

Arsenicum Album (Ars.) 砒素

★ 一般的な特徴

貧しい食生活からくる

【一般】

- 寒さに敏感、風邪を引きやすい
- 疲労：突然やってくる
- 痛みがあり分泌物が焼けるよう
- 一般的に乾燥性
- 大量の水分を欲しがすが一度に少しずつ飲む
- 一般的な炎症：風邪、咳、耳の痛み、インフルエンザ、熱、食中毒

【身体面】

- 飲食後に下痢、嘔吐しやすい傾向がある

【精神面】

- 神経質で休まらず、不安
- 要求が高く、難しい：欠点を見つけ口論
- 異常なほどの几帳面さ
- 独断的
- 恐怖感：一人でいること、死、夜
- 落ち着きのない、休まらない赤ちゃん：乱暴に抱っこされたい

【反応】

★ 悪化

気温の変化—寒さ、湿気、疲労、真夜中後、起きた時、冷たい飲み物、食物のにおいや視覚

★ 好転

頭を上げること、温かい飲み物、温湿布、横になること

★ 妊娠、分娩、産後

妊娠：丘を登った後や横になっているとき、夜にベッドの中で呼吸がしにくい、手根管症候群—指の痺れやくすぐったさ、失禁、不眠、吐き気、死にそうな吐き気、嘔吐

分娩：失神を伴う嘔吐、汗をかく、頻繁に猛烈に吐く、胆汁を吐く、吐しゃ物は水っぽく臭う

産後：失禁

【食べ物】

嫌悪:食べ物、冷たい飲み物、脂肪と脂っこい食べ

物、食べ物の匂い、肉、ソーセージ、甘いもの

欲求:冷たい飲み物、オリーブ・オリーブオイル、暖か

い飲み物(悪寒の間)、温かい食べ物、パン、

コーヒー、果物、酸味のある、肉、牛乳、清涼感

をもたらすもの、ワイン

悪化:冷たい飲み物、果物、肉(腐った)、ソーセージ

(腐った)、ワイン、ブランデー、バター、チーズ

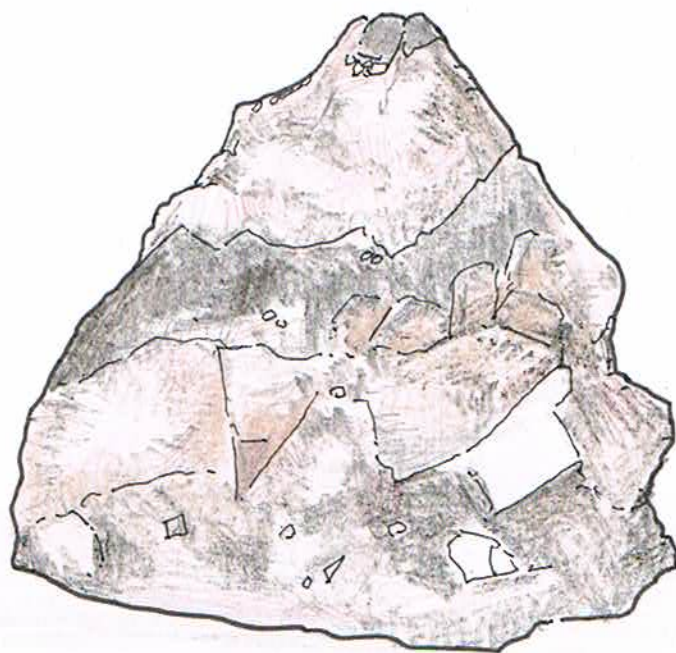
(古い)、冷たい飲み物、脂肪、食べ物の匂い、

凍った食べ物、アイスクリーム、牛乳、

酸っぱいもの、酢

好転:熱い食べ物、温かい飲み物、コーヒー、冷たい

飲み物(熱の間)、牛乳



Chamomilla (Cham.) ジャーマンカモミール

★ 一般的な特徴

珈琲、歯が生えること、怒りなどが引き金となる。

【一般】

- 差し込むような痛み
- 喉が渇く：冷たい飲み物を欲しがる
- じととした汗：熱い、布団をかけない方がよい
- 赤い顔、片方の頬が赤く、もう片方は青白い
- 痛みに叫ぶ

