

Na dovolenou – homeopatické léky do kufru (pozn. obvyklá dávka je 5 kuliček neboli granulí cucat, my však doporučujeme i jen granulky 3 – efekt je stejný):

Slunce, úžeh, úpal

Cicaderma mast – na záněty ze slunce, ale i omrzliny, trhliny....

Krupičkovitý solární exantém (po oslunění se vysypou "krupička " nebo puchýřky):

Muriaticum acidum 9 nebo 15 CH
nebo

Hypericum perforatum 9 nebo 15 CH

denně při atace cucat 3x3 granule, možno i 14 dní před osluněním preventivně

Terénní léčba:

Natrium .muriaticum 30CH 3 kuličky. před odjezdem k moři, kde se čeká zhoršení

Lachesis. 9 CH 2x5 gr.

Sulphur. 9-15 CH 2x5 gr.

Úžeh, solární erytém:

Aconitum napellus. 9 CH (event. + Apis) 3x3 kuličky cucat

Belladonna 9CH 3x3 kuličky cucat

Puchýře po spálení sluncem:

Cantharis 9 CH 4x5 granulí

Gelsemium (teplota, třes, úžeh, bolesti hlavy, málo pije!!!) 9CH 4x denně 3-5 granulí

Kinetózy (lod', letadlo, auto) – nucení na zvracení až zvracení

Cocculus 9CH (závratě, působí na n. VIII vestibulokochleární nerv, který zklidní. Příznaky jako nausea, zvracení, se zlepší se teplem a čerstvým vzduchem. Lék se dá podávat i preventivně) 3x3 kuličky anebo klidně i po půlhodině 3 kuličky opakovat až do zlepšení stavu

Tabacum 9CH (pacient hodně sliní, chce ven z auta) 3x 3 kuličky anebo klidně i po půlhodině 3 kuličky opakovat až do zlepšení stavu

Borax (lod' – pohyby nahoru a dolů zhoršují pacientovy potíže, užívat Borax 9CH stejně jako výše uvedené léky)

Petroleum (kinetóza se zhorší čicháním nafty a benzínu, zlepší se jídlem).

Užíváme 9CH 3 kuličky stejně jako výše uvedené léky.

Sport a úrazy

Sportenine (tablety, soluce)

obsahuje arniku, dextrosu, laktát – u lidí, kteří celý rok nesportují a o dovolené náhle začnou vyvíjet tělesnou aktivitu), 2 tablety před sportovním výkonem a pak po výkonu

Cuprum metallicum 5,9 CH – křeče ve svalech po sportovním výkonu, pomáhá i při chrápání, užívá se obvykle 3 kuličky každou hodinu

Arnica montana 5 nebo 9CH 5 kuliček nebo 3 kuličky á 1 hodina u jakýchkoli úrazů a přetížení z fyzické aktivity

Millefolium – řebříček – 5CH á 10 minut na krvácení

Cicaderma mast

Akutní bolesti hlavy

Cephyl (Neocephyl)

Belladonna 9CH 3 kuličky á 30 minut do odeznění potíží.

Bolest zubů – 3 kuličky á 15 min do odeznění potíží

Belladonna 9 CH. (v první fázi Aconitum)

Mercurius. Solubilis 9CH

Coffea cruda (zlepší se po studeném) 9CH

Arsenicum. album. 15 CH (zhoršení v noci, strach) 9CH

Chamomilla (dětí) 9CH – dítě se zklidní i při prořezávání zubů

Bolest v krku

Belladonna 9CH 3 kuličky á 2 hodiny, první dva dny, spolu s :

Mercurius solubilis 15 CH 4x5 granulí (tento je dobré podávat i další dny, je to líný lék, který působí až za 3-4 dny) a k tomu ještě Phytolacca decandra 9CH 3x3 kuličky. Tento postup dokáže vyléčit i začínající angínu a vyhnout se tak antibiotikům!

Nebo existuje směsný lék, který obsahuje několik homeopatik a je dosti zdařile vytvořen:

Homeogene (1 tbl á 1 hod.)

Letní průjemy a zvracení dospělých i dětí

Arsenicum album 9 CH 3 kuličky á 1 hod

Aconitum 30 CH 3 kuličky 3x denně při horečce s neklidem

Phosphor (průjem s krví, neudrží stolicí, 15 CH po každé stolici 5 granulí

Aloe 9CH 2x denně 3 kuličky

Veratrum album (závažné stavy s kolabováním, bledými končetinami, studeným potem, dehydratací, dítě se stáčí na břicho s kolínky pod sebe – podáváme 9CH každých 15 minut 3 kuličky)

Dětské průjmy a zvracení – většinou ředění homeopatik 9CH a užívání 3x3 až 5x3 kuličky cucat:

Senna – acetnemické zvracení dětí, kombinujeme s Ipeca (má-li dítě čistý jazyk), nebo s Antimonium (má-li dítě jazyk povleklý)

Lycopodium (často zvrací)

Magnesia carbonica (nesnáší mléko, stolice páchne)

Aethusa (nesnáší mléko)

Croton tiglium (tolice stříká, páchne, dráždí)

China – oslabený organismus

Nux vomica – nevolnost po snědení něčeho závadného, nucení na zvracení, pacient špatně spí.

Pokud se vám nechce táhnout všechna výše popsaná homeopatika, můžete zkusit jedno „směsné“ a to Gastrocynesine 2 tablety před jídlem u zažívacích potíží a dále dle potřeby. Nezdá se mi však tak účinné.

Akutní zánět spojivek- ředění léků většinou 9CH, užívání 3x3 až 5x3 kuličky:

Aconitum (vždy jako první lék), možno kombinovat s Belladonnou

Apis mellifica u otoků víček a jiných otoků

Euphrasia u očních potíží

U hnisání očí volíme ředění 9 nebo 15 CH, která hnisání vysušují a dáváme 3x3 až 5x3 kuličky:

Argentum nitricum +Mercurius solubilis

Pyrogenium 30CH 3 kuličky každé ráno jako prevence zhoršení zhnisání a horečnatých komplikací

Poštípání hmyzem obvykle ředění homeopatik 9CH:

Apis mellifica (event. + Belladonna) 5 granulí á 1 hodina

Tarentula (modrý, bolavý vpich žihadla, edém) 5 CH, působí protihnisavě a zvláště dobře ošetřuje kousnutí pavoukem

Cantharis (puchýře, např. po osahání bolševníku)

Cicaderma mast – vhodná na všechna kožní poranění.

Blatta – extrakt ze švábů – odpuzuje mouchy a jiný nepříjemný hmyz

Takže: nejdůležitější léky na dovolenou jsou:

Aconitum

Belladonna

Arsenicum album

Apis mellifica

Arnica montana

Mercurius solubilis

Cicaderma mast

Sportenine

