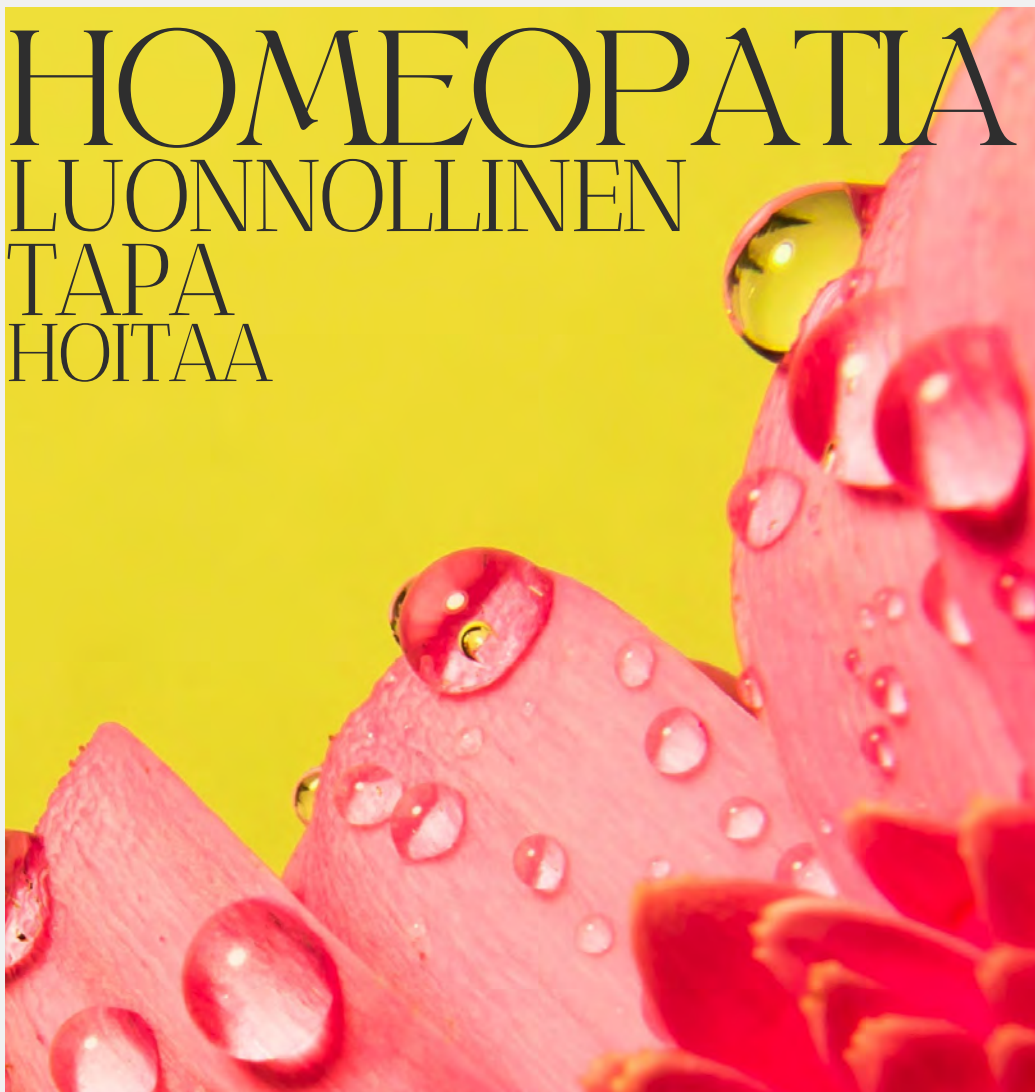


HOMEOPATIA

LUONNOLLINEN TAPA HOITAA



SUOMEN HOMEOPAATTIT RY
FINLANDS HOMEOPATER RF



Liity kannatusjäseneksi!

Suomen Homeopaattit ry:n
tavoitteena on
edistää homeopatian asemaa ja tuntemusta
maassamme



Kannatusjäsenenä saat
Kaksi homeopatiamaratonia vuodessa

Saat neljä ajankohtaista jäsenkirjettä
vuodessa

Tuet homeopatian asemaa ja tunnettuvuutta



Kannatusjäsenyys vain 30€/vuosi
www.homeopaattit.fi



HOMEOPATIA

*on täydentävä hoitomuoto, joka säästää
luontoa ja vesistöjä*



Homeopatian kehitti 1700 -luvun lopulla saksalainen tiedemies ja lääkäri Samuel Hahnemann, joka halusi löytää inhimillisemmän tavan hoitaa sairaita. Tuohon aikaan sairaita hoidettiin muun muassa suonensisäisillä.

Usein käy ilmi, kuinka homeopatia sekoitetaan kasvilääkintään. Homeopatiassa monet lääkeaineet ovat kyllä peräisin kasveista, mutta toimivat täysin eri periaatteella.

Homeopatian pääperiaate on “similia similibus curentur” eli “samankaltainen parannetaan samankaltaisella”. Monet homeopaattisten lääkeaineiden lähtöaineet ovat vaarallisen myrkyllisiä sellaisenaan, mutta homeopatiassa ne potensoidaan eli laimennetaan niin, ettei lopullisessa annoksessa ole välttämättä enää lainkaan lähtöainetta.

Tämän lehden tarkoituksena on tuoda tietoutta homeopatiasta tiivistetysti ja helposti ymmärrettävällä tavalla.

Lehti sisältää tutkimuksiin ja kokemuksiin pohjaavaa tietoa homeopatiasta sekä tietoa mihin ja miten sitä voi käyttää. Lisäksi lehden lopusta löytyy lista koulutetuista homeopaateista, jotka pitävät ammattitaitoaan yllä SHRY:n vaatimusten mukaisesti.

Lisää tietoa homeopatiasta ja Suomen Homeopaateista löydät osoitteesta www.homeopaatit.fi.

Toivotan teille antoisia
lukuhetkiä!

Niina Härkin

SHRY puheenjohtaja



Taitto: Niina Härkin
Paino: AS Printon. Peterburi tee 81,
13816, Tallinn, Eesti
Kansikuva: Heidi Tuulia Photography

Onko homeopatia avain kasvien hyvinvoinnille?



“Kuka tahansa pystyy hoitamaan kasvit, kukat ja puutarhan kukoistavaksi homeopatialla.”

- Camilla Sherr -

Homeopatialla hoidettaessa voi saada aikaan uskomattomia tuloksia.

Ei pelkästään ihmisiä ja eläimiä hoidettaessa vaan myös kasveja.

Äitini koristeomenapuun sairastuessa tuomenkehrääjäkoin toukkien hyökättyä määräsi homeopaatti mieheni Jeremy puulle *Lac Caninumia* perustuen puun oireisiin. Äitini antoi puulle määrättyä lääkeainetta ja neljä päivää myöhemmin ei puussa ollut enää yhtään toukkaa jäljellä. Seuraavan sadon omenat olivat erittäin makeita ja mehukkaita. Eli puu ei ollutkaan koristeomenapuu, joksi olin sitä pitkään luullut.

Agrihomeopatiassa käytetään homeopatiaa parantamaan kasveja ja maaperää. Se on täysin myrkytön keino hoitaa tuholaiset ja taudit tai ympäristön aiheuttamat stressitilat, kuten kuivumisen aiheuttamat vauriot. Lisäksi sillä voi parantaa maaperää, taimien kasvua, kukintaa ja satoa.

Brasilialainen tutkimus osoittaa homeopaattisen periaatteen “like cures like” tehokkuuden siementen itämisessä. Brasiliassa kasvatuksen ongelmana ovat todella suuret alumiinipitoisuudet maaperässä, mikä heikentää kasvien kykyä imeä vettä tai ravinteita. Tutkimuksen tavoitteena oli nähdä, miten homeopaattiset valmisteet (*Alumina ja Calcarea carbonica*) vaikuttivat siemeniin niiden altistuessa todella korkeille alumiinipitoisuuksille. Kaikki testinäytteet, joissa käytettiin homeopatiaa, ylittivät kontrolliryhmän, mutta homeopaattisella alumiinilla käsitelty siemenet erottuivat edukseen eniten. Kontrolliryhmään verrattuna kasvien juurikasvusto oli 20-kertainen.