【身体面】

歯が生える時の下痢、母乳の赤ちゃんの下痢

【反応】

★ 悪化

夜、新鮮な空気、風、熱さ、温湿布

★ 好転

抱っこされること、布団をかけない

【精神面】

- とても感情的、怒りっぽい、超敏感
- 気が狂ったようにイライラする：ぶっきらぼう、怒りっぽい
- 我慢できない痛み
- 非常に落ち着かない、休まらない
- 怒りと興奮：何も誰にも我慢できない
- 子供が意地悪くなり、両親を叩く、わめき叫ぶ
- 抱っこしていないと泣き叫ぶ
- 欲しがったもの（おもちゃや飲み物）を拒否して投げる
- 泣き虫の赤ちゃん
- 落ち着かない、休まらない赤ちゃん、抱っこされたい

【妊娠、分娩、産後】

妊娠：こむら返り、不眠—鮮やかな夢、眠気、痛みから、怒り、珈琲などの飲みすぎ、時にカモミールティーの飲みすぎも原因、嘔吐—胆汁を吐く、怒りから

分娩：薬（モルヒネなど）の影響—イライラする、睡眠不足、背中の痛み、ひどい痛み、陣痛の中断や陣痛がゆっくり進む、我慢できない痛み、疲労、死にたいほどの痛み、怒り

産後：授乳中の我慢できない痛み、気が狂ったような気持ち、薬の影響（モルヒネなど）—イライラする、睡眠不足

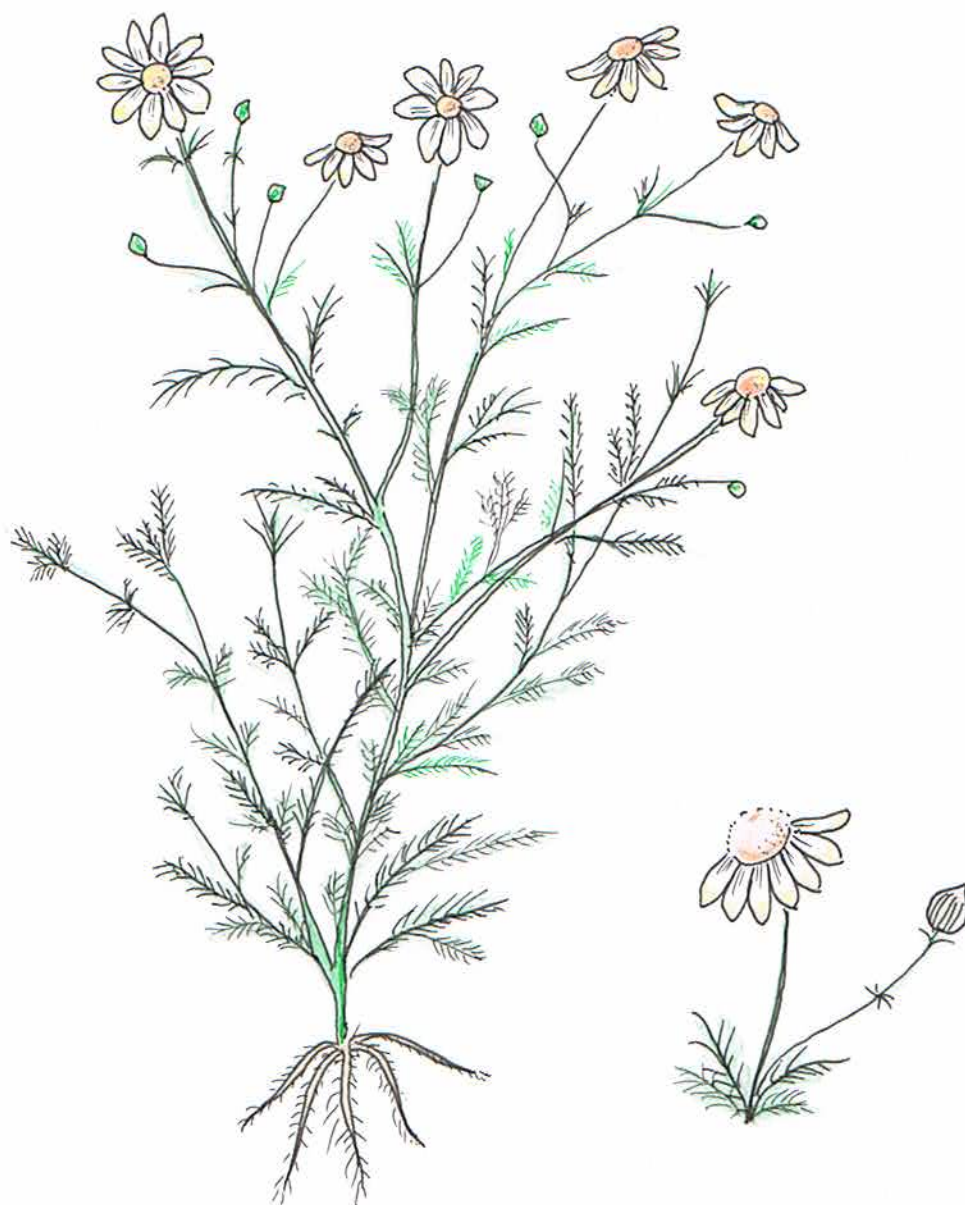
【食べ物】

嫌悪:ビール、コーヒー、温かい飲み物

欲求:冷たい飲み物、パン、酸っぱい物

悪化:コーヒー、牛乳、、甘いもの、温かい食べ物

好転:コーヒー



Ipecacuanha (Ip.) 吐根

★ 一般的特徴

咳や乗り物酔いに最善のレメディー

