



Kotiapteekkikurssilla opiskellaan yleisimmät homeopaattiset valmisteet

Akuutteihin vaivoihin löydetään oikea tuote

Laura Laitila (oik.) saapui kurssille lapsenlapsensa Sannin kanssa Äänekoskelta. Laitila kertoo käyttäneensä homeopatiaa menestyksekkäästi moneen vaivaan: erinomaisen avun hän on saanut muun muassa vaihdevuosisoireisiin. Sanni on isoäitinsä jalanjäljissä tottunut käyttämään homeopatiaa monipuolisesti erilaisiin oireisiin.

Homeopaattinen kotiapteekki helpottaa perheen vaivoissa.

”Oletko kokeillut siihen homeopatiaa” on aika yleinen kysymys luontaisista hoitomuodoista kiinnostuneille. ”Mielelläni minä, mutta kun en ymmärrä siitä yhtään mitään”, lienee kysymykseen lähes yhtä yleinen vastaus.

Homeopaattisten tuotteiden monimutkaiset latinankieliset tuotenimet hämmentävät ja muutenkin koko touhun yllä leijuu

epämääräinen salaperäisyyden verho. Homeopaattisella kotiapteekkikurssilla mystisyyden utu hälvenee: akuutteihin vaivoihin on lopulta aika helppo valita oikea tuote.

Nuppineulanpään kokoisia pallerota

Pöydällä on toistakymmentä ruskeaa lasipulloa, jotka pääl-

lisin puolin näyttävät aivan samanlaisilta. Etiketeissä on kummallisia sanoja: Aconitum D12, Belladonna D6, Chamomilla C12, Rhus Toxicodendron C6. Kaikissa purkeissa on tismalleen samannäköisiä valkoisia, nuppineulanpään kokoisia pallerota, jotka maistuvat lähinnä sokerilta.

Homeopaatti **Outi Korpela** vakuuttaa, että pulloista löytyy toinen toistaan tehokkaampia

homeopaattisia lääkkeitä, jotka tekevät mitä erilaisimpiin vaivoihin. Yhtä voi ottaa kivaan yskään ja toista mustelmia estämään, kolmas tepsii turvotukseen, neljäs lievittää synnytyskipuja ja viides helpottaa migreeniä.

Eikä oikean tuotteen valitseminen ole kuulemma edes hankalaa. Valitsee vain oireen mukaan oikean valmisteen, liu-

ottelee rakeen kielen alla ja odottelee oireiden hellittämistä.

– Kotiapteekkikurssilla keskitytään akuuttien vaivojen homeopaattiseen kotihoitoon. Kroonisten sairauksien ja pitkäaikaisempien vaivojen hoitaminen homeopaattisesti on paljon monimutkaisempaa ja vaatii konsultti-taatiota koulutetun homeopaatin luona, Korpela lisää.

Samankaltaisuuden periaate

Korpela kertoo hieman homeopatian historiaa. Hoitomuoto on peräisin 1700-luvun Saksasta ja perustuu ajatukseen samankaltaisuudesta. Sen sijaan, että unettomuudesta kärsivää hoidettaisiin unettavilla aineilla, hänelle annetaan pikkuannos sellaista lääketta, joka suurina annoksina aiheuttaa unettomuutta.

Kuumepotilaalle ei anneta kuumetta alentavaa valmistetta vaan mikroskooppinen määrä sellaista ainetta, joka suurina määrinä nostaisi kovan kuumeen.

Oikean valmisteen valinta on tärkeää. Ei riitä, että potilas kertoo päänsärystä, vaan hänen on osattava kuvailla tarkemmin, millaista särky on ja millaista mielialaa se aiheuttaa sekä mitä muita oireita kipuun ehkä liittyy.

– Mitään vahinkoa ei pääse tapahtumaan, vaikka valitsisikin väärän tuotteen – toki pitkäaikaisessa käytössä ongelmia voi tulla, mutta akuutteihin sairauksiin ei käytetä pitkiä kuureja. Hoitovasteen huomaa yleensä nopeasti, jos valinta osuu kohdalleen: oireet voivat helpottaa jo yhden rakeen jälkeen, joskus joudutaan ottamaan useampi, Korpela täsmentää.