Yleinen tapa vähentää maaperän myrkyllisyyttä on käyttää suuria määriä lannoitteita, mikä on kallista ja haastavaa suurilla alueilla. Tämä tutkimus osoittaa, että agrihomeopatia tarjoaa edullisia ja yksinkertaisia tapoja ratkaista monimutkaisia ympäristöongelmia.

Maaperä: kasvien terveyden perusta

Ihmisten tavoin myös kasvit tarvitsevat vitamiineja ja mineraaleja pysyäksseen terveisinä ja suureksi osaksi ne saadaan maaperästä. Hyvälaatuinen maaperä parantaa huomattavasti kasvien vastustuskykyä tauteja vastaan.

Kymmenen vuotta sitten aloin työskennellä tansanialaisen kahviviljelijän kanssa. Halusin auttaa häntä siirtymään kemiallisista menetelmistä luonnonmukaisiin. Ensin testattiin maaperä. Testi kertoi minulle maaperän ravinteiden puutteet ja näin tiesin, mitä homeopaattisia aineita käytän. Kuu-kautta myöhemmin testasimme maaperän uudelleen, jolloin maaperän ravinteet olivat tasapainoittuneet.

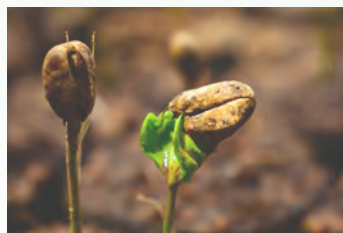
Maaperän testaus on edullinen ja helppo tapa vähentää arvailua maaperän tilasta. Maaperässä voi olla aluekohtaisia puutteita. Esimerkiksi täällä Kili-manjarolla, missä asun on maaperässä niukasti booria. Tämän alueen viljelijät ovat tällä hetkellä ahdingossa, koska heillä ei ole enää varaa kaupallisiin lannoitteisiin. Hinnat ovat nelinkertaistuneet viime vuosina, joten agrihomeopatia on tervetullut ratkaisu.

Toisin kuin kaupalliset lannoitteet, se ei aiheuta ongelmia vesistöihin valuvien kemikaalien vuoksi.

Viime kädessä terve maaperä tarkoittaa puhdasta ruokaa ja terveitä ihmisiä.

Terveystemme perusta on ruoka, mutta maaperämme on pilattu paikoin.

Agrihomeopatia on edullinen tapa vahvistaa kasvejamme, jotta ne voivat välittää meille koko ravintoaineiden spektrin pysyäksemme terveisinä.



Homeopaattisten annostelu on helppoa, mutta muutama nyrkkisääntö on olemassa.



Muutama tippa tai rae 1 litraan vettä. Käytä sadevettä, jos mahdollista. Hanavesi on myös ihan hyvä, mutta ei steriloituna.

Älä käytä kastelukannua. Kun käytät kastelukannua, on homeopaattisen aineen vaikutusta vaikea saada pestyä siitä pois. Jos mahdollista, niin pidä jokaiselle aineelle oma sumutepullonsa. Jos tämä ei ole mahdollista, niin pese astia huolellisesti kuumalla vedellä ja anna kuivua kunnolla aineiden välillä.

Käytä aina kertakäyttökäsineitä. Suojaa ihosi kun käsittelet aineita. Muuten saatat saada annoksen kasvisi ainetta.

Homeopatiassa, vähemmän on enemmän Yksi tai kaksi suihkausta on riittävä annos.

Käytä tuulta apuna. Suihkuta myötätuuleen, jotta voit käyttää sen hyödyksi aineen leviämiseen laajemmalti. Sillä ei ole merkitystä mihin kohtaan kasvia annoksen annat. Yleisesti, kastele juuret. Jos ruusuissa on kirvoja, suihkuta lehdet ja kukinnot, mutta ei haittaa, jos kastelet juuretkin.

Kasvit eivät siedä alkoholia. Älä anna alkoholiin uutettuja aineita suoraan kasveille.

Homeopaattiset aineet toimivat yhdessä kemiallisten lannoitteiden kanssa. It's not a case of one or the other.

Potenssi. Kun mietit potenssia, niin käytä sitä, mitä sinulla on. Agrihomeopatia on kehittyvä ala, joten yritys ja erehdys ovat osa matkaa. **Tee muistiinpanoja.** Muistat, mitä olet antanut ja mikä on ollut vaikutus.

Voit käyttää kasvien "kumppanuusjärjestelmää" hyväksi myös homeopatiassa. *Ocimum basilicum* (basilika) homeopaattisena toimii samoin kuin basilika kumppanuuskasvina tomaatille. Se vahvistaa kasvia ja sen väitetään myös tekevän tomaateista makeamman makuisia.



Toisaalta, jos ruusuissasi on kirvatartunta, suihkuta niille *Coccinellaa* - se on valmistettu kirvan luonnollisesta vihollisesta, leppäkertusta.

Tämä on yksinkertainen tuholaisten torjuntakeino ilman eläviä leppäkerttuja. Tämä olisi hyvä ratkaisu myös kaupallisille puutarhureille.

Homeopatialla hoitamisen kauneus piilee siinä, ettei diagnooseja tarvita. Tarvitaan vain oireet. Kasvien diagnosointi on hankalaa monien bakteeri-, sieni-, virusongelmat tai mineraalien puutostilojen ilmetessä samalla tavalla, mikä pätee myös ihmisiin.

Koska kasvit eivät voi kommunikoida verbaalisesti tai ilmaista puutteitaan, siten että ymmärtäisimme, pitää olla mestaritarkkailija. On tutkittava kasvia, tarkastella oireita ja tämän jälkeen löytää kasvin kokonaisoireiston kattava lääkeaine.

Rohkaisen jokaista opiskelemaan lisää agrihomeopatiasta ja kokeilemalla sitä puutarhassa tai ruukkukasveilla. Yllätyt varmasti, mitä voit saavuttaa jo pienellä tietämyksellä agrihomeopatiata.

Kasvien ensiapupakki

Tässä on muutamia yleisiä kasvien vaivoja ja homeopaattinen lääkeaine, jota voi kokeilla avuksi. Käytä aina matalia potensseja (C6-C12) maaperän hoitamiseen, ellei muuta mainita ja korkeampia (C30,C200) akuuteissa vaivoissa kuten tuholaistartunnoissa.

TOP 3 vinkit kasviesi hyvinvointiin

Kastele puutarhasi Calendula C30 alkukeväästä.

Se hoitaa talven aikana tapahtuneet vahingot ja suojaa sieni-, virus- ja bakteeritartunnoilta.

Anna taimille Silica C30 ja ne kasvavat terveiksi ja vahvoiksi.

Juurtumisen edistämiseksi upota siemenet
Arnica-, Phosphorus- tai Silicaveteen.

AKUUTEISTA JA KROONISISTA SAIRAUKSISTA

Homeopatia on nopea ja helppo keino selättää akuutit sairaudet, kuten nopeatempoiset hengitystieinfektiot, ruuansulatusvaivat sekä tapaturmissa syntyneet suht pienet pintaruhjeet.

Osalle homeopatian käyttäjiä voi olla heikommin hahmotettavissa, milloin hoitomuodon kotikäytölle tulee rajat vastaan ja olisi syytä hakea ammattilaisen apua ja tietämystä lääkeaineiden valintaan. Käyn kirjoituksessa läpi lyhykäisesti ajatuksia tästä perspektiivistä.

Akuutit sairaudet

Kykyä ja tapaa reagoida ulkoisiin ärsykkeisiin kutsutaan alttiudeksi tai taipumukseksi pienellä erolla nyanssissa.

Perimä ja lapsuuden kehitys muodostavat pohjan niin sanotulle rakenteelliselle kokonaisuudelle eli perusterveydelle, jota WHO kutsuu henkisen, fyysisen ja sosiaalisen tilan täydelliseksi hyvinvoinniksi.

Homeopatiassa tämä määritellään yksilöllisten oireiden ja erityispiirteiden kokonaisuudeksi, jonka muodostavat elinvoiman ilmenemisen fyysisellä, emotionaalisella ja älyllisellä tasolla luoden tasapainoisen yleisen terveydentilan.

