Symptom – příznak – vymizí, ale tím není problém beze zbytku vyřešen. Všechny procesy v organismu totiž souvisí.

V medicíně by neměl být předmětem zkoumání izolovaný orgán, ale člověk ve své celistvosti, se svou individuální citlivostí a reaktivitou (schopností reagovat). A to beze zbytku splňuje **klinická homeopatie**. Ta chápe každý příznak jako projev reaktivity celého těla, jako jakousi blikající kontrolku. Homeopatický lék vybraný podle zákona podobnosti, tedy podle příznaků v daném okamžiku u daného pacienta, podpoří vlastní obranyschopnost těla, a tím zabrání, aby funkční potíže přecházely do chronicity. Tedy kontrolka přestane blikat ne proto, že jsme vyšroubovali žárovku, ale proto, že jsme vyladili celý systém, na

který byla napojena. **To je v praxi nejúčinnější prevence**, protože i ta nejzávažnější nemoc někdy v minulosti začínala funkčními příznaky, které jsme dostatečně nevnímali nebo potlačili.

Prevence je v medicíně velice důležitá. A také proto byla napsána tato praktická kniha. **Abyste se mohl každý člověk jednoduchým a návodným způsobem seznámit s používáním základních homeopatických léků na běžné funkční potíže.**

Tým autorů jsou odborníci, kteří více než patnáct let používají homeopatii ve své každodenní lékařské praxi a účinky všech uvedených léků nesčetněkrát sami potvrdili.

Já osobně si již svou lékařskou praxi ani běžný život bez homeopatie neumím představit. Přináší mi velké uspokojení. Často jsem v minulosti byla bezradná v případech, kdy jsem pacienty, podle potřeby i ve spolupráci s kolegy specialisty, důkladně vyšetřila a neshledala žádnou závažnou diagnózu – výsledek zněl: funkční potíže. Dnes v těchto situacích předepisuji cíleně vybrané homeopatické léky se skvělým efektem. Navíc homeopatika zkrátí rekonvalescenci po operacích, usnadní hojení úrazů, podpoří imunitní systém při virózách, účinně ovlivní akutní emoční poruchy. V těchto případech je mohou bez obav používat i poučení laici.

Proto věřím, že i vám se tato praktická příručka stane cenným průvodcem a sami si ověříte jemné, ale účinné působení homeopatických léků.

MUDr. Hana Váňová
předsedkyně Homeopatické lékařské asociace

/ 0 autorkách

MUDr. Kateřina Formánková promovala na Fakultě dětského lékařství Univerzity Karlovy v roce 1985. Po promoci pracovala na dětském oddělení Městské nemocnice v Ostravě, v kojeneckém ústavu a dětském domově (pro děti do tří let věku). Po atestaci v roce 1990 pracovala jako obvodní dětský lékař. Homeopatii se věnuje od roku 1992, absolvovala studium několika homeopatických škol (francouzské, rakouské, ruské, holandské, indické) a od roku 2003 se věnuje hlavně homeopatii. Od roku 1994 přednáší homeopatii pro lékaře a farmaceuty.

MUDr. Miriam Kabelková promovala na Fakultě dětského lékařství Univerzity Karlovy v roce 1983. V roce 1986 složila atestaci v oboru dětské lékařství a od roku 1992 absolvovala studium několika homeopatických škol (francouzské, anglické a holandsko-indické). Nyní pracuje jako pediatri-homeopat. Přednáší homeopatii jak pro lékaře a farmaceuty, tak pro laiky.

MUDr. Ilona Ludvíková promovala na Lékařské fakultě Masarykovy univerzity v Brně v roce 1994, v oboru stomatologie. V roce 1996 dokončila tamtéž obor všeobecného lékařství a poté začala pracovat v Masarykově orofaciální onkologické společnosti jako zubní lékař. Atestaci prvního stupně v oboru stomatologie složila v roce 2001. V témže roce absolvovala francouzskou homeopatickou školu. Nadále pracuje jako praktická zubní lékařka a věnuje se homeopatickému poradenství. Je odbornou konzultantkou na klinické využívání homeopatie ve stomatologii. Přednáší homeopatii pro lékaře a farmaceuty.

Poděkování:

Autorky děkují všem, kteří se podíleli na vzniku této knihy.

/ Úvod

VZNIK HOMEOPATIE A JEJÍ PŘÍNOS

Jako první rozpracoval zákon podobnosti a stanovil pravidla výroby homeopatického léku a jeho použití v praxi německý lékař **Samuel Hahnemann** (1755–1843).

