

dosvědčila, že můj postup je ten nejlepší, tak jej používejte k záchraně svých bližních a děkujte za to Bohu.“ (Vithoulkas, G.: Medizin der Zukunft, nakladatelství Georg Wenderoth Verlag Kastel, 21. vydání 2003).

Homeopatie léčí příčiny potíží

Odstranit příznaky onemocnění je v zásadě možné dvěma odlišnými způsoby: potlačáním symptomů nebo vyléčením příčiny, proč se symptomy objevily. Představte si následující situaci: je parné léto a vy jste se právě vrátili domů. Při pohledu na mrazničku zjistíte, že svítí kontrolní dioda signalizující, že teplota uvnitř mrazničky povážlivě stoupla. Protože máte v mrazničce spoustu dobrot a vy se obáváte, že by se mohly zkazit, zvednete telefon a přivoláte servisního technika. Opravář se záhy dostaví a vy mu sdělíte, že svítí kontrolka, která by svítit neměla. „Aha, už rozumím“, řekne ten dobrý muž, poté dotyčnou diodu vyšroubuje a hrdě prohlásí: „Podívejte, už jsem to opravil, přesně, jak jste si přáli! Kontrolka už nesvítí. Dostanu 250 korun plus cestovní výlohy.“ Vy ovšem začnete protestovat: „Takhle jsme si tu opravu nepředstavovali! Vy jste měl opravit chlazení, ne pouze vyšroubovat žárovku! Vy jste odstranil jen příznak poruchy, ale ne poruchu!“ Opravář pokývá hlavou a zavrčí: „No to je tedy zajímavé... Kvůli několika řízkům a krabičce se zmrzlinou tady na mě křičíte. Ale když přijdete k lékaři, který vám dá prášky proti bolesti, tak jste s odstraněním příznaků spokojeni – a po jejich příčinách se nepídíte!“

Homeopatie se nespokojuje s potlačováním příznaků, ostatně z podstaty homeopatické léčby to ani není možné. Homeopatie léčí příčiny. Příznaky (symptomy) pak zmizí samy od sebe, stejně jako zhasne kontrolka chlazení poté, co opravená mraznička sníží teplotu uskladněných potravin na požadovanou úroveň.

Homeopatie není placebo, působí, i když pacient uzdravení neočekává

Případů úspěšných vyléčení, někdy více a jindy méně efektních, přináší homeopatie v homeopatických poradnách tisíckovky každý den. Přesto se stále a stále vyskytují hlasy, že jediný možný účinek homeopatik je pouze efekt placebo. Důvodem tohoto tvrzení je známá skutečnost, že homeopatika často neobsahují ani stopy účinné látky, ze které jsou připravována. To je pravda. Jenomže homeopatika neléčí na bázi materiální (chemické), nýbrž informační. Tyto jemně působící léky totiž rezonují s energetickým a informačním centrem člověka (případně i nemocného zvířete či rostliny), kde opravují poškozené „informační moduly“, což se navenek projevuje jako vymizení symptomů onemocnění a přirozené obnovení zdraví. Pomůžeme-li si jistou analogií z oblasti počítačů, lze v podstatě říci, že homeopatie opravuje poškozený *software*

člověka, což následně činí *hardware* (tělo) plně funkčním, zdravým. Stejně tak jako u počítače „opraví“ instalace poškozeného ovladače třeba grafickou kartu, mechaniku DVD nebo připojenou tiskárnu. A co se stane s počítačem, když omylem přeinstalujeme funkční program jeho stejnou verzí z instalačního disku? Vůbec nic. Vše bude fungovat stejně jako předtím. Ani lépe, ani hůře. Stejně tak nemohou homeopatika zdravý poškodit. Zdravý organismus jejich informace nepotřebuje, a tak na ně jednoduše vůbec nereaguje. Totéž se děje, vlastně neděje, podáme-li homeopatikum, které danou nemoc neléčí. Nestane se nic, jen jsme ztratili čas neplatným pokusem a musíme hledat dál homeopatikum, které bude pro léčbu daného onemocnění vhodnější.

Homeopatická léčba není ve své podstatě bojem proti nemoci, respektive proti choroboplodným mikroorganismům. Symptomy onemocnění je třeba chápat jako přirozené reakce organismu, kterými se tělo snaží nemoc zdolat. Je například známo, že zvýšená tělesná teplota zpomaluje nebo i úplně zastaví další rozmnožování mikroorganismů v těle. Na druhé straně mohou být některé obranné reakce organismu, například vysoká horečka, pro tělo značně zatěžující až životu nebezpečné. Homeopatika účinně pomáhají překonat pacientovu reakci na stres, ať už je vyvolán infekční nemocí, zraněním či psychickou zátěží. V konečném důsledku se tělo uzdraví samo, díky homeopatiky povzbuzenému a posílenému imunitnímu systému. Právě proto jsou uzdravení dosažená homeopatickou léčbou naprosto přirozená. Nemoc ustoupí rychle, řeklo by se téměř diskrétně, jako když překvapený vetřelec v předklonu „vycouvá“ dveřmi, jimiž nezván vstoupil.