Sairaus tai alttius sille voidaan kuvitella veden virtaukseksi, joka kulkee aina vähäisimmän vastustuksen suuntaan. Tai voidaan ajatella suolaista ja suolatonta vettä. Suolavedestä vapautuu suolaioneja suolattomaan nesteseen, kunnes tasapaino pitoisuuden suhteen on saavutettu. Suolaisuus on nyt molemmissa nestefaaseissa sama eikä suolaisuus lisäännä kummassakaan. Sairaus on horjahdus terveyden tasapainossa ja kun se saavutetaan on terveys palautunut. Alttius lakkaa, kun sisäänvirtaavalle sairastuttavalle energialle ei ole enää tilaa

Akuutit sairaustilanteet puhkeavat usein ympäröivissä olosuhteissa tapahtuvan jokin epäsuotuisana koetun muutoksen seurauksena. Muutos voi liittyä säätilaan, jolloin voidaan vilustua. Muutos voi olla tapaturma, joka eroaa arkisesta ja aiheuttaa epäkiitollisen muutoksen, johon reagoidaan yksilöllisesti eritavoin.

Akuutti tilanne voi liittyä myös tunnetasolla koettuun yllätykselliseen tilanteeseen. Äkillinen suru tai yllättävä liian voimakkaan aggression kohteeksi joutuminen pelästymisineen ovat esimerkkejä akuutisti hoidettavista tunnetraumoista.

On eroa aidon akuutin ja ns. kroonisen sairauden leimahduksen välillä.

Akuutti sairaus tulee aina ikään kuin puskista lähtökohtaisesti terveelle ihmiselle. Kroonisen leimahdus on puolestaan akuutisti eli yhtäkkiä, mutta säännöllisesti ilmaantuva vaiva, joka tavallisesti häviää jonkun ajan kuluessa ilmestyen jälleen viikkojen tai kuukausien jälkeen samanlaisena. Siinä missä akuutit voi hoitaa itsenäisesti, tulee näihin leimahduksiin hakea apua ammattilaiselta, sillä taustalla on selkästi jokin sykliä ylläpitävä tilanne tai kuvio elämässä, jonka näkeminen, ymmärtäminen ja lääkekeineen avulla reaktiomallin muuttaminen taustalla olevaan ongelmaan vasta auttaa poistamaan taipumuksen leimahduksiin.

Akuutteja hoitaessa tulee huomioida välttömät muutokset tavanomaiseen. Tieto yksilön perusominaisuuksista ei ole keskiössä, vaan se miten hän reagoi niin sairautensa tilaan kuin siihen liittyviin oireisiin. Myös seikat, jotka vaikuttavat oireisiin joko niitä helpottaen tai pahentaen ovat akuutissa huomioitava tarkasti. Sillä voi olla valintaan merkittävä vaikutus, koska oireiden määrä on jo lähtökohtaisesti pieni. Akuutissa lääkenevalinta tehdään varsin suppean oirekokonaisuuden ja vähien yksityiskohtien pohjalta, mikä eroaa kroonista hoidettaessa, jolloin laajat tiedot ihmisen elämänkaaresta tapahtuneista sattumista ja vaiheista otetaan huomioon kiinnittäen huomio hänen reaktioihinsa ja kokemukselliseen suhtautumiseensa näissä tilanteissa.

Kehon ja mielen tasapaino

Homeopatiassa mielentilan arviointi on tärkeä osa lääkenevalintaa. Mielen oireita pidetään tärkeinä ja jotkut ajattelevat sairauden alkavan mielentilan vaikutuksesta, minkä vuoksi mieleen liittyvät oireet olisivat erityisen tärkeitä, mitä ne toki oikeassa asiayhteydessä ovatkin.

Mutta akuuttien kohdalla tilanne on usein oikeastaan päinvastainen. Akuutti infektio kehittyy yllättäen ja nopeasti, vointi heikkenee, oloila huonontuu vakioon verrattuna ja reaktiona muuttuneeseen tilanteeseen mielentilakin muuttuu.

Kroonisessa sairaudessa mielen- ja/tai tunnetasolla on jokin asia nakertanut pitkään kuin vesitippa kiveä, kunnes siihen syntyy lovi. Mieltä kalvava asia puhkeaa fyysisellä tasolla sairauden kukkaan ajan kanssa ja kehittyä olosuhteiden salliessa vakavammaksi.

Mutta yhtäkaikki, mielentilan arviointi on silti tärkeä, sillä on eroa, onko reaktio akuutin sairauden edetessä pelokkuutta, kiukkua vai vaateliaisuutta esimerkiksi mielihaluihin tai ympäristön laatuun nähden. Eri lääkeaineet ilmentävät mm. edellämainituin tavoin suhdetta tavallisuudesta poikkeavasti muuttuneeseen olotilaan.

Krooniset sairaudet

Kuten edellä jo viitattiin, kroonisilla sairauksilla on tapana hiipiä hitaasti elämään ja niiden kanssa tavallaan totutaan elämään, kunnes elämän helpo ja luonnollisen virtaus jossain vaiheessa jähmettyy ja vesi samentuu. Yksilön elämässä ilmentyvän dynaamisen miasmaattisen taipumuksen ajatellaan synnyttävän tai toimivan moottorina sairauden kehitykselle ja riip-puen miasmaattisesta perimästä taudinkuva kulkee tiettyä tahtia ja sille kehittyä omanlaisensa laatu. Kuten akuuteilla sairauksilla on kroonisilla-kin jokin laukaiseva tekijä, jonka koettuaan ihmiselle alkaa kehittyä ter-veyshaasteita. Laukaisevan tekijän lisäksi elämässä saattaa olla terveyttä nakertavia ylläpitäviä tekijöitä, yksikin riittää. Ihminen on jäänyt jonkun elämässä toistuvan kuvion pauloihin kuin terveyttä syövyttävän oravan-pyörän kehään.

“ Kirjoituksessa pääpaino asettui enemmän nyt akuuteista kertomiseen, mikä on kosketuspinta, jolla Matti ja Maija Meikäläinen homeopatiaa ensin alka-vat käyttää. Jotta kokemus olisi rohkaiseva, on hyvä tietää mahdollisimman tarkkaan, mihin tilanteessa tulee kiinnittää huomiota, jotta se kannustaa palamaan hoitomuodon pariin, kun tarvetta jälleen tulee. Maallikon on myös ymmärrettävä itsenäisen hoidon mahdollisuuksien rajallisuus ja haettava apua ammatti-laiselta rajojen tultua vastaan, koska silloinkin vielä on paljon tehtävissä tasapainon palauttamiseksi. “

Guy Wurman
www.wurman.co.uk



Homeopatiaa lehmille



"Lehmien homeopaattisella hoidolla vältytään toistuvilla antibioottikuureilla ja antibioottiresistenteillä kannoilla. Myös taloudellisesti se kannattaa, koska maitoa ei mene hukkaan antibiootti varoaikojen vuoksi." -Marjut Roivainen-

Lehmien hoidossa homeopatialla voidaan tukea eläintä monin eri tavoin. Jo vasikan ensihetkissä voi homeopatia olla avuksi. Jos emo saa kipuihinsa Arnicaa, tunnettua homeopaattista ensiapuainetta, osansa niistä saa myös vasikka ja alkuhetket ovat lempeämpiä.

Arnicaa on hyvä antaa myös korvamerkkien laiton yhteydessä, koska se helpottaa kipua ja ehkäisee ongelmia, joita toimenpiteestä saattaisi seurata myöhemmin.

Kylmään maailmaan joutuminen ahtaan synnytyskanavan kautta voi olla aika kova paikka vasikalle. Vasikan näyttäessä elottomalta voidaan sitä kokeilla elvyttää antamalla *Laurocerasusta* tai *Carbo vegetabilista* suoraan vastasyntyneen suuhun. Vasikan kieltäytyessä juomasta tarjottua maitoa voi *Ignatia* auttaa siihen saman aineen auttaessa myös emää vasikkaa vieroitettaessa. *Ignatia* on homeopatiassa paljon käytetty aine eroissa ja suruissa.

