

ホメオパシーのレメディの見つけ方

症状を集める

レメディ探しは、刑事のようなものです。なんの症状が報告されていなくても、観察されるものが何もなくともそのケースを解くサポートをします。異常または非常に強い症状には特に注意してください。気分に変化があったかどうか、どのような行動、環境要因、または時間帯が症状を改善または悪化させているように見えるかなどに注意してください。レメディを選ぶのを助けるためにそういった内容をすべて書き留めると良いでしょう。

レメディを選ぶ！

症状を明確に把握した上で、すべての症状が正確に一致する必要はないことを念頭に置いて、症状に最も近いレメディを選択してください。たとえば、喉が渴いているのに、レメディは喉が渴いていないことを除いて、ほとんどの症状がそのレメディに適合している場合があります。これが重大な症状でない限り、1つの症状の不一致を理由にそのレメディをの選択しないというようなことがないようにしてください。

ホメオパシーってなに？

ホメオパシーは穏やかで自然な治癒システムのことであり、症状を回復させ、生命力を修復します。そして健康全体を向上させます。

ホメオパシーは、短期の風邪や中耳炎や喉の痛みなどの短期的急性の病と闘う体を強めます。喘息や鬱や自閉症、関節炎などの慢性の病の場合には、ホメオパスの専門家に任せること。

ホメオパシーのレメディは、環境に友好的で、動物実験をしていませんし、自然由来のものからできています。

ホメオパシーのレメディを選ぶための Q&A

時間帯は？

症状が悪化したり好転したりする時間帯はありますか？
もし、朝に悪化するなら、それは目覚めた時？それとも寝床から起き上がった時？
もし、症状が夜に楽になるなら、それはベッドにいる時？それとも暗くなってから？

分泌物は？

分泌物は何色？一貫性があるか？濃い？サラサラしてる？水っぽい？皮膚や目をチリチリさせる？においはある？くしゃみや咳が同時に起こる？ほかに何か付随するものがあるか？

喉が渇く？

喉の渇きに変化はあるか？もし喉が渇くなら、冷たい飲み物と温かい飲み物どちらが欲しいか？または炭酸？他のもの？

場所は？

すべてのアレルギーは、家にいると楽？外だと悪化する？気温が悪化させたり、好転させたりするか？

天候は？

症状が天候によって悪化したり好転したりしますか？湿った天候、乾いた天候、涼しい天候、天候の変化などどうでしょうか？

機嫌は？

イライラする？めそめそする？ほかに何かありますか？一人になりたい？それとも誰かといたい？

アレルギーに良いティッシュソルト（生命組織塩）

ティッシュソルト	特徴
Mag phos	痙攣を鎮静化させるので、くしゃみの発作に良い
Nat-mur	<ul style="list-style-type: none"> ・塩好きで太陽の光で悪化 ・くしゃみと涙、鼻の周囲の痒みなどに良い
Silica	<ul style="list-style-type: none"> ・鼻の奥、喉の裏側、耳の深いところの痒みなどがある ・鼻のムズムズ感とひどいくしゃみ ・鼻水は焼けるよう ・声枯れと喉の乾燥もある場合に最適
Ferrum phos	<ul style="list-style-type: none"> ・炎症に良い ・免疫システムに良い
Kali mur	<ul style="list-style-type: none"> ・アレルギーがあり、白い鼻水 ・キレイにする
Kali sulph	<ul style="list-style-type: none"> ・蕁麻疹に良い ・汚い皮膚、熱く焼けるようで汗はない

皮膚アレルギーに良いレメディ

	Apis	Rhus-tox	Urtica urens
症状のキーノート	<ul style="list-style-type: none"> ・赤くなり腫れる蕁麻疹や発疹 ・触ると熱い、刺すような感じ ・夜にひどい痒み ・腫れた顔や脛、他の体の部位 ・皮膚が痛くまたは敏感に感じる 	<ul style="list-style-type: none"> ・濡れるまたは寒さから蕁麻疹 ・同時に皮膚と関節が痛む ・ひどい痒と熱感を伴う皮膚の発疹 ・関節が焼けるよう 	<ul style="list-style-type: none"> ・刺すような焼けるような蕁麻疹 ・非常に痒い
症状が悪化する条件	<ul style="list-style-type: none"> ・熱 ・温湿布 ・触れる ・圧迫 ・横になる 	<ul style="list-style-type: none"> ・冷たい湿った天候 ・濡れること ・動作の最初 ・休息 ・睡眠中 	<ul style="list-style-type: none"> ・熱 ・熱い風呂 ・疲労
症状が好転する条件	<ul style="list-style-type: none"> ・覆われないこと ・冷湿布 ・涼しい空気 ・動作 	<ul style="list-style-type: none"> ・熱 ・熱い風呂 ・継続した動作 ・擦る 	<ul style="list-style-type: none"> ・擦る ・横になる

* 皮膚反応に伴い呼吸困難が見られる場合は、必ず医師の診断を仰ぐこと

用量：症状に応じて、3時間ごと、(1日に4回まで)。もし、3回摂っても改善が見られない場合は、レメディを変えること。もし、改善があって、その後再発した場合は、同じレメディを摂る。

ポーションは、セルフケアのため、基本30C

季節的アレルギーと花粉症に良いレメディ

	Allium cepa	Euphrasia officinalis	Sabadilla
症状のキーノート	<ul style="list-style-type: none"> ・たくさんの水っぽい鼻水 ・鼻水が蛇口から出るように流れる ・鼻水は、鼻孔と上唇をヒリヒリさせる ・目と鼻は、玉葱を切った時のように涙や鼻水が流れる 	<ul style="list-style-type: none"> ・目はチリチリする、焼けるよう、痒い ・光に過敏 ・起きた時目脂が出ている ・ひどいくしゃみ ・目から焼けるような分泌物の伴う刺激のない鼻水 ・前頭部に頭痛 	<ul style="list-style-type: none"> ・くしゃみがメインの症状 ・目が裂けるようで焼けるようで赤みを伴う ・鼻孔で痒みとくすぐったさ ・鼻水は鬱血を伴いたくさん出る
症状が悪化する条件	<ul style="list-style-type: none"> ・温かい部屋 ・湿った天候 ・夕方 	<ul style="list-style-type: none"> ・朝 ・温かい風 ・風 ・太陽光 	<ul style="list-style-type: none"> ・寒さ ・外気 ・花粉
症状が好転する条件	<ul style="list-style-type: none"> ・冷たい外気 ・入浴 ・動作 	<ul style="list-style-type: none"> ・夜、横になった時 ・外気 ・瞬き 	<ul style="list-style-type: none"> ・温かい飲み物 ・温かい部屋

用量：症状に応じて、3時間ごと、(1日に4回まで)。もし、3回摂っても改善が見られない場合は、レメディを変えること。もし、改善があつて、その後再発した場合は、同じレメディを摂る。

ポーションは、セルフケアのため、基本30C