【一般】

- 痛みと絶え間ない吐き気と嘔吐。吐き気は嘔吐しても好転しない
- 喉の渇きがない
- 呼吸疾患と吐き気ときれいな舌
- 吐き気と持続する唾液分泌過多
- 突然起こる鮮赤色の出血(鼻血、痔、生理、吐血)
- 脂っこい食べ物、豚肉、ケーキなどの焼き菓子類、飴などから起こる疾患
- 子供の風邪: 夜、鼻づまりから始まり、声枯れ、窒息しそうな痙攣性の咳が起こる
- 赤痢性の下痢、秋の赤痢
- 片手が冷たく、他方の手が熱い

【身体面】

- 消化不良による痙攣
- 生理後の衰弱
- 胃が緩んで垂れ下がっているような感じ
- 気管支炎、喘息と痙攣性の窒息しそうな咳や空嘔吐
- 胸のゼイゼイ言う音、大量の粘液(痰)が溜まるが喀痰できない。子供が硬直して青白くなる(チアノーゼ)
- 乾性の痙攣性の咳、むせることや空嘔吐で終わる
- 妊娠中の吐き気と嘔吐
- 乗り物に酔い、吐き気と嘔吐が続く

【精神面】

- 機嫌をとりにくい

【反応】

★ 悪化

暖かさ、食べすぎ、周期的、キニーネ、熱と寒冷、発疹が消えること、最小限の動作、冬と乾燥した天候、秋、暑い日中の後の寒い夜、前に屈む

★ 好転

外気

【妊娠・分娩・産後】

- つわりーひどい吐き気と嘔吐、吐いても良くならない。大量の唾液、脱水症状を起こしている場合、胆汁を吐く

【食べ物】

嫌悪: 食べ物の匂い

欲求: 珍味・豪華なもの、甘いもの

悪化: 仔牛肉、コーヒー、脂肪、食べ物の匂い、果物、酸っぱい、豚肉、脂っこい食べ物、タバコ



Lycopodium (Lyc.) 杉苔(ヒゲノカズラ)

