

ZELF HELPEN MET HOMEOPATHIE

Peter Guinée

Handleiding voor het kiezen en toedienen van
homeopathische geneesmiddelen bij ongevallen en
eenvoudige acute ziektes.

Tekst en samenstelling:

Peter Guinée
Alexander Battalaan 61
6221 CC Maastricht
T 043 321 56 71
E p.guinee@planet.nl

Bestellingen:

Merlijn Boekhandel
023 551 19 91
info@merlijnboekhandel.nl
www.merlijnboekhandel.nl

Inhoudsopgave

Voorwoord

Deel 1 Voordat je begint

Hoofdstuk 1 - Samenstelling huisapotheek

Hoofdstuk 2 - Wat is homeopathie ?

Hoofdstuk 3 - Praktische aanwijzingen voor het innemen en doseren van de geneesmiddelen

Hoofdstuk 4 - Dieetvoorschriften

Hoofdstuk 5 - Waar moet je op letten, het opnemen van het ziektebeeld

Deel 2 Homeopatische behandeling

Hoofdstuk 6 - Ongevallen

6.1 Eerste hulp bij ongevallen

6.2 Eerste homeopathische behandeling van ongevallen

6.3 Shocktoestand

6.4 Botbreuken

6.5 Beten en steken

6.6 Brandwonden en verbrandingen

6.7 Hoofdletsel, hersenschudding

6.8 Kneuzingen en blauwe plekken

6.9 Oogverwondingen

6.10 Verstuikingen, verrekkingen, ontwrichtingen

6.11 Verwondingen

6.12 Prikwonden

6.13 Schaafwonden

6.14 Scheurwonden

6.15 Snijwonden

Hoofdstuk 7 - Acute ziektes

7.1 Verkoudheden

7.2 Griep

7.3 Hoest, kinkhoest

7.4 Keelontsteking, keelpijn, heesheid, (pseudo) kroep

7.5 Koliekpijnen

7.6 Koorts

7.7 Oorpijn

Hoofdstuk 8 - Kinderziektes

- 8.1 Kinderziektes en vaccinaties
- 8.2 Bof
- 8.3 Mazelen
- 8.4 Rode hond
- 8.5 Roodvonk
- 8.6 Waterpokken
- 8.7 Difterie
- 8.8 Tetanus
- 8.9 Polio

Hoofdstuk 9 - Andere gevallen

- 9.1 Angst
- 9.2 Blaasontsteking
- 9.3 Bloedingen
- 9.4 Borstontsteking
- 9.5 Borstvoeding
- 9.6 Buikpijn
- 9.7 Examenvrees
- 9.8 Flauwvallen
- 9.9 Hoofdpijn
- 9.10 Hooikoorts
- 9.11 Huiduitslag
- 9.12 Jeuk
- 9.13 Maag- en darmstoornissen
- 9.14 Menstruatiepijn
- 9.15 Neusbloedingen
- 9.16 Oogpijn
- 9.17 Operaties
- 9.18 Reisziekte
- 9.19 Rugpijn
- 9.20 Slapeloosheid
- 9.21 Spierpijn
- 9.22 Tandheelkundige ingrepen
- 9.23 Tandpijn
- 9.24 Vergiftigingen
- 9.25 Wormen
- 9.26 Zonnebrand
- 9.27 Zonnesteek
- 9.28 Zwangerschap en bevalling

Hoofdstuk 10 - Materia Medica

Hoofdstuk 11 - Literatuurlijst

Hoofdstuk 12 - Register

Voorwoord

(bij de 4^e geheel herziene druk)

De bedoeling van dit boekje is om iedereen, die er wat moeite voor wil doen, een handleiding te geven om bij ongevallen en eenvoudige acute ziektes homeopathische geneesmiddelen op een verantwoorde en homeopathische wijze te kiezen en toe te dienen.

Helaas is de homeopathische zelfmedicatie aan het ontaarden tot het geven van “dit middeltje” bij “dat kwaaltje” (verkoudheid, hoest enz.), in plaats van op grond van de individuele karakteristieke symptomen van de zieke, het erbij passend middel te zoeken.

Feitelijk betekent dit het geven van homeopathische middelen op een allopathische manier (volgens de principes van de gangbare geneeskunde). Daarbij komt het nog vaak en langdurig herhalen van meerdere middelen tegelijk, een wijze van toedienen, die ook weinig meer met homeopathie te maken heeft.

Eén van de belangrijkste grondbeginselen van de homeopathie is juist het op gang brengen van het genezingsproces door het toedienen van de kleinst mogelijke dosis. Praktisch betekent dit slechts één dosis van één enkel middel geven en dan de reacties afwachten. Dit afwachten kan variëren van enkele minuten in ernstige acute gevallen, tot maanden in chronische gevallen. Ongeduld, gebrek aan observatie van de reacties en gebrek aan kennis van de grondbeginselen van de homeopathie zijn de oorzaken van het bombardement van homeopathische middelen waaraan zieken worden blootgesteld.