Základní myšlenkou jeho celoživotního bádání je tato teze: „***Pokud existuje nějaká látka, která má schopnost vyvolat nějaké zlo (tj. nemoc), má také schopnost toto zlo léčit.***“ Tím definoval základní homeopatický zákon – **zákon podobnosti** – to znamená, že látka schopná vyvolat ve vysoké dávce soubor poruch (příznaků) u zdravého jedince je schopná léčit stejný soubor příznaků u nemocného jedince v jiné, daleko menší dávce – jde o tzv. zákon minimální dávky. To umožňuje léčbu zcela bez vedlejších (nežádoucích) účinků. **Podobné se tedy léčí podobným, ne opačným.**

Výsledky Hahnemannovy práce jsou používány dodnes a jsou každodenně ověřovány v ordinacích lékařů homeopatů.

V současnosti je homeopatie používána ve více než osmdesáti zemích světa a v některých státech (např. ve Francii, Bulharsku, Indii) je vyučována na lékařských i farmaceutických fakultách a je integrována do systému všeobecného zdravotnictví.

V homeopatii stále probíhá výzkum a zkoušky nových homeopatických léků. Novinky ve výzkumu jsou pravidelně publikovány v renomovaných časopisech.

VÝROBA HOMEOPATICKÝCH LÉKŮ

Pro výrobu homeopatických léků se používá přes 3 000 různých látek rostlinného, živočišného, nerostného či chemického původu.

- ▶ Zásobování rostlinami se řídí přirozeným rytmem ročních dob.
- ▶ Každá rostlina je označena svým mezinárodním (latinským) názvem, vyhoví-li všem vědeckým poznávacím testům.

- ▶ Rostliny se v naprosté většině používají čerstvé a sklízí se v plané či divoké podobě ve svém přirozeném prostředí, přičemž podmínky sběru probíhají vždy s ohledem na rovnováhu rostlinné i živočišné populace.
- ▶ Látky nerostného či chemického původu jsou přesně definovány.

Léky jsou vyráběny ve specializovaných homeopatických laboratořích za velmi přísných podmínek zachování kvality a čistoty léků.

Lék se vyrábí z tzv. matečné tinktury (ta vznikne máčením látky ve směsi vody a alkoholu nebo u nerozpustných látek třením s laktózou).

Nejčastěji se lék ředí v tzv. centezimálním ředění podle Hahnemanna. To probíhá tak, že se jeden díl matečné tinktury smíchá s devadesáti devíti díly alkoholu a poté se prudce protřepe (ředění v poměru 1:100). Vznikne první ředění léku s označením 1 CH. Číslo, které je uvedeno v názvu léku před zkratkou CH, označuje počet jednotlivých ředění. Např. ředění 5 CH získáme tak, že pětkrát po sobě opakujeme postup ředění, kdy vždy odebereme jeden díl roztoku z předchozí nádoby a ředíme devadesáti devíti díly rozpouštědla.

Jiným typem ředění je tzv. decimální ředění, které spočívá v ředění základní substance v poměru 1:10. Takto připravený lék je označen zkratkou DH.

Odlišným způsobem vzniká lék, který má v názvu zkratku K – jde o tzv. korsakovské ředění. To probíhá „v jediné lahvičce“, kdy se z 5 ml matečné tinktury po protřepání odsaje 99 % obsahu lahvičky (asi 1 % zůstane na stěnách) a nahradí se čistou vodou. Po důkladném protřepání vznikne první korsakovské ředění – 1 K.

Další fází výroby homeopatického léku je tzv. impregnace – opakované nanášení příslušného homeopatického ředění v kapalném stavu na neutrální nosič – granule nebo menší globule – malé kuličky ze směsi sacharózy a laktózy. Existují i homeopatické tablety, dražé, sirupy, kapky a masti.

Homeopatické léky mohou obsahovat buď jedinou účinnou látku (jednosložkové léky – tzv. monokomponenty – nejčastěji ve formě granulí nebo kapek), nebo více účinných látek (vícesložkové léky – tzv. polykomponenty – nejčastěji ve formě dražé, tablet, kapek, sirupu).

Každý homeopatický lék prochází v České republice schvalovacím řízením ve Státním ústavu pro kontrolu léčiv a je řádně registrován. V české legislativě je „homeopatikum“ definováno jako lék; celá řada homeopatických léků je pouze na lékařský předpis.

