

Homeopátiás segítség – a leírtak gyermekre, felnőtte egyaránt vonatkozhatnak.
Fejfájás – ízelítő a teljesség igénye nélkül.

Natrium muriaticum: *zárkózottság, rágódás, tépelődés* jellemzik azt a személyt, akinek erre a konyhasóból készült szerre van szüksége. Nem szívesen beszél a problémáiról, érzéseiről pedig végképp nem. Ha foglalkoztatja valami, ha bánatos, ha gondjai vannak, egyedül szeret lenni. Ilyenkor különösen zavarja a kérdezősködés, mások társasága. Vigasztalás pedig egyenesen ront az állapotán. Ettől még befelé fordulóbb lesz. Magában éli meg a dolgokat, sokáig tépelődik egy-egy múltbéli kudarc vagy veszteség felett. Fel-feltépi a behegedni készülő lelki sebeket. Kifelé ez nem látszik rajta, mert igen erős önuralommal rendelkezik, segítséget pedig csak végső esetben kér.

Gyakran már fejfájással ébred és a fájdalom a nap folyamán csak fokozódik. A több napig tartó fejfájás, kifejezett migrénes roham sem ritka.

Általában a meleget, a napfényt rosszul tűrő személyek, akik inkább a sósabb ízeket kedvelik. Hajhullás és herpesz is szerepelhet a kórtörténetükben.

Aurum metallicum: *munkamániás, született főnök.* Az aranyból készített homeopátiás szer annak a páciensnek a fejfájásán segít, aki maximalista, igen erős felelősségtudattal, nagy munkabírással rendelkezik. Főnökként legalább annyit, ha nem többet dolgozik, mint beosztottjai, magas elvárásainak nem könnyű megfelelni. Szereti, ha a dolgok az ő elképzeléseinek megfelelően történnek. Általában igazságosan dönt, szakmáját magas szinten műveli. Ő maga a kritikát nehezen tűri, ha ellentmondanak neki, akkor pedig könnyen haragra gerjed. Testi problémái a túlfeszített munkatempóval, vagy csalódásaival kapcsolatosak.

Fejfájása gyakran este jelentkezik, de legalábbis este kezd erősödni, illetve az éjszaka számára a legnehezebb időszak.

Kórtörténetében szívpanaszokkal és a szaporítószervek problémáival (méh, petefészek, here, prosztatata) is találkozhatunk.

Pulsatilla: *változékonyság, szeszélyesség* jellemzi a személyt és panaszait egyaránt. Könnyen változó hangulatok, záporozó könnyek, majd mosoly váltakozhatnak. Igazán ráillik a borúra derű kifejezés. Gondjait, bajait könnyen megosztja másokkal, kell is, hogy beszéljen róluk. Sőt, ha figyelnek rá, ha együtt éreznek vele, ha vigasztalják – mindez az általános állapotán és a tüneteiben is javít.

Fejfájása gyakran füledt, elhasznált levegőjű helyiségekben kezdődik és javul friss levegőn, a szabadban sétálva. A fejfájás a fejnek hol ezen, hol azon a pontján jelentkezik. Az is előfordul, hogy nehéz, zsíros ételek fogyasztása után kezdődik.

Lycopodium: az előző számban már szerepelt ez a szer. A fejfájást illetően az ott írtakat azzal egészíteném ki, hogy a tünetek ebben az esetben is gyakorta zárt, rossz levegőjű helyen kezdődnek. Fejfájás alakulhat ki akkor is, ha a szóban forgó személy valamilyen megmérettetés előtt áll. Ilyenkor, a megfelelési kényszer, illetve a kudarcból való félelem válthatják ki a főként a fej jobb oldalán jelentkező fejfájást, ami többnyire délután 4-8 óra között kezdődik vagy rosszabbodik.

Calcium phosphoricum: iskolások fejfájásánál igen gyakran használt szer. A szellemi megerőltetés, a megfeszített figyelem gyakran a nyakizmok merevségét váltja ki. A fejfájás ennek lehet következménye. Akkor is hasznos ez a szer, ha a gyors növekedési szakaszban lévő, hirtelen megnőtt, magas, vékony gyermek gyengeségről, fáradékonyságról, koncentrációs nehézségekről, illetve gyakori fejfájásról panaszkodik.

Nux vomica: kulcsszó - *túlzások*. Akár munkáról, akár szórakozásról van szó, az erre a szerre jól reagáló személy, nem ismer határokat. Munkamániás, mert erős becsvágy hajtja, hogy ő legyen mindenben az első. Az alváshiányt, gyakran serkentő szerek hatásával próbálja ellensúlyozni. Az ellazulást nem ismeri, a kikapcsolódásban sem mértékletes: alkohol, cigaretta, éjszakai mulatozások, hajnalig tartó kimaradások gyakorta teszik próbára a szervezetét. Ideges, ingerlékeny személy. Ezek a vonások testi fájdalmak hatására felerősödnek. Nagyon fázós, minden tünetét, így fejfájását is meleg enyhíti.

Potenciaválasztás és adagolás: közepes potenciákat használjunk: D30, C12-C30. Fejfájás esetén a választott szert 3-4 alkalommal az adott napon megismételhetjük. Javulás esetén a szer adásának gyakoriságát csökkentjük, majd a tünetek elmúltával elhagyjuk. Ha 3-4 adag után nincs javulás, akkor nem ez a megfelelő szer, további adaggal szükségtelen próbálkozni.

Kérjen tanácsot a Magyar Homeopata Orvosi Egyesület orvosaitól.

Dr. Kürti Katalin
gyermekgyógyász-homeopata
Magyar Homeopata Orvosi Egyesület