Vaikuttavat aineet ovat erivahvuisia. Jos pullossa lukee D6, D12 tai D30, tuote sopii taatusti kotikäyttöön. Myös C6, C12 ja



Homeopatiasta on nykyään saatavilla runsaasti kirjallisuutta myös suomeksi.

C30 ovat niin mietoja, että niitä uskalletaan käyttää ilman koulutetun homeopaatin ohjausta. Kotiapteekkikurssin käyminen on kuitenkin suositeltavaa.

Oikea lääke oikeaan vaivaan

Kotiapteekkikurssilla Korpela esittelee parikymmentä tunne-

tuunta ja käytetyintä homeopaattista valmistetta. Niiden vaikutusalueet voivat olla todella laajoja: esimerkiksi yleinen Arnica montana tepsii vammojen ja tapaturmien yleislääkkeenä, mutta sitä voi käyttää myös aikaerorasitukseen, verenvuotojen tyrehdyttämiseen ja synnytyskipuihin.

– Etelänarnikista valmistettu Arnica on hyvä yleislääke kaikkiin loukkaantumisiin ja kipuihin. Sillä voidaan ehkäis-



Kotiapteekkiin sopivat homeopaattiset valmisteet, jotka on tarkoitettu lyhytkestoiseen ja oireenmukaiseen hoitoon.



**Jyväskylän
Mandalatalolla
järjestetty
Homeopaattinen
kotiapteekki
-kurssi keräsi salin
täyteen väkeä.**

tä mustelmien syntymistä ja nopeuttaa leikkauksista toipumista, Korpela kertoo.

Ehdoton valmiste kotiapteekkiin on myös ukonhatusta valmistettu Aconitum, joka tepsii laaja-alaisesti moniin äkillisiin oireisiin: se on vilustumislääke, joka saattaa selättää myös korvaja kurkkukivun tai päänsäryn.

– Jos oireet pitkittyvät tai ovat ehtineet kunnolla puhjeta, Aconitum ei enää auta. Silloin suosittelen keltaisesta jasmiinista tehtyä Gelsemiumia. Influenssaan taas tepsivät muun muassa Aconitum tai Eupatorium.

Homeopatia ja lääkehoito sopivat yhteen

Jyväskylässä maaliskuussa järjestetty kotiapteekki-kurssi keräsi Mandalatalon salin täyteen väkeä. Jotkut kurssilaiset olivat jo tutustuneet homeopatiaan, toisille aihe oli aivan uusi.

Kaikkia hoitomuodon mahdollisuudet kuitenkin kiinnostivat ja kokemuksia vaihdettiin innokkaasti. Joku kertoi toipuneensa silmäleikkauksesta käsittämättömän nopeasti ho-

meopatian ansiosta, toinen muisteli, miten lapsen kurkunpään-tulehduskierre saatiin poikki homeopaattisilla valmisteilla. Kolmas kertoi, kuinka hoitohevosen tulehdus helpotti yhdellä homeopaattisella pillerillä. tarinat tuntuvat uskomattomilta, mutta kurssilaiset vannovat niiden olevan totta.

– On mielenkiintoista, kuinka parhaat hoitutulokset saadaan usein lapsilla ja eläimillä, jotka eivät voi reagoida hoitoon kuten lumelääkkeeseen! Ihmisten kokemuksia ei pitäisi aliarvioida ja tieteenkin pitäisi alkaa niitä arvostaa – koululääketieteen ja homeopatian ei ole mitään syytä kilpailla, sillä kumpaakin voi hyvin käyttää rinnakkain, ja tilanteen mukaan tulee hakeutua myös lääkärin vastaanotolle, Korpela toteaa.

Homeopaatti iloitsee siitä, että homeopatian suosio kasvaa koko ajan, koulutusta aiheesta järjestetään yhä enemmän ja vastavia kotiapteekki-kursssejakin on jatkuvasti tarjolla ympäri Suomen. *

Teksti ja kuvat:
Kaisa-Liisa Ikonen

Homeopaattisia lääkkeitä on olemassa noin 3000. Koko valtavan lääkeainekirjoa ei kuitenkaan tarvitse opetella, sillä parilla kymmenellä tutuimmalla valmisteella helpotetaan useimpia akuutteja vaivoja.