Jos poikiminen ei edisty, niin *Caulophyllum* yleensä auttaa käynnistämään synnytyksen uudelleen. Lääkkeen antamisen jälkeen voit käydä kahvilla, minkä jälkeen vasikka on jo mahdollisesti syntynyt, eli auttaa todella nopeasti. Sama lääkeaine toimii monesti myös emännillä synnytyksessä.

Sorkkavaivat ovat melko yleisiä pihattonavetoissa ja myös ne ovat hoidettavissa. Niissä tosin kannattaa olla yhteydessä homeopaattiin oikean lääkeaineen löytämiseksi. Ensiapu ja akuuttien tilanteiden hoitoa pystyvät

emännät ja isännät itsekin antamaan mainiosti. Jos lehmä on polkenut vetimen pään rikki, niin *Arnica* ja *Hepar sulph* estävät haavan ja utareneljänneksen tulehtumista. Puhtautta tosin ei pidä unohtaa, mikä on erittäin tärkeää. Jalkojen revähdykset ovat vaarana silloin, kun pihatossa on juoksullaan oleva lehmä, joka yrittää hyppiä toisten päälle. Revähdyksissä usein *Ruta* tuo avun, kuten ihmisillekin.

Vaikka navetat pyritään rakentamaan mahdollisimman turvallisiksi lehmille, voi siitä huolimatta sattua kaikkea mahdollista ja mahdotonta. Talvella voi ulkona tapahtua liukastumisia (*Arnica*), kesällä voi käärme purra (*Lachesis/Vipera*) tai ampiainen pistää (*Apis*). Kerran eräs meidän oma lehmä tuli navettaan tikku silmäluomessa hangattuaan itseään sähköpylvääseen. Tällöin lehmä sai apua *Ledumista*, joka on paljon käytetty aine silmän pistovammoissa.

Itse sain ensimmäisen kokemuksen homeopatian tehosta hoitaessani lehmää, jolla oli jostain syystä tullut kehoon muutama iso märkäpatti. Annoin *Silicea* useampana päivänä ja - hyi kauhistus - märkäpatti oli puhjennut ja märkä tullut ulos. Näytti ja haisi pahalta, mutta patin näin tyhjentyessä eläin parani ja ruokahalukin palasi paranemisen tapahduttua oikein ja luonnonmukaisesti. Myös kohtutulehduksissa saattaa kohtu erittää märkeä ja tähänkin löytyy apu homeopatiasta. Eli ei kannata säikähtää, jos märkeä alkaa tulla ulos, niin sen kuulukin tulla.

Joskus kävi myös tapaus, jossa lehmä halvaantui laiturille. Annoimme sille homeopaattisia sillä aikaa, kun odottelimme eläinlääkärinä saapuvaksi. Lääkärin lopulta saavuttua ja nähtyään vieraan ihmisen lehmä nousi ylös, ennen kuin eläinlääkäri ehti edes koskea lehmään.

Keväällä kannattaa lehmille antaa *Ledumia* jo ennakolta, ennen kuin hyttysparvet hyökkäävät kimppuun. Hyvä antaa myös hevosille ja muille ulkoileville eläimille. Varsinkin nuorikot saattavat saada ikäviä paukamia hyönteisten puremista.

Homeopatia on siitä ihana tapa hoitaa, että samat lääkkeet auttavat kaikkia eläimiä ja ihmisiä samankaltaisissa ongelmissa. Jos eläimellä on jossain kuuma turvonnut kohta tai sinulla itselläsi, niin voitte ottaa samaa

lääkettä (*Apis*) tai jostain syystä säikähdät niin paljon, että olet sokissa tai eläimesi on säikähtänyt, niin voitte ottaa *Aconitumia*, joka on usein osuva lääke shokki- ja paniikkitiloihin.

“ Aina kun tarvitset, niin homeopaattit ovat varmasti mielellään avuksi. Homeopatialla saat avun pihaton väelle ja itsellesi. “

Artikkelin on kirjoittanut eläinhomeopaatti Marjut Roivainen, joka on työskennellyt alalla jo vuodesta 2003 ja eläinten kanssa sitäkin kauemmin. Lisää tietoa Marjutista löydät osoitteesta



www.elainhomeopaatti.fi



Dr. Schüsslerin
12 Solumineraalia

luonnollista kauneutta ja hyvinvointia



Homeopatiaklinikka.fi



HOMEOPATIAN KÄYTTÖKOKEMUKSIA SUOMESSA

Millaista tietoa meillä on homeopatian käyttäjistä ja sen käytöstä Suomessa? Tätä kysymystä lähdettiin selvittämään osana opinnäytetyötä ja tuloksena syntyi ainutlaatuinen tutkimus, joka tarjoaa arvokasta tietoa aiheesta. Kyselytutkimus kohdennettiin suomalaisille homeopatian käyttäjille ja se keräsi yhteensä 541 vastausta – huomattavasti odotettua enemmän. Tulokset antavat mielenkiintoisen kuvan siitä, kuka homeopatiaa käyttää, mihin tarkoituksiin sitä hyödynnetään ja millaisia kokemuksia siitä on saatu.

Kenelle homeopatiaa?

*“Migreeni loppui
homeopaattisella lääkeaineella.”*

Kyselyn perusteella tavallisin homeopatian käyttäjä on 30-49-vuotias nainen, joka on suorittanut ammattikoulun tai lukion ja työskentelee yrittäjänä. Naisten osuus vastaajista oli peräti 94 % ja ikäluokista 30-49-vuotiaat (48 %) sekä 50-65-vuotiaat (36 %) olivat vahvimmin edustettuina. Koulutustasot jakautuivat melko tasaisesti: ammattikoulu tai lukio (42 %), ammattikorkeakoulu (35 %) ja yliopistotasoinen koulutus (18 %).



Homeopatiasta kuultiin ensimmäistä kertaa yleisimmin perheenjäseniltä tai ystäviltä, mutta myös muiden kanavien, kuten internetin, sosiaalisen median ja terveydenhuollon ammattilaisten kautta.

*“Vauvalla oli vatsakipuja äidin
syömisen takia.
Homeopaattinen rae vei kivut
sekunneissa.”*

Yleisimmin hoidettavat vaivat ja tulokset

*“Vaikean onnettomuuden
jälkeen toivuin ennätysvauhtia
enkä tarvinnut kipulääkkeitä.”*

Kyselyssä kartoitettiin, mihin

vaivoihin homeopatiaa Suomessa käytetään ja millaisia tuloksia sillä on saavutettu. Yleisimmin hoidettuja vaivoja olivat flunssat ja hengitystieinfektiot, onnettomuuksien ja shokkien jälkivaikutukset, ruuansulatusvaivat sekä pelot ja stressi. Vastaukset kattoivat yhteensä 3 571 oiretta tai vaivaa, joista yli 90 %:ssa homeopatia auttoi erittäin hyvin.

Oireet tai vaivat	Käyttänyt	Saanut avun	Avun saaneiden osuus
Flunssa, influenssa, hengitystieinfektiot	443	423	95,49 %
Onnettomuudet, shokkitilat, haavat	376	345	91,76 %
Ruuansulatusvaivat	354	317	89,55 %
Pelot, unettomuus, stressi, ahdistus	351	314	89,46 %
Lihasperäiset kivut, rasitusvaivat	339	304	89,68 %
Kuukautisvaivat ja vaihdevuodet	263	228	86,69 %

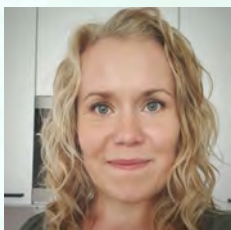
Homeopatian käyttäjät Suomessa ovat tyytyväisiä kokemuksiinsa ja tutkimustulokset osoittavat homeopatian monipuolisuuden sekä tehokkuuden erilaisissa terveyshaasteissa.

*“Heinänuha, joka vaivasi
lapsuudesta asti, ei enää vaivaa
ollenkaan homeopaatin
hoidon ansiosta.”*

Kysely herättää kiinnostusta ja tarjoaa arvokasta tietoa sekä hoitomuodon käyttäjille että sen parissa työskenteleville ammattilaisille.