★ 一般的特徴

消化器系統の障害を緩和する働きがある。例えば、夜遅くに食べたために起こる消化不良、吐き気が続くとき、嘔吐、少量食べた後のがつがつした食欲、おならを伴うお腹の膨張感、便秘など。

【一般】

- 身体の右側で起こり、甘いものを欲しがる
- 神経的な頭痛、喉の痛み(冷たい飲み物で悪化)しつこい乾いた咳、インフルエンザから来る疲れ、慢性疲労症候群、脱毛、手の乾癬などにも効果的
- 背が高く、血色が悪い、傲慢な雰囲気
- 上半身の筋肉があまり発達していない
- 鼻の上に横皺がくっきりとある
- 髪が年齢より早く白髪か禿げになる
- 顔の筋肉がびくびく引きつり、鼻の穴がびくびく揺れる

【身体面】

- 男性においては、前立腺肥大、腎臓結石による赤い尿、と砂のような排泄物に。また、勃起を維持したり成し遂げたりする能力が欠けた状態での性欲の増加の治療にも

【精神面】

- 静かで自分というものを持っている雰囲気と安定感を持ち、尊敬を起こさせる、が、しかし本人的には不十分だという強い感覚を示して孤立する。知的であろうとして、保守的な外見を維持する。また、しばしば、名声のある立場(医者、弁護士、研究者、エリートなど)を保持する
- 不安定、非常な自信喪失、変化を拒否
- 批評家、傲慢—外では「良い人」であるが、家で家族には意地悪
- 役に立たないという気持ち、慢心したエゴ、責任を避ける
- 深い人間関係を避ける、病気に堪えられない
- 不安定さ(緊張、不安、せっかち、臆病、一人で居ることの恐怖、不眠、睡眠中の寝言と笑い、夜が怖い、起きた時怖い)から来る感情的な問題にも

【乳幼児】

- やせていて血色が悪い、お腹がちょっと膨らんでいる
- 恥ずかしがりやで不安定
- 外に行くより家で本を読むのを好む、許されれば、家では、威張り散らして、イライラするが、学校では、誠実に振舞う

【反応】

★ 悪化

びったりした服、絶食または食べすぎ、閉め切った部屋、身体の右側、午後4時から8時と午前4時から8時、春、頭を包む、暖かい部屋、目覚める、風、消化不良、牡蠣、パン、右を下に横になる