HOMEOPATICKÁ LÉČBA A PACIENTI

Do ordinace lékaře homeopata přicházejí pacienti všech věkových skupin, velkou část ale tvoří děti, jejichž rodiče hledají účinnou léčbu řady onemocnění, zvláště pokud klasická léčba nepřinesla očekávané výsledky. Často jde o výsevy ekzému, opakující se záněty dýchacích cest, poruchy spánku, chování aj. Výsledky homeopatické léčby rodiče přesvědčují o její efektivitě a logicky pak u běžných onemocnění dávají přednost této podněcující léčbě.

Je ale třeba zdůraznit, že dobrý lékař, věnující se homeopatii, ji nedoporučuje vždy jako jedinou a exkluzivní léčbu. U každého onemocnění se na základě kvalitního vyšetření rozhodne, jakou léčebnou strategii zvolí (homeopatické léky, „klasické“ léky, popř. jejich kombinace).

HOMEOPATIE A KLASICKÁ MEDICÍNA

Homeopatie považuje každého nemocného za jedinečný případ a vnímá ho celostně. To znamená, že pro výběr léku je nutné znát vrozené dispozice pacienta, jeho psychický stav, obranyschopnost, jeho postavení v rodině a ve společnosti a reaktivitu v zátěžových situacích. Pacientovi je nutné pozorně naslouchat a věnovat dostatečnou pozornost všem příznakům jeho organismu.

Co se vztahu obou přístupů týče, dochází v posledních letech k postupnému integrování homeopatie do medicíny. Nový trend v homeopatii přináší tzv. **klinickou homeopatii**, která je propagována zejména ve Francii. Přináší pro pacienty možnost propojení klasických laboratorních i instrumentálních vyšetření s vyšetřením homeopatickým a následně i možnost kombinace obou metod v případě, že to stav pacienta vyžaduje. Je samozřejmé, že např. zlomená noha nebo zánět slepého střeva jsou onemocnění, která vyžadují zásah klasické medicíny. V obou těchto případech může homeopatie pomoci zrychlit léčbu, zmírnit bolest a snížit nežádoucí účinky klasických léků. Existuje však celá řada onemocnění, kde má klasická medicína velmi omezené pole působnosti. Například potíže v těhotenství, problémy s kojením, nachlazení u novorozenců a kojenců, poruchy spánku a noční děsy u dětí či celá řada psychosomatických potíží. Tyto oblasti jsou naopak doménou homeopatie.

1/ Co lze a nelze léčit homeopatií a proč

(MUDr. Formánková)

Výběr správného homeopatického léku

Homeopatické léky vybíráme podle **souhrnu všech potíží**, které v daném období nemocného trápí. Jedná se nejen o fyzické příznaky (bolesti v krku, říhání, svědění, teplota aj.), ale i o tzv. modalitu (pod tímto pojmem se skrývá individuální reaktivita pacienta – např. zlepšení bolestí v krku studenými nápoji nebo svědění ustupující v horké vodě). Celkový obraz pacienta je nutné pro výběr léku doplnit i jeho náladou a momentálním celkovým stavem (únava, plačtivost, úzkost – tzn. všemi změnami, kterými se odlišuje od své normy).

Lék, který vybíráme, je vždy svým obrazem nejpodobnější potížím pacienta. Čím větší podobnost, tím větší a rychlejší bude efekt léku.

Výhody homeopatického léku

- a) není toxický
- b) nemá vedlejší účinky
- c) nevzniká na něj závislost
- d) je vhodný pro všechny věkové skupiny, včetně těhotných žen, novorozenců i starých lidí
- e) homeopatické léky je možné kombinovat s klasickými léky, účinky se nijak neovlivňují

Nevýhody homeopatického léku

Všechna homeopatika obsahují cukr, proto je vhodné u diabetických pacientů použít lihové kapky nebo ředit homeopatický lék ve vodě (viz dávkování léků u novorozenců a kojenců). Ale ani u diabetika, který používá homeopatika

v granulích s obsahem cukru, nedochází při běžném dávkování ke zvýšení hladiny krevního cukru.

Kdy můžeme použít homeopatické léky?

- a) homeopatie pomáhá ve všech akutních stavech, kromě stavů život ohrožujících, které patří do péče rychlé záchranné služby
- b) homeopatické léky používáme také jako léky akutního zhoršení i u chronických nemocí
- c) homeopatické léky používáme jako pomocné léky i u závažných diagnóz

Kdy nemůžeme použít homeopatické léky?

- a) u akutních, život ohrožujících stavů (včetně otrav, úrazů, náhlých chirurgických příhod)
- b) v situacích, kdy selhává oběh a dýchací systém
- c) u těžkých orgánových postižení

V případě, že si nevíte rady, zda lze vaše obtíže léčit pomocí homeopatie, kontaktujte lékaře homeopata. U závažnějších, a zvláště chronických onemocnění je vhodné, aby pacienta léčil zkušený lékař homeopat.