Tämän pohjalta on hyvä jatkaa kohti entistä syvällisempää ymmärrystä ja laajempia tutkimuksia, jotka palvelevat nykyisiä ja tulevia sukupolvia.

Kysely oli osa Kirsi Airistolan ja Niina Härkkimen Homeopatiaopisto It's Healthissa suorittamaa opinnäytetyötä.



Homeopaatti ja
tunnevyöhyketerapeutti Kirsi Airistola
050 3303 804
www.homeopatiakeskus.fi
www.kirsiairistola.fi





Homeopatiaopisto It's Health Tampere – terveyden ja hyvinvoinnin asialla

Vuoden mittainen Homeopatian perusteet verkkokurssi

Homeopatian filosofia - suomenkielinen materiaali ja opetus, homeopatian rajat ja mahdollisuudet itse- ja kotihoidossa, oirehakemiston eli repertorion perusteet, lääkeaineoppi sisältäen 50 akuuttia lääkeainetta,

Imoittautumismaksu 141€

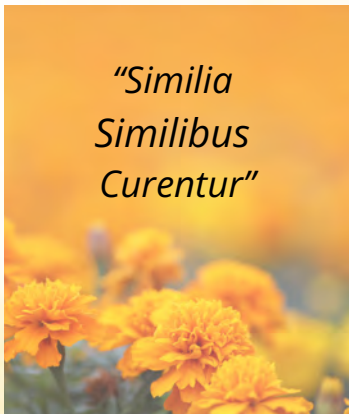
Opintomaksu 900€ (sis. osamaksu mahdollisuuden)

Yhteensä 1041 € (sis. verot)

Kysy lisää ja ilmoittaudu +358 40 565 2566

www.homeopatiaopisto.fi

*"Similia
Similibus
Curentur"*



*Tule mukaan seuraamaan
Homeopatiaopiston sanastoinfoa
Facebookissa tai Instassa!*

<https://www.instagram.com/homeopatiaopisto/>

<https://www.facebook.com/homeopatiaa/>

Kotisivuillemme löydät osoitteesta

www.homeopatiaopisto.fi

Sähköpostia osoitteeseen

koulutus@taimikoulutus.fi

tai koulutus@heleonna.fi



Homeopaattisen lääkkeen vaikutus ei ole plaseboa!

Bryonia alban, homeopaattisen kasvilääkkeen käytöstä kemoterapian sivuvaikutusten lievittämiseksi on julkaistu laadukas tutkimus. Tulokset osoittavat vahvaa näyttöä siitä, että *Bryonialla* voi olla biologisesti merkittäviä vaikutuksia immuunijärjestelmän tukemisessa, mikä haastaa pitkään vallinneen käsityksen homeopatian vaikutusten rajoittumisesta plaseboon.

Tutkimuksen mukaan *Bryonia* voi vaikuttaa positiivisesti immuunijärjestelmän toimintaan kemoterapian aiheuttamassa immuunisupressiossa. Hiirimallissa tehdyt havainnot, kuten verenkuva ja sytokiinitasojen paraneminen, sekä pernan suojaaminen vaurioilta osoittavat, että *Bryonialla* voi olla biologisesti merkittäviä vaikutuksia, jotka eivät selity yksinomaan plasebolla.



Yhteenveto tutkimuksesta - Bryonian käytöstä kemoterapian sivuvaikutusten lievittämiseksi

Tutkimus tarkasteli homeopaattisen lääkkeen *Bryonian* vaikutuksia immuunijärjestelmän toimintaan syöpälääkkeenä käytetyn syklofosfamidin (CPM) aiheuttamassa immuunisupressiossa hiirillä. CPM tunnetaan tehokkaana kemoterapeuttisena lääkkeenä, mutta se voi aiheuttaa immuunijärjestelmän heikentymistä ja muita haittavaikutuksia, kuten oksidatiivista stressiä ja tulehdusta.

Keskeiset havainnot



Veriarvot ja immuuniparametrit:

Bryonia paransi merkittävästi punasolujen (RBC), valkosolujen (WBC) ja hemoglobiinitasojen laskua, joita CPM aiheutti.

Elinten kunto:

BA suojasi pernan ja kateenkorvan rakennetta CPM:n aiheuttamilta vaurioilta ja säilytti niiden toiminnalliset ominaisuudet.

Sytokiinit:

BA lisäsi sytokiinien (IL-2, IL-4, TNF- α ja IFN- γ) tuotantoa seerumissa ja pernassa, mikä viittaa sen immuunivastetta stimuloivaan vaikutukseen.

Histologiset löydökset:

Pernan kudoksenäytteissä BA-hoito säilytti normaalin valko- ja punasellun rakenteen ja lisäsi lymfosyyttien tiheyttä.

Johtopäätökset

Bryonian suuret laimennokset (C6, C30, C200) osoittivat lupaavaa immunostimuloivaa vaikutusta CPM:n aiheuttamassa immuunisuppressiossa. Tämä viittaa siihen, että *Bryonia* voisi toimia tehokkaana lisähoitona kemoterapian aiheuttamien haittavaikutusten lievittämisessä.

Tutkimus korostaa tarvetta lisätutkimuksille, jotta *Bryonian* tarkat vaikutusmekanismit ja mahdolliset kliiniset sovellukset immuunivälitteisissä sairauksissa voidaan ymmärtää paremmin.

Tutkimuksen tulokset tarjoavat pohjan jatkotutkimuksille *Bryonian* käytöstä immunomodulaattorina, mikä voisi edistää homeopaattisten lääkeaineiden kehitystä immuunijärjestelmää tukevinä hoitoina.

“Bryonian lisäksi on olemassa monia muitakin homeopaattisia valmisteita, joita käytetään syöpähoitojen tukena yksilöllisesti räätälöidyissä hoitoprotokollassa. Tämä teksti ei korvaa lääkärin tai ammattihomeopaatin vastaanottoa.

Jos tarvitset homeopaattista hoitoa, suosittelen kääntymään koulutetun ammattilaisen puoleen.”

“Vastaanottotyö on sydäntäni lähellä ja toimin myös kouluttajana.

Olen omistanut homeopatiaopiston vuosina 1997-2005.

Lisäksi olen aikuiskasvatustieteen maisteri ja opiskellut psykologiaa sivuaineena Helsingin yliopistossa.

Erityisosaamiseni ovat haastavat elämäntilanteet, unetto-muus, alakuloisuus ja traumat. Keskittymis- ja oppimishäiriöiden hoito lapsilla ja nuorilla. Yleiset terveyshaasteet naisilla ja miehillä.”



www.wellnesslab.fi

✉ info@wellnesslab.fi

040-5020353

Face@wellnesslabcamilla



TASKUPAATTI

Homeopaatti aina kätesi ulottuvilla



HOMEOPATIAKESKUS

050 557 5725

Joka päivä klo 10-11 ja 20-21
(1,99€/min + ppm).



www.homeopatiakeskus.fi

Haukkumatta Paras – Tassuterapeuttiemme Hyvinvointia Tukeva Homeopaattinen Hoito



“Homeopatia tukee tassuterapeuttiemme hyvinvointia ja terveyttä, aivan kuten se tekee hihnan toisessa päässä olevalle kanssakulkijalle. Erona eläinten hoitoon on lajityypillisen ”kielen ja ilmaisutapojen” huomioiminen ja tunnistaminen niin arjessa kuin vastaanotolla. “

-Jaana Koléhmainen -

Tassuterapeuttimme elävät ja ilmentävät aina ”tässä ja nyt” -hetkeä ja olotilaa. Koirilla ei ole kykyä, halua eikä tarvetta kääntää asioita parhain päin, sillä vain tämä hetki on merkityksellinen ja tärkeä. Yhtä kaikki laumadynamiikka, mukaan lukien meidät kaksijalkaiset, elinolosuhteet, virikkeet, ravintoon liittyvät tekijät, yksilöllinen tapa aistia ja reagoida erilaisiin ärsykkeisiin, jne. ovat tärkeä osa homeopaattisessa hoidossa huomioitavaa kokonaisuutta. Kaikista em. muuttujista johtuen myös koirien homeopaattinen hoito ja sopivimman homeopaattisen lääkeaineen löytäminen on yksilöllisesti etenevä prosessi.