★ 好転

洋服を緩めること、動くこと、涼しい空気、暖かい食べ物と飲み物、夜、ゲップ、頭を覆わない、寝床が暖かい

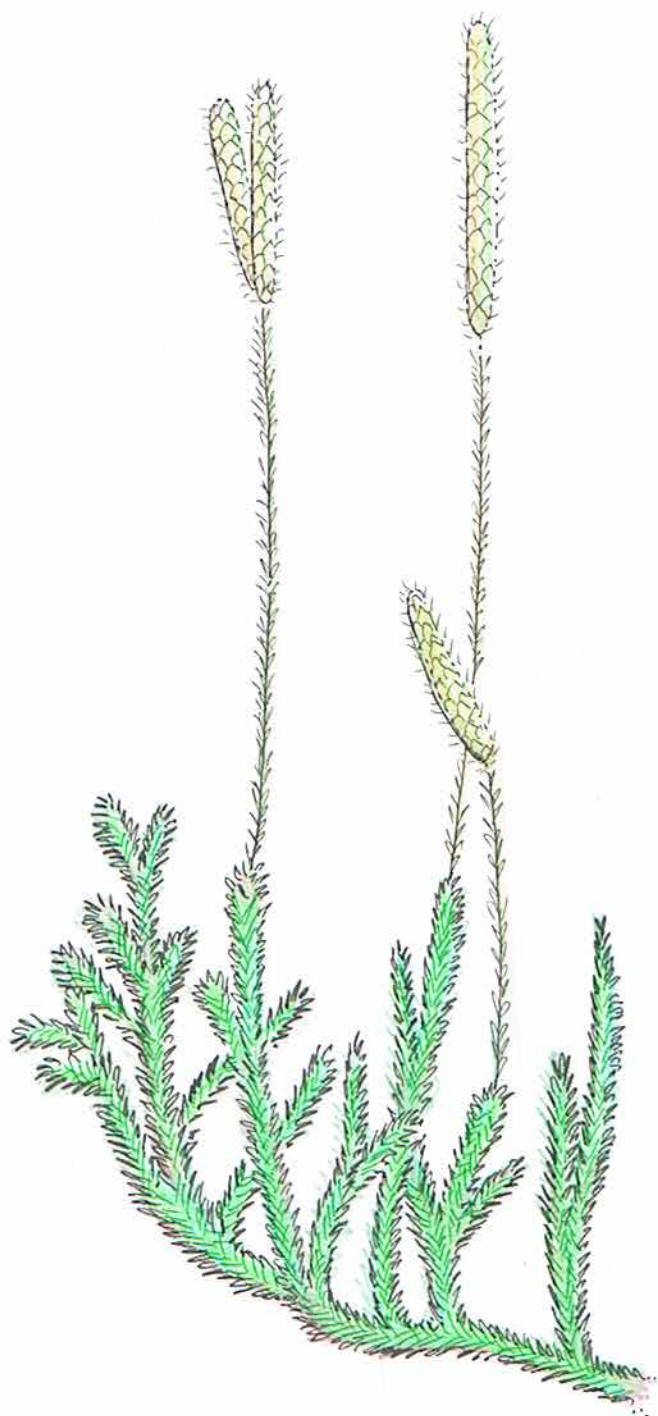
【食べ物】

嫌悪: 豆類とえんどう豆、パン、黒パン、コーヒー、加熱処理された食べ物、にく、喫煙、タバコ、温かい食べ物

欲求: 甘いもの、熱い食べ物、オリーブ、アルコール、冷たい飲み物、冷たい食べ物、牡蠣、温かい飲み物、温かい食べ物

悪化: 豆類とえんどう豆、キャベツ、冷たい食べ物、ガスを発生させる食べ物、玉ねぎ、黒パン、人参、冷たい飲み物、水分の少ない食べ物、果物、牛乳、牡蠣、ケーキなどの焼き菓子類、塩漬け発酵キャベツ、えび・かに・貝類、食べ物の光景、カブ

好転: 熱い食べ物、甘いもの、温かい飲み物



Mercurius solubilis and vivus (Merc-s) 水銀

【一般】

- すぐ、寒くなったり熱くなったりする
- 冷たい汗: 大量の汗、臭う、特に夜
- あらゆる分泌物: 便、尿、汗、唾液、鼻水などが強い臭いを放つ、息も臭い
- ちょうど良い温度の中、ベッドで休息していると、とても楽になる
- 寝ている間にも唾液は増える
- 口が湿っていても、とても喉が渇く
- 舌の幅が広く、締めりががない
- 疲労: 手足が非常に重たい、だるい

【身体面】

- 口の中でメタリック(金属的)な味がする
- 喉がヒリヒリして痛い: 絶えず何かを飲み込みたい
- 口内の潰瘍: 膿、冷たさ、副鼻腔炎、扁桃腺炎、腺炎、歯痛

【精神面】

- 神経質、不安、落ち着きがなく休まらない、じっとしていることができない
- 内側がいつも急いでいる感じ
- 落ち込んでしくしく泣く: 泣くのと笑うのが交互に来る