Platí důležité pravidlo

Pokud při léčbě akutních onemocnění uvedených na stránkách této knihy nedojde ke zlepšení stavu do 12–24 hod, je nutné vyhledat lékaře. Jestliže se nejedná o akutní stav, probíhá zlepšování stavu pomaleji a postupně (dny až týdny).

Dávkování léků a způsob užívání

Dávkování konkrétních léků je vždy uvedeno v jednotlivých kapitolách. Obecně znamená: jedna dávka léku = 5 granulí.

Četnost dávek závisí na intenzitě obtíží, čím akutnější je stav, tím častěji lék podáváme – např. při teplotě každou hodinu jednu dávku, při průjmu po každé stolici, při kašli po každém záchvatu kašle.

Při běžném nachlazení podáváme lék čtyřikrát denně, při bolestech můžeme zvýšit dávkování i jedenkrát za čtvrt hodiny do ústupu bolestí. Pak podáváme lék ještě několikrát v průběhu následujících hodin, a pokud se příznaky znovu neobjeví, lék postupně vysadíme.

Léky se rozpouštějí v ústech, v určitém časovém odstupu od jídla (15–20 min). Lék se dostává do kontaktu s ústní sliznicí a je vhodné, aby ústa byla čistá (bez přítomnosti některých aromatických látek, jako např. mentol, káva, tabák).

Podávání léků u novorozenců a kojenců

Lék rozpustíme v malém množství vody (10 granulí na 1 dcl kojenecké převařené vody) a podáváme dítěti po lžičkách v doporučených intervalech (1 dávka = 1 lžička).

Každý den naředíme nový roztok.

Skladování homeopatických léků

Homeopatické léky mohou být znehodnoceny některými těkavými látkami, jako například parfémů či kafrem. Tuby s granulemi se rovněž nesmějí skladovat při teplotách nad 40 °C, mohlo by dojít ke snížení jejich léčebného účinku.

Dostupnost léků

Homeopatické léky jsou k dostání v lékárnách a zdravotní pojišťovny je nehradí. V knize jsou uvedeny jednosložkové přípravky, které jsou volně prodejné. Pouze několik z nich je na lékařský předpis.

2/ Možnosti homeopatie v prevenci

(MUDr. Formánková)

Homeopatie je metoda, kterou bychom měli co nejvíce využívat právě v prevenci a v úplných začátcích onemocnění. V těchto případech má rychlý efekt a vynikající výsledky. Kde všude v prevenci můžeme homeopatické léky použít?

2.1 Těhotenství a porod

Je to především v těhotenství a při porodu – viz kapitolu „Homeopatie v těhotenství a kolem porodu“.

2.2 Očkování

V kojeneckém věku má homeopatie v prevenci své místo, zejména v období očkování, kdy homeopatické léky pomáhají imunitnímu systému dítěte zvládat větší zátěž.

Po očkování **proti tuberkulóze** používáme lék **Silicea 9 CH** 1krát denně 5 granulí po dobu tří měsíců. V případě komplikací (hnisavá reakce v místě vpichu) pokračujeme v podávání léku po celou dobu až do zhojení.

Po očkování **proti záškrtu, tetanu a černému kašli** podáváme lék **Thuya occidentalis 9 CH** 1krát denně 5 granulí, ode dne očkování po dobu 14 dní.

Při očkování **proti žloutence** podáváme lék **Phosphorus 9 CH** 1krát denně, ode dne očkování po dobu 14 dní. V současné době, kdy se používají zpravidla hexavakcíny, kombinujeme podávání léku *Thuya occidentalis* i *Phosphorus* v jednom dni, po dobu 14 dní.

Při očkování **proti obrně** podáváme lék **Thuya occidentalis 9 CH** a lék **Gelsemium sempervirens 9 CH** od každého léku 5 granulí 1krát denně po dobu 10–14 dní.

Při očkování **proti spalničkám, zarděnkám a příušnicím** podáváme lék **Thuya occidentalis 9 CH**, 1krát denně 5 granulí po dobu 14 dní.

V případě dalších očkování, jako např. očkování **proti meningoencefalitidě, klíšťové encefalitidě nebo žluté zimnici**, podáváme opět lék **Thuya occidentalis 9 CH** 1krát denně 5 granulí po dobu 14 dní.

