



Homeopatska prva pomoć i sportske ozljede

Homeopatija je komplementarna grana medicine koja na osnovu cjelovitog i individualnog pristupa pacijentu prepisuje homeopatske pripravke. Homeopatija liječi i uravnotežuje cijelog pacijenta a ne samo njegove simptome bolesti. Zasniva se na starogrčkom Hipokratovom principu "Slično se liječi sličnim". Liječnika, ljekarnika, kemičara i poliglota Samuella Hahnemanna (1775.-1843.) smatramo ocem homeopatije u ovom obliku u kojem je danas poznajemo.

Homeopatski pripravci se mogu davati kod kroničnih bolesti ali i kao prva pomoć kod iščašenja, uganuća, fraktura kostiju, modrica, ogrebotina, ubodnih rana, uboda insekta i mnogih drugih ozljeda.

Za takve i slične ozljede koje nisu povezane s konstitucijom osobe a uzrok nastanka je isključivo vanjski, homeopatske pripravke možemo koristiti i kod kuće. Danas se u većini ljekarna može kupiti kombinirane homeopatske pripravke tj. kompozite, koje su mješavina više homeopatskih lijekova, te vam mogu pomoći kod nekih tegoba kao što u glavobolje, menstrualni bolovi, alergije, prehlade, itd.

Bolesti koje imaju definiran početak i kraj, i događaju se samo povremeno nazivamo akutne bolesti. Bolesti kojima se zna uzrok, kao npr. trovanje hranom koje prate proljev, povraćanje..., ili prehlada kao rezultat dužeg izlaganja vjetru i kiši te uganuće nakon naglog trzaja zgloba, vrlo često možemo tretirati sami. Neke akutne bolesti nakon određenog vremena nestaju, ali uz korištenje homeopatskih pripravaka može se umanjiti bol, i spriječiti eventualne komplikacije. Ako ozljeda ili neka druga akutna bolest traje duže od uobičajenog, te ako se razviju dodatne tegobe, svakako je potrebno javiti se liječniku ili profesionalnom homeopatu za pomoć. Kod nekih akutnih bolesti ili hitnih slučajeva gdje je potrebno zatražiti hitnu intervenciju homeopatski lijekovi biti će vrlo korisni za vrijeme čekanja pomoći ali i naknadno u procesu oporavljanja. Neki od važnih pripravaka homeopatske prve pomoći su: ranica, Ledu, Hypericum, Ruta, Aconite i mnogi drugi.

Kao što sam na početku spomenula, homeopatija ima holistički pristup pacijentu, te na osnovu konstitucijske obrade, razgovora u kojem dobijemo uvid u fizičko, psihičko i emocionalno stanje osobe prepisujemo određeni pripravak. Kod nekih isključivo akutnih tegoba homeopatske pripravke možete uzimati sami, a za sve ostale bolesti nužno je da se ipak obratite profesionalnom homeopatu.

NEKE TEGOBE KOJE MOŽETE SAMI TRETIRATI HOMEOPATSKIM PRIPRAVCIMA

RANE OD UBODA: Hypericum- vrlo koristan kod ubodnih rana kao što su životinjski ugrizi, ubodne ozljede prsta kod zabijanja čavla..., njegovo djelovanje osobito je korisno ako postoji i ozljeda živca. Ukoliko se od mjesta ozljede uz crveni trag širi i probadajuća bol potrebno je uzeti i Ledum koji će pomoći kod rana koje postaju septične.

MODRICE I OPEKLINE: Arnica je lijek koji se vrlo često prepisuje kod akutnih bolesti. Korisna je kod modrica izazvanih udarcem, padom ili kod tegoba koje nastaju nakon prevelikih napora ili vježbanja. Ona će smanjiti fizičku i mentalnu traumu. Ako se uz modrice pojavljuje i oteklina nakon Arnice dobro je uzeti Ledum kako bi se ozljeda sanirala do kraja. Postoji više vrsta opekline pa im se samim time treba pristupiti na različite načine. Urtica Urens pomoći će kod opekline nakon sunčanja dok će Cantharis biti koristan kod opekline gdje su se pojavili i mjehuri. Uz homeopatski lijek prve pomoći, kod težih opekline nužno je pozvati i hitnu pomoć. Nakon opekline, Calendula će pomoći kako bi se zaustavila infekcija. Nakon što je opekline izliječena kako bi se smanjili bolovi, ako su oni još prisutni, pomoći će Causticum.

TEGOBE VEZANE ZA ZUBE I STOMATOLOGA: Aconite je jedan od najprepisivanijih pripravaka ako je prisutan veliki strah, što je često slučaj kod odlaska stomatologu. Nakon stomatološkog tretmana kada je došlo do povrede i krvarenja Arnica će vrlo brzo i lako ublažiti bolove i zaustaviti krvarenje. Ukoliko je tijekom stomatološkog tretmana došlo do povrede živca možete primijeniti Hypericum.

OZLJEDE OKA: Kod ozljede oka gdje su prisutni strah, nemir, jaki bol, ponovno ćemo primijeniti Aconite. Arnica će spriječiti nastajanje modrica i kod ozljeda kapilara koje uzrokuju krvavo crvene oči. Jedan od danas možda još i korisnijih pripravaka za ozljede oka je Ruta. Ona će olakšati bolove zbog prevelikog naprezanja očiju, npr. zbog kompjutera ili lošeg osvjetljenja kod dužeg čitanja. Symphytum će biti od koristi za bolove koji se javljaju kod ozljeda kosti oka.

OZLJEDE PRSTIJU: kao i kod mnogih već navedenih ozljeda i ovdje će vrlo koristan biti Hypericum. Primijenite ga kod ozljede živca kad npr. priklještimmo nožni prst vratima nakon čega se pojavljuju oštri bolovi poput trganja; ako je nokat sa prsta otkinut i slične ozljede gdje će Hypericum gotovo trenutno ublažiti bol.

OZLJEDE GLAVE: Hypericum- često je indiciran kod ozljede živaca u vratu nakon trzajne ozljede gdje se pojavljuju probadajući bolovi. Ukoliko se nakon neke ozljede i tretiranja bolovi i dalje nastavljaju ili su nastale neke nove tegobe savjetujemo da ne tretirate nekim drugim akutnim lijekovima već da se obratite profesionalnom homeopatu.

UBODI I UGRIZI INSEKATA: Većini vas su sigurno poznati simptomi kao što su crvenilo, oteklina, vrućina oko mjesta uboda; takve simptome vrlo lako će smiriti Apis. Još jedan lijek koristan kod probadajuće boli nakon uboda, kod svrbeža i pečenja je Urtica Urens.

TEGOBE OD PREVELIKOG IZLAGANJA SUNCU: u ljetnim razdobljima vrlo često dolazi do problema radi pretjeranog izlaganja suncu. Crvenilo, suhoća kože, glavobolja, jaka vrućina, uznemirenostkada se ovi simptomi pojave vrlo brzo potrebno je uzeti Belladonu. Ukoliko se pojave grčevi u mišićima, znojenje nakon izlaganja suncu, osjećaj da će se glava rasprsnuti pomoći će Glonoine ili Cuprum.