

Kaj je homeopatija ?

Homeopatija je učinkovit, neinvaziven sistem zdravljenja, ki ga prištevamo k alternativnim, nekonvencionalnim, možnostim zdravljenja. Poudariti pa je potrebno, da nima nič skupnega z ostalimi načini naravnega zdravljenja, na primer zeliščarstvom in podobno.

Homoionpathos je beseda grškega izvora, sestavljena iz dveh besed **homoion** (podobno) in **pathos** (trpljenje).

Osnovno vodilo homeopatije je zdravljenje človeka kot celote- ne samo njegovih simptomov, kar je še posebej pomembno pri kroničnih boleznih. Lepota homeopatije je ta, da pri zdravljenju ni stranskih učinkov, lahko jo uporabljamo vzporedno z zdravili uradne medicine.

Njen utemeljitelj je nemški zdravnik Samuel Hahnemann, ki je deloval konec 19. stoletja. Osnoval jo je na principu podobno se zdravi s podobnim.

Kako deluje?

Eden od najpogostejših primerov kako homeopatija deluje je primer s *čebulo (Allium Cepa)*. Rezanje čebule povzroči izcejanje iz nosu, pekoč občutek na očesni sluznici, kihanje.

Če iz navadne rdeče čebule po homeopatskih principih izdelamo zdravilo *Allium Cepa* v ustrezni potenci, in to zdravilo uporabimo pri akutnem stanju prehlada, katerega simptomi so, kihanje, pekoč, tekoč izcedek iz nosu, oči lahko takšen prehlad hitro, učinkovito pozdravimo.



Dober primer je tudi *kopriva (Urtica Urens)*, če oplazi kožo, pride do urtikarije, kožne alergijske reakcije. Ta se manifestira na koži kot drobni rdeči izpuščaji, prisoten je pekoč srbeč občutek na koži. Do podobne reakcije lahko pripelje tudi izpostavljanje kože soncu. Če se simptomi ujemajo s predhodno naštetimi, uporabimo homeopatsko zdravilo *Urtica Urens* v ustrezni potenci in s tem v kratkem času odpravimo ali vsaj močno ublažimo alergijsko reakcijo.

Zgornja primera sta akutne narave, lahko pa homeopatija zelo učinkovito zdravi ali lajša simptome kroničnih bolezni.

Homeopatija deluje na treh nivojih: psihični, fizični, splošni. Zdravstveno stanje človeka je odraz harmonije delovanja teh nivojev, z eno besedo pa jih lahko poimenujemo *življenjska sila*. Nanjo vplivajo različni dejavniki, velike količine zdravil, negativna čustva, itd.

Če homeopat izbere ustrezno homeopatsko zdravilo, glede na psihično, fizično in splošno stanje človeka, se pacientova življenjska sila ponovno vrne v stanje ravnotežja.

Kako jemati homeopatsko zdravilo?

Homeopatska zdravila za zaužitje so lahko v obliki raztopin, globul različnih velikosti ali praškov. Možna pa je tudi topikalna uporaba mazil, ki se jih nanaša lokalno na mesto kože, ki je prizadeto.

Učinek homeopatskega zdravila lahko izniči kofein, mentol, kamilica in še mnoge druge snovi, ki jih vsebuje hrana ali pijača. Zato je priporočljivo, da vzamemo tovrstna zdravila vsaj četrto ure po hrani, pitju ali ščetkanju zob.

Najpogosteje uporabljena homeopatska zdravila so v obliki globul. Eno do dve globuli damo pod jezik in pustimo da se raztopita.



Pri zdravljenju dojenčka se je dobro predhodno posvetovati s pediatrom. Če se odločimo za homeopatijo, je priporočljivo, da se globule raztopi v žlički prekuhane in ohlajene vode ki jo otrok nato popije. S tem se izognemo krču dihalnih poti, ki bi morebiti lahko nastopil ob zaužitju globul samih.

Homeopatija prav tako ni odsvetovana doječim materam, potrebno pa je upoštevati, da preko mleka dojenček prav tako zaužije homeopatsko zdravilo.

Homeopatsko poslabšanje

Ko pacient vzame homeopatsko zdravilo lahko sledi poslabšanje, kar se lahko kaže na fizičnem (glavobol, prehlad, diareja) ali psihičnem nivoju (pretirana razdražljivost, jokavost). Do poslabšanja pride ker ima zdravilo močnejši učinek na organizem od bolezni, je pa poslabšanje le prehodne narave ter pokazatelj, da je homeopatsko zdravilo pravilno izbrano in se organizem odziva na zdravljenje.

Homeopatija in konvencionalna medicina

Homeopatska zdravila ne vsebujejo farmakološko aktivnih substanc, zato so varna in združljiva z zdravili uradne medicine.

Kot je že predhodno omenjeno se tovrsten način zdravljenja odlično obnese pri akutnih, pa tudi kroničnih boleznih. V večini evropskih držav se lahko pacient

sam odloči kakšen način zdravljenja bo izbral. V primeru akutnega izbruha bolezni, ob izbiri samozdravljenja in obiska izbrane lekarne, mu lahko lekarniški farmacevt ponudi različne alternative. Izbira je na pacientovi strani.

Prav tako pa imajo zdravniki v tujini v svoji zdravniški praksi možnost izbire zdravljenja na alternativni ali klasični način, včasih pa se poslužijo obojega.

Pri nas je stanje drugačno, čeprav bi si farmacevti, prav tako pa zdravniki, želeli položaja kolegov iz tujine. Homeopatsko lahko zdravijo samo zdravniki z opravljeno medicinsko fakulteto, vendar so bili prisiljeni vrniti svojo licenco za opravljanje uradne zdravniške prakse.

V lekarnah pa za razliko od sosednjih držav še ni možno kupiti homeopatskih zdravil, se pa lekarniški farmacevti intenzivno izobražujemo tudi na tem alternativnem področju medicine za obdobje, v katerem bo pacient končno imel pravico do izbire načina samozdravljenja.

Shranjevanje homeopatskih zdravil

Tovrstna zdravila shranjujemo na temnem prostoru, kjer ni vlage, sevanja ali prisotnosti močnih vonjav (kafra, mentol, evkaliptus).

Na njihovo učinkovitost vplivajo tudi mila, tobak.



Pozor!

Ob kakršnih koli dvomih v svoje zdravje ali dvomu o poteku samozdravljenja, je potrebno obiskati zdravnika, še posebej, če se zdravite zaradi visokega pritiska, če uporabljate antidepresive, ste noseči ali v postoperativnem obdobju.

V primeru zdravljenja z antibiotiki je priporočljivo počakati nekaj tednov in se šele nato poslužiti homeopatije.

V primeru, da:

- krvavite iz anusa,
- hitro dihate, imate oteženo plitvo dihanje,
- imate bolečine v prsih,
- konvulzije,
- ste v deliriju,
- imate dolgotrajno visoko telesno temperaturo, morate takoj poiskati zdravniško pomoč.

Tanja Mlakar Lisac, mag. farm.