



Egenvård

Egenvård vid akut behandlingar -

Enklare akuta behandlingar vid skador är det bästa sättet att hjälpa både sig själv och sin familj när olyckan är framme, men även ett utmärkt sätt att testa homeopati. Några exempel på användbara homeopatiska medel är:

- **Arnica** är svårt att klara sig utan. Medlet tar bort smärta, minskar svullnad och påskyndar läkningen. Arnica är homeopatins ledande skademedel vid följande problem:
 - Mjukdelsskador med blåmärken, svullnad och ömhet. Ont så att man är rädd att bli tagen på. Hjälper efter både stora och små olyckor.
 - Påskyndar läkningen vid benbrott enligt min erfarenhet, samtidigt som smärtan minskar.
 - För att minska risken för komplikationer efter en skallskada.
 - Från djursidan vet vi att medlet är underbart för både mor och barn efter en hårdare förlossning.
 - Från djursidan finns även erfarenheten att medlet kan få kalvar med förlossningsskador att bli helt bra (lantbrukarna kallar dem för CP-kalvar).

- **Hypericum** är Johannesört. I homeopatisk form fungerar det inte som hjälp vid depressioner, men är ett fantastiskt medel när det handlar om att få bort smärtan från skadade nervbanor.
 - Vid klämda fingrar eller tår är det Hypericum som hjälper.
 - Vid skadade nervbanor med åtföljande smärta efter en operation är Hypericum ofta effektivt. Medlet fick bort en åtta år gammal smärta efter en bukoperation för en av mina klienter.
 - Vid tandvärk kan Hypericum lindra smärtan. Men problemet är kvar även om smärtan försvinner, så uppsök tandläkare snarast ändå.

- **Ledum** har som huvudområde stick- eller bettskador.
 - För att skydda sig mot biverkningar från fästingbett används i första hand medlet Ledum på djursidan. Väl värt att prova även för människor.
 - Ledum kan även försökas vid starka reaktioner på insektsbett.
 - Är olyckan framme med spiktramp eller djurbett använder jag i första hand Ledum. Det går att behandla akut medan man väntar på veterinär eller åker till sjukhuset.

För egenvård är det bäst att börja med en låg styrka (mer materiell dos) och jag rekommenderar D-30. Ta 2 – 4 doser med en timmes mellanrum. Upprepa vid behov.

Eftersom homeopatiska medel är kraftfulla mediciner skall man alltid ha respekt för medlen och inte ta doser utan att det är befogat.

Homeopatiska medel kan bl.a. köpas hos:

DCG Telefon: 031-734 22 40 * Kundtjänst: 031-734 22 30 / www.dcg.se

Homeopatika i Stockholm, Norrtullsgatan 13

Homeopatika i Göteborg, Aschebergsgatan 41