Välillä eläimen hyvinvointia häiritsevä tekijä poistuu liki välittömästi, välillä jotain olennaista jää huomioimatta tai terveyden palautumisen tiellä on useampia eri muuttujia, jotka vaativat oman aikansa, useamman tapaamisen ja vaiheittaisen etenemisen kehon tarpeita ja reaktioita kunnioittaen. Tässäkin tapauksessa kodin huoltojoukot huomaavat usein hienoisia paranemisen merkkejä, kuten esim. vetäytymisen väheneminen, leikkisyyden ja ruokahalun palautuminen, reaktiivisuuden helpottaminen, homeopaattisen hoitoprosessin edetessä.

Omistajan rooli hoidettavan tilan ja reaktioiden sekä pientenkin muutosten havainnoimisessa arjen askareissa on korvaamattoman tärkeää. Kaikki muutokset aiempaan ovat homeopaatille tärkeitä tiedon muruja jatkohoidon kannalta. Hoidon alkuvaiheessa monet kokevatkin tämän haasteelliseksi, jopa jännittäväksi: osaanko, näenkö, mihin pitäisi kiinnittää huomiota?? Epävarmuuteen auttaa parhaiten face-to-face tapaamiset hoitavan eläinhhomeopaatin kanssa – ajan myötä omistajista kehkeytyy oman eläimensä hyvinvoinnin ”suurmestareita”.



Keskustelun edetessä eläin poikkeuksetta aina ilmentää asioita, jotka ovat itselle arkipäivää, ”noinhan se on aina tehnyt, enpä ole huomannut seurata”, jotka kuitenkin kiinnittävät ulkopuolisen havainnoijan huomion ja joita kenties kannattaa lääkeaineen antamisen jälkeen ”seurata syrjäsilmillä”. Koira kokee usein tuijottamisen ja intensiivisen katseella seuraamisen häiritseväenä, jopa uhkaavana – tästä syystä hienovarainen havainnointi on paitsi kohteliasta myös huolestumista vähentävää.

Samoin voi käydä myös eläintä videoitaessa, eläin jännittyy ja normikäytös sekä kehonkieli muuttaa helposti muotoaan spontaanista ns. ”käskyn alla olevaksi”.



Eläinhhomeopaatin vastaanotolle on hyvä hakeutua mm. silloin, kun koirasi vaivat – suolisto, iho, kirputus, niveloiireet, korvat, närästys, pelot, jne. ilmenevät ensimmäistä kertaa tai palaavat yhä uudestaan tai kun haluat tukea kehoa lempeästi sen eri ikäkausina tai kun käytetty hoito ei tunnu sopivan tai kun haluat oppia, kuinka parhaiten auttaa omaa eläinyksilöäsi arjen haasteissa.

Optimaalisesti paljon ennen kuin toteat, että ”kaikkea on jo kokeiltu, mikään ei tunnu auttavan, vaihtoehdot ovat vähissä”. Valitettavan usein homeopatia unohdetaan varteenotettavana kehon omia paranemisprosesseja edesauttavana, kiputiloja helpottavana ja ennen kaikkea lempeänä ja sivuoireettomana tukihoitomuotona pitkittyneiden ja ns. parantumattomien tilojen yhteydessä. Soisinkin eläinten hyvinvointiparadigman kääntyvän sairauden hoidosta terveyttä lempeästi ylläpitäväksi ja ennalta ehkäiseväksi arjen toiminnaksi.

Huomioidessamme hienoiset ensioireet ja muutokset tassuterapeuttimme käytöksessä ja tarjotessamme niihin juuri hänelle siinä hetkessä sopivimman tuen esim. homeopaattisena lääkeaineena, ei tilanteen tarvitse eskaloitua sairaudentilaksi. Vastaavasti silloin, kun sairautta on syytä hoitaa, eläimesi mitä todennäköisimmin vastaa hoitoon paremmin ja nopeammin.



Akuuttitilanteiden kotihoito sen sijaan sujuu mainiosti, kun sinulla on perustiedot homeopatian toimintaperiaatteista sekä homeopaattisista akuuttiaineista – ja tietenkin, että nämä akuuttiaineet ovat sinulla jo olemassa.

Huomioithan, että jos samainen vaiva uusii uusimistaan, ei kyseessä ole enää akuuttivaiva – vaan on hyvä kääntyä kierteen katkaisemiseksi eläinhomeopaatin puoleen.

On hyvä myös pitää mielessä, että jos valitsemasi homeopaattinen lääkeaine ei helpota tai muuta tilannetta mitenkään kolmen annoksen jälkeen, on ainevalinta tai sen vahvuus todennäköisimmin väärä.

Olethan myös realistinen – mikäli tilanne on vakava ja vaatii eläinlääkärissä käyntiä, varaa aika ja tukihoitoa tarvittaessa homeopatialla ennen vastaanotolle pääsyä!



“ Itse kuljetan koiralenneilla aina matkassa seuraavia homeopaattisia lääkkeitä – näistä on apua tarvittaessa niin itselle, omille koirille kuin kanssakulkijoille ”

Arnica yllättävien kaatumisten, liukastumisten, kolhujen, törmäysten, putoamisten, ym. varalta.

Aconitum auttaa itseä ja koiria pelästymisten jälkeen, stressitasot & kiihtymys laskevat, hengitys ja ajatus alkavat kulkea normaalisti ja toimintakyky palautuu.

Hypericum siltä varalta, että varpaat, kynnet, häntäluu, ranka, hampaat – eli hermoherkät alueet – joutuisivat yllättävän vamman kohteeksi.

Nux-vomica mahdollisten reitiltä löytyvien ”herkkujen” maistamisesta aiheutuviin oireisiin, oksenteluun tai vatsan väänteisiin.

Apis etenkin kesäaikana paarmojen, ampiaisten, hyönteisten puremista koituviin kipureaktioihin ja mahdollisiin silmien ärsyntyymiseen. Tarkistuta silmät eläinlääkärillä haavojen yms varalta, mikäli vaiva jatkuu.

Ledum mikäli huomaa lenkillä karvan alta pilkistävän punkin, etenkin jos iho-alue näyttää poiston jälkeen ärsyntyneeltä tai kutisevalta. Ledumista on hyötyä myös silloin, jos oma tai vieras koira sattuu kiihdyksissään puraisemaan.

Vipera kesäkauden ykkönen, kun liikun ”käärmealueella”. Vipera, Ledum ja hyvä kantokassi ovat ehdoton ensiapu lenkiltä eläinlääkärin vastaanotolle kiidettäessä.

Pur-kaupan numero on syytä tallentaa puhelimeen homeopaattisen lääkeainevaraston täydentämistä varten! Nautinnollisia tassutteluja & lisätietoja: www.vitalvision.fi/elainhomeopatia





*Homeopatia, ammattikoulutukset, HomeoMamas kurssit,
mentorointi, astrologia, raskaus- ja synnytysvalmennukset
25 vuoden kokemuksella.*

Reeta Pohjonen Homeopathy
www.reetapohjonen.com



Naishormonien merkitys

Hormonijärjestelmä vaikuttaa kaikkiin elimiin ja elinjärjestelmiin joko suoraan tai epäsuorasti. Naishormonit vaikuttavat sukutoimintojen lisäksi aineenvaihduntaan, unenlaatuun, aivojen toimintaan, muistiin, mielialaan, stressinsietokykyyn sekä luuston, ihon ja hiusten hyvinvointiin. Hormonaalinen tasapaino on siksi tärkeä osa naisen kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Kuukautiset ovat keskeinen osa naisten terveyttä, hedelmällisyyttä ja seksuaalista hyvinvointia. Säännölliset kuukautiset ja normaali ovulaatio ennen vaihdevuotia hyödyntävät naisen terveyttä monella muullakin tavalla, mm. vähentämällä osteoporoosin, rintasyövän ja sydänsairauksien riskiä.