【食べ物】

嫌悪: ブランデー、バター、チーズ(風味の強い)、珈琲、脂肪と脂っこい食べ物、塩味の食べ物、甘いもの、ワイン

欲求: バター付きのパン、冷たい飲み物、ビール、レモン、流動食、牛乳

悪化: コーヒー、冷たい食べ物、熱い食べ物、プラム、甘いもの

好転: 酸っぱいもの



【反応】

★ 悪化

夜、暑さ(熱さ)と寒さ、軽いタッチ、横になること、汗をかく

★ 好転

休息、ちょうど良い温度

Natrum Muriaticum (Nat-m) 岩塩

★ 一般的特徴

抑制された悲しみや他のネガティブな感情が原因で起こる不安やうつ状態の時。

【一般】

- 風邪の時の大量の鼻水(透明な粘液)
- 問題の多くは、暑さ(むっとする熱さや太陽にさらされた場合)で症状が悪化
- このレメディーが必要な人は病気の時、寒いと感じるのですが、熱さ(暑さ)を嫌う特徴がある
- 洋ナシのような、または四角張った身体つき
- ダークな髪にむくんだ、青白い、ちょっと光った顔
- 目はなみだ目で、まぶたに赤みがさしている
- 下唇の真ん中にひび割れがある

【身体】

- 目の前にジグザグラインがあるような偏頭痛、痛みを伴う眼精疲労、生理後の頭痛、冷たい痛みにも良い
- 口の諸問題、例えば、歯肉炎、乾燥とひび割れた唇、口内炎、口臭にも
- 皮膚の問題では、例えば、いぼ、乾燥した爪の甘皮、爪のささくれ、おできにも役立つ
- 甲状腺腫、貧血、消化不良、便秘(ドライで硬い便)、切れ痔、腰痛、排尿の遅れにも良い
- 女性では、ショックや悲しみが原因で生理が止まった場合、生理が不規則な場合、生理前後の不調に
- 乾燥して痛い膣、膣からの分泌、性交時の痛みのある膣痙攣にも良い

【精神面】

- 真面目で誠実、慎重、不機嫌になったり、落胆したりする、特に起きた時
- 自分のことに夢中になっている時、忍耐がなくなり、ぶっきらぼうになったりする。
- 正直で理想主義、柔軟性がなく何かを学ぶ時、難しい方向から行く
- 泣いたり、すねたり、傷ついたりするが、他者からの同情をぞっとするほど嫌う
- 音楽を聴くと特に涙が出る、一人になりたい、過去の納得出来ない事柄にこだわる
- 責任感が強く、罪悪感を持つ、自分の周りに壁を作る
- 慰めを非常に嫌う

【妊娠・分娩・産後】

- ヘルペス—感情的トラウマ、太陽にあたると悪化。湿った浸出液
- 妊娠中や分娩中に関わる人への打ち解けた態度や開いた状態になることが難しい。不安や羞恥心が強い
- 分娩中のエネルギーが非常に低い

【反応】

★ 悪化

冷たさ、雷、熱い太陽、海風、ムツとした暑さ、疲労、同情、午前9時から11時の間、海辺、左を下に横になる

★ 好転

新鮮な空気、固く圧縮する、固いベッド、汗の後、絶食、右を下に横になる、朝食前、休息、きつい衣類

【乳幼児】

- 身体が平均より小さい、歩いたり話し始めたりするのが遅い
- ダークな皮膚の色、汗をかきやすく、顔が赤く光る、爪のささくれ
- 学校や兄弟の面倒を責任感を持って誠実に真面目にこなす
- 批評に敏感ですぐ傷つく、十代の頃、難しい
- 争いを嫌う
- 学校の勉強などのプレッシャーから頭痛