S pomocí této rukověti bude míra vaší úspěšnosti při domácí homeopatické léčbě vysoká a opakovaným praktikováním homeopatické léčby se začne probouzet i vaše homeopatická intuice, bez které není žádné skutečné mistrovství myslitelné.

Jak dosáhnout mimořádně vysoké úspěšnosti při homeopatické léčbě dětí

Tato krátká kapitola je důležitá pro pochopení homeopatie. Přečtěte ji pozorně, třeba i vícekrát po sobě, neboť správné porozumění v ní uvedeným informacím je klíčem k úspěchu vaší domácí homeopatické praxe. Nejprve si vysvětleme rozdíl mezi konstituční, symptomatickou a substituční homeopatickou léčbou. Každý člověk vykazuje od raného věku jisté charakteristiky, jak duševní, tak tělesné, které homeopaté souhrnně nazývají konstitucí. Dítě může být například „od přírody“ spíše hubené, přitom neposedné až otravné, odmlouvačné a netrpělivé. Může vyhledávat rvačky a potyčky, ráno se budit zpravidla se špatnou náladou. Přitom je citlivější, nesnese prohru a neumí přiznat chybu. Ve škole má pak problémy s koncentrací a zejména v matematice příliš nevykání. Živí je charakteristické častými zácpami, břišní křeče

nejsou ničím neobvyklým. Ke zlepšení těchto potíží dochází zahřátím postižené oblasti a celkově pobyt v teple. Jiné dítě může naproti tomu být jemné povahy, křehkého těla, světlé až bledé pleti, světlých vlasů a se zálibou ve sladkostech. Tučná jídla se mu naopak protíví a je mu po nich zle. Také pitný režim tohoto dítěte je problém – bez připomenutí se samo nenapije. Pobyt na slunci tomuto dítěti nesvědčí, sluníčko jako by z něj vysálo životní energii. Také pobyt v zatuchlé nebo přetopené místnosti je pro toto dítě utrpením, při kterém může i zvracet nebo omdlít. Rodiče by toto dítě označili za citlivé až plačtivé. Přibližně takto mohou vypadat popisy dvou rozličných konstitučních typů, *Nux vomica* a *Pulsatilla*. A nyní to podstatné: onemocní-li pacient typu *Nux vomica* libovolnou nemocí (od akné až po zánět středního ucha), téměř ve všech případech jej vyléčí jeho konstituční lék podaný ve vysoké potenci, tedy *Nux vomica* v potenci 30CH nebo vyšší. U druhého dítěte bude konstitučním lékem použitelným při všech onemocněních *Pulsatilla* 30CH. Nyní by vnímavý čtenář měl vyskočit a radostně vykřiknout: „Hurá! Homeopatie je tak snadná! Stačí si opatřit jedno jediné homeopatikum pro mé dítě, jeho konstituční lék, který mu pomůže za všech okolností!“ Ano, správně. Je tomu tak. Bohužel je zde jeden malý zádrhel: určit správně konstituční homeopatický lék není nikterak snadné a vyžaduje detailní znalost pacienta, ale přitom je třeba si zachovat odstup a pacienta vnímat zcela nezaujatě. A právě toho není rodič většinou schopen. Dokonce i zkušený homeopaté mívají s konstitučním předepsáním někdy potíže a ne vždy se treťí napoprvé. V každém případě uvádíme v dalších kapitolách alespoň nejčastěji se vyskytující konstituční typy s nadějí, že vnímaví rodiče budou s to podle těchto charakteristik konstituční typ svých ratolestí určit, a tedy využít jejich konstituční homeopatikum v domácí léčbě.

Druhou možností, jak (se) léčit homeopaticky, je takzvaná symptomatická neboli klinická homeopatie. V tomto případě se při volbě homeopatika konstitucí pacienta příliš nezabýváme, spíše se soustředíme na specifické a jedinečné příznaky onemocnění. Dále bývá důležité uvědomit si takzvanou **causu**, tedy možnou příčinu vzniku potíží. A v neposlední řadě pak správně rozpoznat a vyhodnotit **modality**, tedy vnější vlivy, které dané potíže buď zmírňují, nebo naopak stupňují. Těmito modalitami může být například teplo, ležení na jednom či druhém boku, pohyb nebo klid, studený či teplý obklad a mnoho dalších.