Varsinaisia naissukuhormoneja ovat estrogeeni ja keltarauhashormoni. Niiden välinen vuorovaikutus ja pitoisuus suhteessa toisiinsa vaikuttaa suuresti hormonaaliseen tasapainoon ja hyvinvointiin. Tärkein tapa tuottaa naissukuhormoneita on luonnollinen kuukautiskierto ja säännöllinen ovulaatio.

Kuukautiskierto voi olla epäsäännöllistä ja kuukautiset liian runsaita niin kuukautisten alkaessa murrosiässä kuin ennen niiden loppumista perimenopauksissa. Siinä mielessä nämä kaksi tärkeää siirtymää naisen elämänsäkaressa muistuttavat toisiaan.

Kuukautisten alkamisvaiheeseen liittyvä vuotohäiriö voi johtua munarakkulan kypsymishäiriöstä ja siitä seuraavasta keltarauhashormonin vajavuudesta. Lisäksi androgeeneja eli miessukuhormoneja voi muodostua liikaa. Yleensä kyseessä on normaali ja murrosikään liittyvä, iän myötä korjaantuva ongelma.

Hedelmällisessä aikuisiässäkin on mahdollista, että ovulaatiota ei tapahdu joka kuussa, vaikka kuukautisvuotoa tulisikin normaalisti. Myös e-pillerit estävät ovulaation. Ilman ovulaatiota ei muodostu luonnollista keltarauhashormonia, vaikka estrogeenia syntyy, mikä vaikuttaa epäedullisesti hormonitasapainoon.

Epätasapainoa voivat aiheuttaa myös liialliset androgeenit ja/tai liian matalat estrogeenit, jonka syynä voi olla PCOS. Myös monet muut hormonit, kuten prolaktiini, insuliini ja kilpirauhashormonit voivat vaikuttaa sukupuushormonien epätasapainoon.

Naishormonijärjestelmä ja ovulaatio ovat herkkiä monille häiriötekijöille. Liian niukka ravinto, kova liikunta, jatkuva stressi tai äkillinen sokki tai suru voivat vaikuttaa ovulaation heikkenemisen lisäksi myös kuukautisten poissjääntiin. On näyttöä siitä, että nykyajan ravinto, elintavat, stressi, kipulääkkeet ja ympäristön kemikaalit rasittavat elimistöä ja häiritsevät hormonitoimintaa. Siksi yhä nuoremmilla naisilla voi olla merkkejä hormonitoiminnan epätasapainosta.

Matala keltarauhashormoni voi ilmetä runsaina kuukautisina, turvotuksena, mielialan vaihteluina ja hedelmällisyysaasteina. Tämän tilan yleisyydestä huolimatta monet naiset eivät tiedosta, että vähäinen keltarauhashormoni voi olla syynä moniin hormonaalisiin ongelmiin, kuten PMS-oireisiin, aineenvaihdunnan hidastumiseen, ahdistuneisuuteen ja uniongelmiin. Toisen syy ongelmiin hedelmällisessä iässä voi olla liiallinen estrogeeni ja/tai sen liian hidas poistuminen elimistöstä, mikä voi aiheuttaa estrogeenidominanssia ja sen lukuisia oireita.

Viime vuosikymmeninä kehityssuunta on ollut, että naisten hormonitoimintaan puututaan yhä useammin. Kuukautisiin liittyvät ongelmat pyritään ratkaisemaan keinoilla, jotka estävät luonnollisen kierron. Tällä tavalla voidaan päästä eroon häiritsevistä oireista, mutta valitettavasti ei ratkaista oireiden taustalla olevia syitä.

E-pillereillä ja muilla hormonivalmisteilla voi olla paikkansa, mutta tulee tiedostaa, että ne vaikuttavat naisen omaan hormonituotantoon. Yleisiä valituksia synteettisten hormonivalmisteiden käytön aikana ja jälkeen on mm. kuukautisvaivat, hedelmättömyys, haluttomuus, PMS-oireet, mielialaongelmat, hiivatulehdukset, päänsäryt ja kilpirauhasongelmat. Siksi yhä useampi nainen pyrkii tukemaan kuukautiskiertoaan ja hormonitasapainoaan luonnollisin keinoin.

Homeopatia ja naistenveys

Homeopaattiset lääkeaineet on tehty pääsääntöisesti kasveista, mineraaleista ja eläinkunnan tuotteista.

Homeopaattisia aineita valmistetaan myös hormoneista, esim. Folliculinum (valmistettu estronista), Progesterone (keltarauhashormonista), Oxytocine (oksitosiinista), Cortison, Serotonin, Dopamin jne.

Homeopatia sopii käytettäväksi koululääketieteen rinnalla sekä yhdessä ravintolisien kanssa. Homeopatia on lempeä hoitomuoto, jolla voidaan hoitaa ja tukea kaiken ikäisiä naisia heidän koko elämänkaaren aikana. Homeopatiaa voidaan käyttää tukemaan normaalia kuukautiskiertoa ja hedelmällisyyttä sekä myös raskauden aikana, synnytyksessä ja sen jälkeen. Myöhemmällä iällä homeopatiasta on apua esi- ja vaihdevuosisoireiden helpottamisessa ja tukemaan sopeutumista laskeviin hormonitasoihin.

Kuukautisongelmien helpottaminen luonnonmukaisesti

Homeopaattisella hoidolla voidaan tukea kuukautiskiertoa ja vähentää siihen liittyviä ongelmia kuten kovia kuukautiskipuja. Kuukautiskivut liittyvät monen tytön ja naisen arkeen. Normaali kuukautiskipu on suhteellisen lievää, kestää 1-2 päivää kuukautisten alussa ja on hallittavissa luonnonmukaisilla keinoilla. Mikäli kipu on tästä selkeästi voimakkaampaa ja vaatii kivunlievityslääkkeitä, on syytä tutkia taustalla olevia syitä.

Tärkein luonnollinen keino kivun lievittämiseen on magnesium. Se vähentää prostaglandiineja ja rentouttaa kohdun lihaksia. Muita suositeltavia ovat Omega 3 ja kurkumiini, jotka auttavat vähentämään prostaglandiineja, tulehdusta ja sitä kautta kipua. Muita tärkeitä ravintoaineita ovat B6- ja B12-vitamiini, folaatti, C-, D3- ja E-vitamiini, jodi, seleeni, sinkki ja rauta.

Ravintoaineiden saanti edellyttää päivittäin monipuolista ja laadukasta ruokavaliota. Monia ravintoaineita saadaan ainoastaan tai parhaiten lihasta. Lisäksi ruoan tehotuotanto ja prosessointi vähentävät ravintoaineiden pitoisuuksia. Ongelmana voi olla myös suoliston heikosta kunnosta johtuva huono imeytyminen.

Homeopatiassa usein käytetty aine kuukautiskipuihin on Magnesium Phosphoricum. On monia muitakin kipuja ja krampeja lieventäviä lääkkeitä kuten Chamomilla, Colocynthis, Sabina, Belladonna.

Yksilöllinen aine valitaan tarkemman oirekuvan, mm. kipujen laadun mukaan ja hoidossa huomioidaan fyysisten oireiden lisäksi myös mieli ja tunteet, jotka ovat tärkeitä varsinkin naistenvaivojen tukihoiossa. Homeopaattisilla aineilla on omat oirekuvansa ja siksi valitaan aine, joka parhaiten vastaa henkilön tilaa, esim:

Nux Vomica: Krampit vatsassa ja alaselässä, pahoinvointi. Mieli on kärsimätön ja henkilö on usein stressaantunut ja suorituskeskeinen. Hän tarvitsee kahvia ja muita stimulantteja.

Cimicifuga: Säteilevät kivut puolelta toiselle. Pääkipua ja niskakipua. Mieli on hyvin synkkä ja toivoton.

Sepia: haluton, välinpitämätön läheisiään kohtaan koska on uupunut jatkuvasta ylisuorittamisesta. Ongelmia voi ilmetä myös synteettisten hormonivalmisteiden jälkeen.

Chamomilla: kovat kivut, kuin synnytyksessä ja säteilevät reisiin. Mieli on kiukkuinen, levoton ja jopa vihainen.

Colocynthis: Kouristuksenomaiset kivut vatsan ja alavatsan alueella, joihin voi liittyä oksentamista. Taustalla voi olla tukahdettua vihaa ja suuttumusta.