【食べ物】

嫌悪：パン、鶏肉、コーヒー、脂肪と脂っこい食べ物、はちみつ、にく、牛乳、油、塩味の食べ物、ぬるぬるした食べ物、タバコ、野菜、水

欲求：塩辛いもの、ビール、苦い飲み物、苦い食べ物、パン、デンプン質の食べ物、魚、牛乳、牡蠣、コショウ、塩漬け発酵キャベツ、酸っぱいもの、酢

悪化：デンプン質の食べ物、パン、コーヒーの匂い、きゅうり、牛乳、オリーブオイル、豚肉、タバコ

好転：熱い食べ物



Nux-vomica (Nux-v) マチンシ

★ 一般的な特徴

寒さ、凍え、乾燥した風、食道楽(アルコール、珈琲、タバコなどの暴飲)が引き金となる。二日酔いのレメディーとの別名もある

【一般】

- 非常に寒さ、冷たさを嫌う、冷たい風にさらされたりすると風邪を引きやすい
- ちょっとした動きでもいったん寒くなると中々暖まらない、座ったり横になったりして暖をとる
- 痙攣
- 風邪の初期:咳、インフルエンザ

【身体面】

- 便意、吐き気が強いができない
- 胃腸障害

【食べ物】

嫌悪:エール、ビール、コーヒー、食べ物、肉、タバコ、水、パン、食べ物を少し食べた後、喫煙、タバコの臭い

欲求:アルコール飲料、ビール、ブランデー、コーヒー、脂肪、調味料をふんだんに使った料理、ライム、牛乳

悪化:コーヒー、冷たい食べ物、タバコ、ワイン、ビール、パン、冷たい飲み物、牛乳、喫煙、タバコの臭い、黒パン

好転:熱い食べ物、温かい飲み物、コーヒー

【精神面】

- 神経質:非常に敏感、イライラする
- 超敏感:音や臭い、光に対して
- 不眠:早くに目が覚めて、その後もう眠れない
- 衝動的、直情的、喧嘩っ早い:何が欲しいかわかっていて、今すぐ欲しい
- 意地悪い
- 忍耐力がない

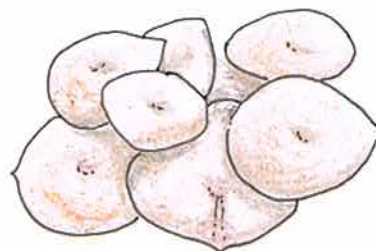
【反応】

★ 悪化

朝、精神的疲労、香辛料を食べた後、珈琲などの刺激物、冷たい飲み物、触られる事、冷たい空気、布団をかけないこと、睡眠不足、隙間風、衣類の圧迫

★ 好転

熱さ(暑さ)、横になること、暖かい飲み物、邪魔されずに昼寝、夕方



Pulsatilla Nigricans (Puls.) 西洋翁草(野生アネモネ)

★ 一般的な特徴

はしかの前後、濡れること、足が濡れること、離乳、歯が生えることなどが引き金となる

【一般】

- 症状の変化: 風見鶏のレメディーと呼ばれ、天候に敏感、ムードが変わりやすい
- 分泌物: 濃い、黄色い
- 喉が渇かない: 唇と口が渇く
- 冷たい: 手足が冷たいが、暖房や空気のことった部屋は嫌い
- 痛みが身体をさまよう感じ
- 新鮮な空気に触れるといつも楽になる
- こってりした脂肪分の多い食べ物が嫌いだ
がバターは食べたがる
- 喉の渇きを伴わない熱

【精神面】

- 愛情深い: 優しく穏やか
- 涙もろい: すぐ泣く、感情的になりやすい
- 人に依存し、くっつきたがる、イライラする
- 赤ちゃん一泣き虫、くっつきたがる、静かに抱っこされたい
- 同情や注意を惹きたい: そうすると気持ちよい
- 気難しい、怒りっぽい、すねる、イライラする

【食べる物】

嫌悪: バター、卵、果物、肉、温かい飲み物、温かい食べ物、パン、飲み物、あらゆる物、牛乳、油、豚肉、喫煙タバコ、水

欲求: 冷たい食べ物、アルコール飲料、ビール、卵、ニシン、アイスクリーム、ピーナッツバター、清涼感をもたらす物、酸っぱい物、甘いもの、紅茶、強壮剤

悪化: パン、バター付きのパン、そば、バター、脂肪、凍った食べ物、パンケーキ、ケーキなどの焼き菓子類、豚肉、脂っこい食べ物、温かい食べ物、タバコ、黒パン、キャベツ、コーヒー、冷たい食べ物、水分の少ない食べ物、魚(腐った)、消化の悪い食べ物、熱い食べ物、肉、牛乳、玉ねぎ、生物、塩漬け発酵キャベツ、カブ