Mitä homeopatia on?

* Homeopatia on vaihtoehtoinen kokonaisvaltainen hoitomuoto, joka keskittyy ihmisen luonnollisen puolustusmekanismin vahvistamiseen. Homeopaattiset lääkeaineet valmistetaan lähinnä kasveista, mineraaleista ja eläinkunnasta peräisin olevista aineista.

Lääkintämuodon ydinajatus on, että samankaltainen parantaa samankaltaista: esimerkiksi ampiaisen pistosta aiheutunutta kipua voidaan hoitaa ampiaisen myrkystä eristetyllä aineella.

Homeopaattisen lääkinnän annosmäärät ovat todella pieniä. Lääkkeet valmistetaan niin sanotusti potensoimalla: ravistamalla ja laimentamalla. Yksi tippa vaikuttavaa ainetta sekoitetaan tiettyyn määrään tislattua vettä, minkä jälkeen syntyneestä liuksesta otetaan yksi tippa, joka liuotetaan jälleen uuteen vesimäärään. Toimenpide voidaan toistaa kymmeniä kertoja ja liuosta myös ravistetaan tietty määrä joka vaiheessa.

Lopullisessa, potilaalle annosteltavassa lääkeaineessa on vaikuttavaa ainetta jäljellä usein niin vähän, että sitä ei voida kemiallisesti edes havaita. Kuitenkin homeopatiassa ajatellaan, että mitä useampaan kertaan vaikuttava aine on potensoitu, sitä

tehokkaammin lääke toimii.

Tämä onkin perustavanlaatuisen ero homeopaattisen lääkinnän ja koululääketieteen välillä, eikä homeopaattisten valmisteiden toimivuutta olekaan voitu lääketieteellisesti todistaa.

Homeopatiassa ajatellaan, että jo hyvin pieni annos vaikuttavaa ainetta riittää käynnistämään kehon oman puolustusjärjestelmän, joka perustuu ihmisen omaan elämänergiaan, vitaliteettiin. Toisin kuin koululääketiede, homeopatia ei siis pyri nujertamaan sairauden oiretta vaan sen tarkoitus on hoitaa koko ihmistä; vahvistaa ja houkuttaa hänen omaa elinvoimaansa, jotta elimistö itse pystyisi nujertamaan taudinaiheuttajan. Tavoitteena on, että hoidon myötä fyysinen, henkinen ja tunne-elämän tasapaino palautuvat, jolloin myös oireet häviävät.

Vaikka homeopatian vaikutusmekanismia ei nykytieteen valossa pystytä selittämään, kokemusperäiset näytöt hoitomuodon toimivuudesta ovat merkittäviä. Homeopatiaa tarjotaan hoitomuodoksi useissa Euroopan maissa koululääketieteen rinnalla ja muun muassa Hollannissa ja Sveitsissä homeopatia kuuluu sairausvakuutuksen piiriin.

Oikea valmiste oikeaan vaivaan

- * **Ahdistus, pelko:** Aconitum, Arsenicum, Gelsemium
- * **Auringonpistos:** Belladonna, Apis
- * **Hammassärky:** Belladonna, Hypericum
- * **Influenssa:** Aconitum, Gelsemium, Eupatorium, Belladonna.
- * **Korvatulehdus:** Belladonna, Apis, Chamomilla, Hepar Sulfuris, Pulsatilla
- * **Kuume:** Aconitum, Belladonna, Apis, Gelsemium
- * **Matkapahointointi:** Nux Vomica, Cocculus, Ipecacuancha
- * **Nuha:** Nux vomica, Arsenicum album, Hepar sulfuris, Pulsatilla
- * **Pääkipu:** Belladonna, Gelsemium, Nux vomica
- * **Ripuli:** Arsenicum Album, Ipecacuancha, Gelsemium, Veratrum album, Nux vomica
- * **Silmätulehdus:** Euphrasia, Pulsatilla, Belladonna
- * **Unettomuus:** Coffea, Nux vomica
- * **Virtsatietulehdus:** Aconitus, Apis, Cantharis, Belladonna