Třetí možností využití homeopatických přípravků je takzvaná substituční homeopatie. Při ní se používají homeopatika nízkých potenci, kterými se upravují biochemické procesy v organismu. Příkladem může být léčba vyhublosti dítěte, které nedokáže metabolicky využít kuchyňskou sůl. Sůl prochází jeho organismem a není dostatečně zapojena do procesu trávení a příjmu živin. Pomocí Schüsslerovy soli č. 8 (*Natrium chloratum* v potenci D6) se metabolismus soli upraví a organismus dítěte začne sůl z potravy využívat mnohem efektivněji. Dítě poté přestane vyžadovat přesolená jídla, bramborové lupínky

a další slané pochutiny, jednoduše proto, že jeho organismus má dostupné soli již dostatek, „naučil se“ přijímanou sůl metabolicky využívat. Dalším příkladem využití substituční homeopatie je léčba chudokrevnosti v důsledku nedostatku železa. Homeopatické řešení spočívá v aplikaci přípravků *Calcium carbonicum* D2 (3 × 1 tableta), *Ferrum metallicum* D5 (3 × 1 tableta), *Magnesium phosphoricum* D6 (2 × 1 tableta) a *Cuprum metallicum* D6 (2 × 1 tableta denně). Tím se dosáhne zvýšení obsahu železa využitelného v procesu krvetvorby. Při této kůře trvající zpravidla 3–4 týdny se navíc dbá na stravu bohatou na kyselinu listovou. Tu obsahuje např. brokolice, salát, špenát a další listová zelenina. Ostatně celý koncept homeopatické léčby Schüsslerovými solemi, tedy tkáňovými solemi v potencích D6, je založen na principu substituční homeopatie.

Pro účely domácí homeopatické léčby dětí je ideální podat současně homeopatikum konstituční plus homeopatikum symptomatické, tedy určené podle shody uvedených popisů a projevujících se symptomů. Synergickým působením konstitučního léku a homeopatika pokrývajícím symptomatiku aktuálního onemocnění získáte neporazitelné pomocníky v boji s běžnými nemocemi, jak nás doprovázejí na naší pouti životem od samého narození. Obě tato homeopatika, konstituční i symptomatické, je možné ve většině případů vyhledat pomocí této rukověti, byť jsme si vědomi, že výčet možných řešení je omezen dostupností homeopatik na českém trhu. (Výběr homeopatik uváděných v této knize reflektuje stav registrace v České republice a tedy dostupnost homeopatik v lednu 2012.) Pro běžnou domácí homeopatickou samoléčbu můžete s úspěchem používat i směsná homeopatika. Zastánci klasické homeopatie sice podávání směsí homeopatik neuznávají, pro laickou homeopatickou samoléčbu běžných onemocnění jsou však směsná (komplexní) homeopatika vítanou alternativou. Z praktického hlediska není důvodu zříkat se výhod, které jejich použití přináší. Právě naopak.

Jak se označují homeopatika a v jakých lékových formách jsou k dispozici?

Homeopatika se rozdělují na jednosložková a vícesložková, tedy směsi jednosložkových homeopatik. Název jednosložkového homeopatika se odvozuje od přírodní látky, ze které je homeopatikum připravováno. Číslo následující za názvem homeopatika uvádí takzvanou potenci léku nebo stupeň ředění. Slovo „ředění“ však ani zdaleka nevystihuje podstatu přípravy homeopatických léků, je spíše zavádějící, nicméně používá se. Velmi zjednodušeně se dá říci, že čím je číslo ředění vyšší, tím déle a silněji homeopatikum působí. Písmena D, C, CH a LM pak označují způsob ředění použitý během přípravy homeopatika. Zájemci o bližší informace je získají např. v knize *Jak se léčit pomocí homeopatie*. Pro účely praktické rukověti není detailní popis přípravy homeopatik důležitý. Významnější je vědět, že homeopatika jsou k dispozici ve formě

cukrových globulí (kuliček), cukrových granulí, lihových kapek, tablet, mastí, gelů a čípků (například Viburcol pro homeopatickou léčbu kojenců). Vhodnou lékovou formu, máme-li možnost výběru, volíme podle léčebné potřeby.

Za názvem homeopatického léku se tedy uvádí číslo a písmeno (písmena) označující způsob přípravy homeopatického léku. Potence označované jako 5CH nebo C5, D4, D5, D6, apod. jsou takzvané nízké potence, 9CH, D12 až po 15CH střední. Potenci 30CH je již možno označit za potenci vysokou, byť skutečně vysoké potence pro mnohé homeopaty začínají až od čísla 200 (D200 nebo 200CH) a mohou dosahovat i hodnot 1 000 = 1M, nebo 10 000, tedy 10M i vyšších. Pro účely symptomatické homeopatie dostačují potence nízké a střední, pro konstituční léčbu volíme potence 30CH a vyšší. V zahraničí jsou běžné i potence označované jen C nebo X (místo CH). Písmenem D se označují ředění v jednotlivých krocích 1:10, písmeny C nebo CH ředění 1:100 a nakonec LM nebo též Q označující poměrně složitou přípravu homeopatik ředěním 1:50 000. Rozdíly ve způsobu přípravy homeopatik jednotlivých potencí jsou detailně popsány v dostupné homeopatické literatuře, proto je zde neuvádíme. Pro účely domácí samoléčby se doporučují spíše potence nižší a střední, případně Schüsslerovy soli nebo směsná homeopatika. V odůvodněných případech, například při probíhajícím porodu, ale také pro léčbu novorozenců se naopak doporučují potence vyšší, především 30CH a 200CH, které se vyznačují velmi rychlým a též déle trvajícím účinkem.

