

自然療法でセルフケア・オンライン講座 wk3

★ ポーテンシー（希釈）★

ホメオパシーの最大の特徴は、レメディーの元となる物質をうすめることと振動を与えることにあります。創始者ハーネマンは経験の中から薄めて物質の持つ毒性を消すことによってバイタルフォースを強める働きがあることを学びました。

また、往診に向かうとき、持っていたレメディーが自然と彼のかばんの中で揺れ、そのことがレメディーの効果をもっと上げることを偶然に発見し、振動を与えることの重要さに気づいたと言われています。

では、具体的にどれくらい薄めるかと言うことですが、これには段階があります。現在は、X、C、M、LM という4つのグレードに分かれます。

普通の化学では、物質は薄めれば薄めるほど、その力が弱くなると考えますが、ホメオパシーではまったく反対の考え方をします。その物質の化学的な力が弱まれば弱まるほど、エネルギーは高まり、レメディーとしての力が強くなるのです。そしてその背後には、薄めるたびに振動を与えていることが大きく影響しています。

ですから、ホメオパシーでは、ポーテンシー（希釈）の高いレメディー（1C よりは30C,30C よりは200c）ほど強い効果があると考えられています。

ヨーロッパなどでは家庭の救急箱にホメオパシーのレメディーが入っていますが、その場合、6C から30C が一般的であり、高いポーテンシーは、専門のホメオパスの処方のみとなっています。そこが、日本と大きく違うところでもあります。

クリニックでは、基本的に急性の病気には低いポーテンシー、慢性的な疾患には高いポーテンシーを用います。また、クライアントさんの体質、精神的なものを参考にしてポーテンシーを決めていきます。

★ ホメオパシーのメリットとデメリット★

メリット

- 自分の気質、体質を知ることができる。
- 予防医学への貢献。
- 薬の濫用の低下。
- 自然治癒力の向上。
- 積極的に病気・疾患と向き合う。
- 時間をかけた問診。

デメリット

- 自己診断に従った結果、病状の進行・悪化を招く。
- ホメオパシーへの過剰信頼が専門医療を受けるタイミングを失いやすい。
- アグラベーション=Aggravation(好転反応)、プルービングが起こるリスク
- 病院嫌いを助長。
- 正しいレメディーが選択されたかどうかという疑問。
- スタンダードが確立されていない。
- 客観性に欠ける面がある。

★ ホメオパシーでよく扱われる疾患・症状★

- 子ども:不登校、ADD(ADHD)、ひきこもり、学習障害、自閉症など
- 婦人科系の疾患:月経の異常、更年期障害、不妊症、PMS(生理前症候群)など
- 心の問題:不安神経症、パニック障害。うつ状態。PTSD など
- アレルギー疾患:アトピー性皮膚炎、喘息、花粉症、鼻炎など
- そのほか:リウマチ、関節炎、胃腸障害、糖尿病、高血圧など

注意事項

- 医師から処方されている薬を勝手にやめないこと。
- 薬との併用について注意すること。
- 他の代替療法などとの併用に際して注意すること:アロマセラピー、ハーブ療法など。
- 治してもらうのではなく、自分が治すという意識を持つこと。