Het werken met een Repertorium (een boek, waarin alle symptomen met de erbij passende geneesmiddelen staan vermeld) is voor een beginner echter ondoenlijk. Daarom werd een tussenweg gezocht tussen de “klassieke” manier van werken (keuze van het geneesmiddel op grond van de symptomen) en de klinische manier (op grond van de naam van de ziekte, zoals die door de gangbare geneeskunde wordt gegeven). Bij elke ziekte wordt een beperkt aantal geneesmiddelen vermeld met zoveel mogelijk karakteristieke symptomen en voor verdere hulp bij de keuze is achteraan een uitgebreide beschrijving van elk geneesmiddel toegevoegd (Materia Medica).

Het gaat in dit boekje om het snel en zachtzinnig hulpbieden bij ongelukjes

en eenvoudige acute ziektes. De aanwijzingen zijn als Eerste Hulp bedoeld en niet om eventueel noodzakelijke behandeling door een homeopaat of een arts te vervangen. De behandeling van chronische ziektes en de opleving van chronische ziektes in de vorm van acute klachten, vereisen de begeleiding van een bekwaam homeopaat.

Dat dit boekje in een behoefte voorziet is duidelijk uit de talrijke herdrukken. De kritiek die ik weleens hoor dat leken geen enkele aandoening zelf zouden moeten behandelen en dit boekje hen daar juist toe zou uitnodigen, deel ik niet. Ik waarschuw voortdurend dat men niet te snel en onnodig voor kleine ongemakken een middel moet geven, en zeker niet als men bij een homeopaat in behandeling is. Voor iedereen die zich moeite wil nemen om homeopathische middelen ook werkelijk homeopathisch te kiezen kan dit boekje een leidraad zijn.

Deel 1

Voordat je begint

1. Samenstelling huisapotheek

Alle middelen als globuli (korrels) in de C 30 potentie.

- Aconitum
- Allium Cepa
- Apis
- Arnica
- Arsenicum
- Belladonna
- Bellis perennis
- Berberis
- Bryonia
- Calendula
- Cantharis
- Chamomilla
- Chelidonium
- Cocculus
- Colocynthus
- Dulcamara
- Eupertorium perfoliatum
- Euphrasia
- Ferrum phosphoricum
- Gelsemium
- Hypericum
- Ipecacuanha
- Ledum
- Nux Vomica
- Pulsatilla
- Rhus toxicodendron
- Ruta
- Spongia
- Stramonium
- Symphytum

Zalven

- Arnica
- Calendula
- Hypericum
- of Calendula en Hypericum
tesamen: “Hypercal” genoemd

Tincturen

- Calendula
- Hypericum
- of Hypercal

Zalven en tincturen zijn voor uitwendig gebruik, deze zijn niet gepotentieerd.

Toelichting

Zalf dun op de huid aanbrengen is voldoende.

Arnica niet op beschadigde huid aanbrengen in verband met eventuele allergische reactie hierop.

Hypercal tinctuur mag onverdund op een wond gedruppeld worden of voor het bevochtigen van gaasjes of omslagen worden verdund, ongeveer 20 druppels op een half kopje gekookt water.

Volg voor het innemen van de gepotentieerde geneesmiddelen (korreltjes) nauwkeurig de doseringsregels die hierna volgen onder “praktische aanwijzingen”.

Alle aanwijzingen zijn gebaseerd op het gebruik van C 30 potenties (de “C” betekent verdunningsstappen van 1:100).

Deze zijn minder bekend dan de meestal gebruikte D-potenties (verdunding 1:10). De C 30 potenties kunnen zeer snel en toch mild werken indien de middelen weloverwogen gekozen worden en niet te vaak herhaald worden, d.w.z. strikt aan de hand van de doseringsregels.

Indien geen C 30 potenties voorhanden zijn, kunt U ook lagere C-potenties (C 6 of C 12) of D-potenties gebruiken. In principe zijn de doseringsregels hetzelfde, lagere potenties moeten meestal wat vaker herhaald worden. De werking van een C 30 potentie is echter sneller en dieper, mits goed gekozen.

Vaak zult U in dit boekje aanmaningen aantreffen om voorzichtig te werk te gaan bij het toedienen van homeopathische geneesmiddelen. Dit om erop te wijzen dat ook met homeopathische middelen de gezondheid geschaad kan worden. Vooral door het vaak herhalen van middelen, door meerdere middelen tegelijk te gebruiken, te snel middelen te geven of te snel achter elkaar. Helaas zijn deze fouten tegen de grondbeginselen van de homeopathie meer regel dan uitzondering. Twijfelt U sterk over de keuze, is het ziektebeeld onduidelijk, vreemd of als er onverwachte reacties optreden, en vooral als de zieke zeer snel steeds ernstiger ziek wordt -let vooral op een vermindering van het bewustzijn- raadpleeg dan altijd een deskundig homeopaat of arts.