2.3 Cestování

V dnešní době mnoho lidí cestuje do rozličných zemí světa, kde hrozí různá onemocnění. V případě, že se chystáte navštívit Egypt a arabské země, doporučujeme užívat po celou dobu pobytu lék **Oscilloccinum** 1krát denně 1 dávku. Tento lék výrazně posiluje obranyschopnost organismu a působí jako prevence průjemových onemocnění, viróz a také infekční žloutenky.

Lidé, kteří se vypravují do Afriky a musejí užívat „antimalarika“ jako prevenci malárie, by měli užívat lék **Nux vomica 9 CH** (výrazně zlepšuje vstřebávání „antimalarik“ a snižuje jejich vedlejší účinky) a lék **Phosphorus 9 CH** (podporuje a chrání funkci jater). Léky užíváme 1krát denně 5 granulí od každého.

Pokud letíte do ciziny letadlem a špatně snášíte samotný let, velmi dobře působí lék **Borax 9 CH** (užívá se při špatném snášení výšek, houpaček a kolo-točů či rychlé změny polohy těla). Podáváme 5 granulí večer před odletem, ráno a během letu; podle obtíží a pocitu stísněnosti dávku opakujeme. Pacienti, kteří mají panickou hrůzu z letu letadlem a jsou velmi netrpěliví a neklidní před jakýmkoli cestováním, budou lépe reagovat na lék **Argentum nitricum 15 CH** ve stejném dávkování jako u Boraxu.

Nevolnost při cestování – viz kapitolu „Trávicí potíže“.

2.4 Sport a jiná fyzická zátěž

Arnica montana 9 CH

Lék působí jako prevence svalové únavy při sportovním výkonu, túře nebo námahavé práci. Umožňuje delší výdrž, snižuje svalové bolesti po námaze a během námahy, zrychluje celkovou regeneraci.

Dávkování: 5 granulí před zátěží, během zátěže a po zátěži až do ústupu příznaků.

Ferrum phosphoricum 9 CH

Lék podáváme při psychické i fyzické únavě. Pacient je bledý, má kruhy pod očima, bledé rty, je přecitlivělý na bolest. Je flegmatický, velmi slabý, touží si lehnout. Opakovaně krvácí z nosu.

Dávkování: 2krát denně 5 granulí.

Rhus toxicodendron 9 CH

Lék je vhodný pro sportovce, kteří mají sklon onemocnět v případě, že po sportovním výkonu se celí zpocením zastaví a pociťují prochlazení. Před výkonem jsou fyzicky neklidní a mají sklon k úrazům vaziva.

Dávkování: 2krát denně 5 granulí.

Argentum nitricum 15 CH

Lék pomáhá v případě trémy s neklidem před sportovním výkonem. Pacient pociťuje chuť na sladké, je neklidný. Tento stav může být spojen s častým močením i průjmem.

Dávkování: 3krát denně 5 granulí.

China 9 CH

Lék, který pomáhá organismu udržet dostatečné množství tekutin, působí při únavě a slabosti spojené s velkým pocením.

Dávkování: 3krát denně 5 granulí.

2.5 Únava

Viz kapitolu „Homeopatie pro školáky a studenty“.

2.6 Prevence cévních onemocnění

Arnica montana 9 CH

Lék má výrazný vliv na cévní stěnu a žilní systém. Používá se při zvýšeném sklonu ke krvácivým projevům, k tvorbě modřin, cévních rozšíření (metličky) a je vhodný jako prevence i léčba krvácení z nosu.

Dávkování: jako prevence tvorby křečových žil se doporučuje podávat lék dlouhodobě, 1krát denně 5 granulí.

Lachesis mutus 9 CH

Lék můžeme použít v případě snadné tvorby modřin na dolních končetinách. Je vhodný pro pacienty, kterým vadí jakékoli těsné oblečení, např. upnuté věci u krku (roláky, ale i šperky). Působí i jako prevence bolestí hlavy spojených s menstruačním cyklem.

Dávkování: lék doporučujeme podávat v dávce 5 granulí 1krát denně.

Phosphorus 9 CH

Lék je vhodný k léčbě a prevenci potíží po mozkové mrtvici, při zvýšení jaterních testů, při jakýchkoli krvácivých projevech, při postižení cév sítnice a s tím spojenými problémy s viděním (např. u diabetiků). Ve všech případech pocho-pitelně kombinujeme homeopatickou léčbu s léky, které má pacient přede-psány svým lékařem.

Dávkování: podáváme 2krát denně 5 granulí.

2.7 Prevence v klimakteriu

Viz kapitolu „Gynekologické problémy“.