Jak správně podávat homeopatika?

U jednosložkových homeopatik firmy BOIRON otočte lékovku dnem vzhůru. Otáčením průsvitné čepičky vytočte 3–5 globulí. Čepičku opatrně stáhněte z lékovky a aplikujte globule přímo do úst, kde je nechejte volně rozpouštět pod jazykem. Dbejte na to, aby před podáním léku nebyly v ústech zbytky jídla, zubní pasty, příchutí kávy a mentolu, neboť tyto aromatické látky mohou účinek homeopatik snižovat. U homeopatik ve formě tablet nebo pilulek aplikujte 1–2 tablety (pilulky) do úst a nechejte je v ústech volně rozpustit. Je rovněž možné tabletu s menším množstvím vody polknout a následně zapít neperlivou vodou. Příjem homeopatik přes ústní sliznici je ale lepší než přes žaludeční stěnu a tak, pokud můžete, nechávejte i tablety v ústech volně rozplynout, až poté spláchněte nerozpustné zbytky douškem vody. Stejným způsobem se podávají i takzvané Schüsslerovy soli, což jsou tabletovaná homeopatika nízkých potencí. Je příznivou zprávou, že v době dokončování rukopisu této knihy pracuje firma Dr. Peithner Prag s. r. o. na registraci Schüsslerových solí v České a Slovenské republice. Z tohoto důvodu zařazujeme do homeopatických řešení i Schüsslerovy soli, byť jejich dostupnost může být krátce po vydání této knihy ještě omezena. V každém případě je homeopatický koncept Dr. Schüsslera natolik přínosný, že jej za okolností blízkého se uvedení těchto přípravků na trh nemůžeme opominout.

Kapalná homeopatika aplikujte v počtu přibližně 10 kapek přímo do úst a podržte před polknutím v ústech. Kapky je možné v případě potřeby rozředit ve vodě (viz dále metoda sklenice vody). Čípky (například Viburcol) se aplikují obvyklým způsobem do konečníku, masti a gely lokálně, podle potřeby opakovaně na postižené místo.

Podávání homeopatik v akutních stavech

Podávejte homeopatikum opakovaně v intervalech 10–20 minut do zlepšení potíží. Výrazná úleva při léčbě akutních potíží by měla nastat do několika minut, nejpozději však do 2 hodin po prvním podání. Po výrazném zlepšení potíží podávejte méně často, 2–3× denně do vymizení potíží. Pokud do 2 hodin po zahájení homeopatické léčby nedošlo ke zlepšení akutních potíží, je zapotřebí případ znovu uvážit a případně zahájit léčbu přípravkem jiným, jehož popis lépe odpovídá pacientovým symptomům. Při pochybnostech se obraťte na zkušeného homeopata, nejlépe lékaře nebo lékárníka. Po podání přípravku je účelné několik minut nic nejíst, nepít kávu ani mátový nebo heřmánkový čaj.

Léčba přetrvávajících a opakovaně se objevujících potíží

Homeopatikum se v těchto případech podává 2× denně, ráno a večer, výše popsaným způsobem do výrazného zlepšení potíží. U déletrvajících nebo opakovaných potíží je třeba podávat homeopatikum alespoň 3 týdny, a to i přes možné rychlé zlepšení zdravotního stavu. V období, kdy vymizely akutní potíže, však užívejte nebo podávejte homeopatikum méně často, nejlépe 1× denně; používáte-li potenci 30CH a vyšší, tak 1× za dva nebo za 3 dny.

Preventivní podávání homeopatik

Homeopatické přípravky lze podávat s výhodou též preventivně, očekáváme-li obvyklé potíže. Výhodné je například preventivní podávání homeopatik podporujících hojení ran před plánovanou operací, termínem porodu nebo stomatologickým ošetřením (zde se velmi dobře uplatňuje komplexní homeopatikum Traumeel tablety nebo Arnica 9CH).

Prvotní krátkodobé zhoršení nelze vyloučit

Ve výjimečných případech, u mimořádně citlivých osob, může po podání homeopatika dojít ke krátkodobému zhoršení potíží. Tento stav zpravidla rychle odezní a je vystřídán procesem uzdravování. Po dobu trvání tohoto