Naisella voi olla negatiivinen suhtautuminen kuukautisiin, mikä voi johtua useista tietoisista tai tiedostamattomista syistä ja traumaattisista kokemuksista. Tämän takia syvemmälle menevä ja kokonaisvaltainen homeopaattinen konsultaatio ja rakennehoito voi olla hyödyksi myös tukemaan naiseutta ja suhtautumista omaan feminiiniin energiaan.

Ovulaation estäminen synteettisillä hormoneilla voi heikentää munasarjojen normaalia toimintakykyä.

Homeopatiaa käytetään nopeuttamaan elimistön sopeutumista ehkäisyvalmisteiden lopettamisen jälkeen, vaikka siitä olisi mennyt jo pidempi aika. Sepia ja Follicullinum ovat tähän usein käytettyjä aineita, mutta näissä tapauksissa on parasta konsultoida ammattihomeopaattia, joka on perehtynyt asiaan.

Asiakastyössä hyödynnän Homeopathic Detox Therapy menetelmää, jossa yhdistyy homeopaattinen rakennehoito, hormonaalisten aineiden, antibioottien ja muiden kemikaalien detox sekä maksan ja suoliston tuki. Menetelmässä käytetään homeopaattisia kuureja ja tarvittaessa ravintolisiä. Siinä voidaan hyödyntää laboratoriotestejä, joilla sukuhormonitasot voidaan mitata ja seurata.

Hoitoa tukee monipuolinen terveellinen ruokavalio ja elintavat.

KOKONAISVALTAISTA TUKEA HORMONITASAPAINOON

- hormonikonsultaatiot:
mm. PMS, PCOS, lapsettomuus,
esi- ja vaihdevuodet
- homeopaattinen
rakennehoito & detox ohjelma
- DUTCH hormonitestit , GI Map suolistotesti, Nordic Panel
- Geenitestit mm. DNA Hormones ja DNA GrowBaby
- yksilöllinen ravintoneuvonta & ravintolisät
- bio-identtiset hormonivalmisteet



Daniela Salomaa
www.danielasalomaa.com
040 7314011



Vastaanotto Helsingissä sekä etävastaanotto

HOMEOPATIAA EUROOPASSA

Itävallassa homeopatia on suosituin täydentävä lääkintähoito ja 42 % väestöstä (52 prosenttia naisista) on käyttänyt sitä.

Sveitsissä homeopatia on integroitu terveydenhoitoon ja se kuuluu paikallisen kela- korvattavuuden piiriin.

Belgiassa 46 % kotitalouksista on käyttänyt homeopaattisia lääkkeitä

Ranskassa 79 % ihmisistä on käyttänyt homeopaattisia lääkkeitä jossain vaiheessa elämäänsä - suurin osa heistä (58 %) useita kertoja. 52 % ihmisistä sanoo käyttävänsä homeopatiaa

Saksassa valtaosa väestöstä (94 %) on kuullut homeopatiasta.

60% 16 vuotta täyttäneistä on käyttänyt niitä (v. 2022)

70 % yli 18-vuotiaista saksalaisista suhtautuu avoimesti homeopatiaan.

Homeopatia on suosituin vanhempien käyttämä täydentävä lääkintähoito lapsilleen.

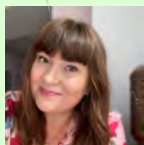
Italiassa 86 % tuntee homeopatian ja yli puolet on käyttänyt sitä elämänsä aikana. Hiukan alle puolet kansalaisista viimeisen kahdentoista kuukauden aikana. 66% italialaisista luottaa homeopaattisiin lääkkeisiin ja 60% odottaa käyttävänsä homeopatiaa tulevaisuudessa.

Espanjassa 47 % espanjalaisista on käyttänyt homeopatiaa elämänsä aikana - ja määrä on kasvanut: 33 % vuonna 2011 - ja 52% harkitsee sen käyttöä tulevaisuudessa. Kaksi kolmasosaa kansalaisista on kuullut homeopatiasta.

Tämän raportin tiedot on saatu useista julkisesti saatavilla olevista lähteistä - sekä markkinatutkimuksista että julkaistuista ja vertaisarvioituista tutkimuksista.

Lähde: <https://echamp.eu/.../2023-hamps-who-uses-and-why-final>,
<https://www.hri-research.org/>

Palveluhakemisto



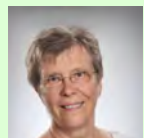
Homeopaatti Jonna Laukkanen

Vastaanotto /Etävastaanotto Luotsikatu 5, Helsinki, Joensuu (sop. mukaan)
www.jonnalaukkanen.fi, 040 559 0450



Homeopaatti Barbro Granholm, 040 732 4604

Vastaanotto Kalkkivuorentie 2 d 6, 00760 Helsinki / Etävastaanotto
suomi ruotsi ja englanti
040 732 4604



Klassinen homeopaatti Marita Leppänen

Vastaanotto Helsingissä / Etävastaanotto
www.vitalina.fi



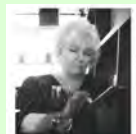
Klassinen homeopaatti ja ravintoneuvoja Tiina Puranen

Vastaanottoni sijaitsee Espoossa Leppävaarassa ja toimin myös etänä.
Myös akuutit konsultaatiot @homeopatiapaivystys.
www.homeo.fi, www.biobalancelstudio.fi, 044 552 8422



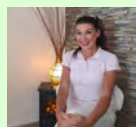
Camilla Sherr PCH. F.S.Hom

On-line vastaanotto, också på svenska, also in English
<https://camillaclinic.setmore.com>
www.camillasherrhomeopathy.com



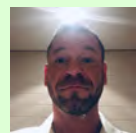
Homeopaatti Marita Matikainen

Oulu/etävastaanotto, 26 vuoden kokemuksella, Consultation also in English
www.oulunhomeopaatti.fi, maritahomeopaatti@gmail.com, 044 724 1177



Homeopaatti Anne Vuotari

Helsingissä Vallilassa, Sturenkatu 43, HELSINKI / Etävastaanotto
www.annevuotari.fi, 040 535 0161



Tero Lahtinen, Casa Medica

Homeopatia, osteopatia, hieronta
Vääksy, Jämsä,
tero.lahtinen@temaho.fi, 0400 438 811



Annastiina Honkanen, Hoituhuone Ogelia

Homeopatia, hieronta, vyöhyketerapia
www.ogelia.fi, 050 347 1037

LISÄÄ HOMEOPAATTEJA LÖYDÄT OSOITTEESTA
[HTTPS://WWW.HOMEOPAATTIT.FI/ETSI-HOMEOPAATTI/](https://www.homeopaattit.fi/ETSI-HOMEOPAATTI/)

Rakkaudesta homeopatiaan

PUR sai alkunsa halusta tuoda vahvemmin suomalaisten saataville manner-Euroopan apteekkeista tutut homeopaattiset valmisteet. Valikoimaamme kuuluu laaja repertuaari lääkaineita eri potensseissa, mm. kaikki ruotsalaisen DCG:n Suomessa rekisteröidyt valmisteet, englantilaisen Helioksen ja sveitsiläisen Schmidt-Nagelin yksittäisaineet sekä saksalaisen Dr. Reckewegin yhdistelmävalmisteet.

Myymälässämme Helsingin Kampissa palveluksessasi on ammattihomeopaatti, joka opastaa sinua tuotevalinnoissa. Kotiin tilaaminen onnistuu kätevästi verkkokaupastamme pur-kauppa.fi, mutta myös laskulla. Homeopatian lisäksi valikoimassamme on runsaasti muita laadukkaita luontaistuotteita tukemaan kokonaisvaltaista hyvinvointiasi. Tervetuloa tutustumaan!

HOMEOPATIAN & LUONTAISEN HYVINVOINNIN ERIKOISLIIKE

PUR Hyvinvointikauppa
Urho Kekkosen katu 8
00100 Helsinki

Asiakaspalvelu: 029 3400 254
Tiedustelut ja tilaukset:
farmasia@pur-kauppa.fi
Verkkokauppa: pur-kauppa.fi



PUR