好転: 冷たい飲み物、酢

【反応】

★ 悪化

寒くなる、こってりした脂肪分の多い食べ物、濡れること、暑さ(寒さ)、空気のことった部屋、夕暮れ時、湿っぽい天気、風

★ 好転

入浴、新鮮な空気、動き、圧迫、新鮮な空気の中を歩くこと、泣くこと

【妊娠・分娩・産後】

妊娠

- 腰痛—疲労、虚弱、痛み（刺すような、捻ったような）、呼吸の減少
- 便秘—便の状態が変わりやすい：下痢（黄緑がかった、ねとつとした、水っぽい下痢、脂肪分の多い食事やフルーツが原因）
- 膀胱炎—頻尿、痙攣、大量の尿
- がこうそう—焼け付くようなクリーミーな分泌物
- めまい—横にならないといけない、疲労
- 頭痛—神経的、目にも来る、たいてい片側、刺すような痛み、ガンガンする、こってりした食事やアイスクリームが原因
- 失禁—咳をしたり笑ったり、くしゃみをしたり、歩いたりすると悪化
- 消化不良—胸焼け、空腹感、苦いゲップ、刺すような痛み
- 吐き気—嘔吐を伴う
- 不眠—眠気はある、休まらない、寒くて目が覚める、しばしば目が覚める
- 夢—鮮やかで不安な夢
- 静脈炎—座っていると足が痛い
- 静脈瘤—足の付け根、もも、つんつんとした痛み

分娩

- 腰痛、規則的でない陣痛、微弱陣痛、疲労、吐き気、嘔吐、落ち込む、すがりたい、泣きたい

産後

- 授乳から来る頭痛、痔、痙攣、収縮、痛みの後泣きたい、喉が渇かない
- 悪露—少ない、ミルキー、ほとんど止まる
- 授乳のトラブル—母乳が足りないか出過ぎる、赤ちゃんに吸われるとき、乳房が痛い

【乳幼児】

- 一般の風邪: 鼻水(汚い黄色、緑、黄緑で臭う、濃い、乾燥と大量の鼻水が交互に来る、新鮮な空気の中では水っぽい)、臭いや味覚がわからなくなる、空気のこもった部屋でくしゃみ、鼻づまり、副鼻腔の痛み
- 鼻をふんふんさせる: 新生児、一般の風邪を伴う
- 下痢: 赤ちゃん、便が変わりやすい、緑っぽくねととしていて、水っぽい、
- 耳の痛み: 分泌物が臭い、濃く、黄色、または黄緑、耳の外側は赤い、中が詰まったように感じる、刺すような引きつるような裂けるような、ズキズキする痛み、難聴を伴う、痒く、耳の中に音がする、はしかの後など
- 目の炎症: 赤ちゃん一目やにが多い、臭う、黄色く濃い、焼け付くような痛みとかゆみ、涙目、上瞼と下瞼がくっつく、夜に痒い、一般の風邪を伴う、ものもらい
- 熱: 燃えるような熱、夜の間は乾燥していて寒気がして包まっていたが一度暖まると布団を蹴る、そしてまた寒くなる、寝ている間に汗をかく、寒くて目が覚める、眠りに戻れない
- はしか: 咳を伴う、一般の風邪、目の炎症を伴う
- おたふく風邪: 腺の腫れ、痛み、嘔吐、熱を伴う
- 水疱瘡: 咳を伴う、熱は低め、暑さで痒みが増す
- 喉の痛み: 乾燥してイガイガする、くすぐったいような、ヒリヒリする痛み、こすりたい、喉の中に埃があるような感じ

