





# ЗЕЛЕНАЯ АПТЕЧКА


Сопровождение детей и взрослых с диагнозом ДЦП чаще всего, если мы говорим о специфических состояниях, нацелено на решение нескольких задач:

 повышение мобильности, свободы движения

 преодоление мышечной слабости

 уменьшение спастики

 уменьшение боли в суставах

 снижение возбудимости



А также нарушение пищеварения, проблемы с кожей и иные состояния, косвенно связанные с теми, что были перечислены выше.

Эти проявления могут иметь разную степень выраженности, но даже самые легкие формы ДЦП существенно снижают качество жизни человека, становятся препятствием для его социальной жизни, проявления в профессиональном, творческом или личном плане. Для таких ситуаций есть ряд рекомендованных врачами рецептурных лекарств, которые являются первым выбором при острых ситуациях.

Однако, учитывая пожизненную необходимость человека с диагнозом ДЦП справляться с этими состояниями, крайне важно включать в свой образ жизни и систему поддержания своего здоровья методы, подходящие для рутинного каждодневного применения без ятрогенного риска.

Многие специалисты рассматривают обращение к гомеопатическим лекарствам для облегчения этих симптомов, т.к. они могут снизить спастические, судорожные симптомы, снять внутреннее напряжение. И вместе с этим уменьшить лекарственную нагрузку, снять побочные действия других препаратов.

## БАЗОВЫЕ РЕШЕНИЯ ИЗ ГОМЕОПАТИЧЕСКОЙ АПТЕЧКИ

Ниже приведены решения, применяемые в случае эпизодических, не хронических, ситуаций со здоровьем, связанных с физическими нагрузками, независимо от ограничений, которые могут быть у практикующего.

### ПРОФИЛАКТИКА МЫШЕЧНОЙ БОЛИ

Накануне физической нагрузки – Арника монтана С9 (Буарон) по 5 гранул 2 раза в день за 1-2 дня до физических нагрузок.

### УШИБ

Арника монтана С9 (Буарон) по 5 гранул 3 раза в день + Апис меллифика С30 (Буарон) по 5 гранул каждые 30-45 минут до купирования отека в течение одного дня + Арнигель наносить 2 раза в день на место травмы.

### ГЕМАТОМА, СИНЯК

Первое средство – приложить лед на 10-15 минут для замедления кровотока, чтобы синяк не увеличивался в размере. Через полчаса процедуру можно повторить, но злоупотреблять холодом не стоит. Арника монтана С9 (Буарон) по 5 гранул 3 раза в день + Арнигель наносить 2 раза в день на место травмы.

### РАСТЯЖЕНИЯ

Первая помощь – холод и покой травмированного места. При частом растяжении связок Апис меллифика С30 (Буарон) в первый день по 5 гранул каждый час до уменьшения отека и Арника монтана С9 (Буарон) по 5 гранул до 8 раз в день. Со второго дня Арника монтана С9 (Буарон) + Рута гравеоленс С9 (Буарон) по 5 гранул каждого утром и вечером до выздоровления и Калькареа флуорика С15 (Буарон) 5 гранул днем через день 2 месяца.

## СПЕЦИФИЧНЫЕ РЕШЕНИЯ

**АРНИКА** - универсальное гомеопатическое средство при любых видах травм  
Может применяться:

- при двоении в глазах травматического происхождения и параличе глазных мышц.
- для снижения боли после перенапряжения мышц, в т.ч. при субъективном ощущении «побитости», когда контакт с предметами кажется болезненным, как будто в месте соприкосновения синяк.

**Внимание! Препараты АРНИКИ относятся к препаратам выбора для людей с ДЦП вследствие травматичных родов.**



**МАГНЕЗИЯ ФОСФОРИКА** - универсальный гомеопатический спазмолитик.  
Может применяться:



- при судорогах мышц и невралгических болях (спазматические, простреливающие, ослабевающие от тепла)
- при спазматической икоте (сильной, вплоть до рвоты)
- при непроизвольном дрожании кистей, дрожательном параличе, мышечных подергиваниях, судорогах в икрах
- при подергивании век, непроизвольном движении глаз (нистагм), опущении верхнего века (птоз), косоглазии.

## КОККУЛЮС ИНДИКУС

Может применяться как гомеопатическое сопровождение при спазмах и парезах:

- при болезненных контрактурах конечностей и туловища, онемении рук, дрожании и боли в конечностях
- при потере возможности произвольных движений с одной стороны тела (гемиплегии) при ДЦП с онемением конечностей
- при хромоте, сопровождающейся ухудшением при сгибании тела
- при дрожании головы, слабости шейных мышц. Если трудно или невозможно держать голову
- при спастической зевоте и постоянной сонливости. Когда малейшее физическое усилие приводит к сильному утомлению.



## КАУСТИКУМ

Может применяться:

- при боли, и/или напряжении, и/или неподвижности, и/или невралгических болях после физических нагрузок в области груди, и/или позвоночника, и/или копчика, и/или нижних конечностей. При синяках.

## БАРИТА КАРБОНИКА

Может применяться:

- при болях, и/или напряжении в верхних конечностях, и/или нижних конечностях, и/или сухожилиях, и/или пальцах при малейшей физической нагрузке
- при уставших ногах, боли и/или напряжении в коленях
- при боли, и/или ощущении опухания в области живота (печень, селезенка) после физических нагрузок.



РУ ЛП-№(004691)-(PF-RU), РУ ЛП-№(004715)-(PF-RU), РУ ЛП-№(004707)-(PF-RU)



**СВЕТЛАНА ПОПОВА**  
к.м.н., врач-психиатр,  
психотерапевт, гомеопат



@INTEGRMED\_BOT

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НУЖНА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА