

и на текущем счету. У других есть лишь некоторая сумма на текущем счету, и им постоянно приходится его пополнять в течение всей жизни, чтобы не «уходить в минус», то есть чтобы оставаться здоровыми.

На помощь этим другим приходит альтернативная медицина. Многие люди приходят к гомеопатам за «конституциональным лечением» – другими словами, чтобы улучшить здоровье в целом и не дожидаться болезни. Ценность конституционального лечения заключается в том, что оно усиливает слабую конституцию и снижает подверженность человека болезням.

Жизненная сила

Гомеопаты считают, что существует какой-то механизм саморегуляции, благодаря которому поддерживается здоровье, при условии, что нагрузки на нашу конституцию не слишком продолжительны и не слишком велики. Ганеман называл это жизненной силой, считая ее энергетической субстанцией, независимой от физических и химических сил, которая буквально дает нам жизнь и исчезает после смерти.

У человеческого организма, да и у любого живого существа, есть определенные взаимоотношения с окружающей средой. Биологи называют это гомеостазом, подразумевая, что живое существо саморегулируется и у него есть врожденное (защитное) стремление поддерживать равновесие и компенсировать нарушающие изменения.

Гомеопаты расценивают симптомы нарушений, недомоганий, болезней как способ, которым наше тело сообщает нам о том, как оно справляется со стрессом. Например, мы дрожим, когда нам холодно, потеем, когда нам жарко, и едим, когда испытываем голод. Все эти реакции обеспечивают регуляцию стабильного, поддерживающего жизнь состояния.

Знакомые нам выражения «защитный механизм» и «иммунная система» – это другие названия жизненной силы. Гомеопаты говорят, что болезнь атакует только тогда, когда ослабевает эта жизненная сила.

Энергия правильно подобранного гомеопатического лекарства стимулирует собственную жизненную силу организма (его иммунную систему, или защитный механизм), чтобы он восстановился самостоятельно. Они не ослабляют защитный механизм, подавляя его, как это делают многие обычные лекарства.

Верное гомеопатическое лечение не только снимает симптомы, но и позволяет пациенту почувствовать, что его организм вновь обрел гармонию. Пациенты часто отмечают, что давно себя так хорошо не чувствовали.

Острые и хронические болезни

Острая болезнь* сама себя ограничивает; другими словами, она не сидит глубоко и со временем может пройти сама по себе. Хотя некоторые острые болезни, такие как, например, пневмония, менингит или нефрит, крайне серьезны, и случается, что смертельны. Эти случаи лежат вне компетенции человека, не владеющего гомеопатией на профессиональном уровне.

У острой болезни три четких стадии: инкубационный период, когда симптомов болезни может не быть; острая фаза, когда проявляются узнаваемые симптомы, и стадия выздоровления.

Простуда, грипп, пищевые отравления и детские болезни, такие как ветрянка, – всё это примеры острых болезней. Хорошо подобранные гомеопатические лекарства ускоряют восстановление, снимают боль и обеспечивают отсутствие осложнений.

Острая болезнь, которой сопутствуют осложнения, может перейти в хроническую, которая сидит уже более глубоко. Она развивается медленно, продолжается долгое время и часто сопровождается общим упадком здоровья. Развитие болезни идет непредсказуемо, и невозможно сказать, сколько она будет продолжаться.

Артрит, болезни сердца, рак, психические заболевания – всё это примеры хронических болезней. Гомеопаты считают, что нынешняя большая распространенность их отчасти обусловлена химической нагрузкой, с которой приходится справляться человеку, включая неумеренное применение лекарств официальной медицины и загрязнение окружающей среды.

Миазмы

В начале своей практики Ганеман, как я уже говорила, был озадачен тем, что некоторые пациенты либо не отвечали на свои конституциональные лекарства, либо через какое-то время после улучшения заболевали снова. Он долго и скрупулезно изучал такие трудные случаи, углубляясь в историю жизни не только пациента, но и его родственников, и пришел к выводу, что есть в этих случаях нечто общее – присутствие определенных болезней в личной или семейной истории пациентов. Такие болезни (или их следы) представляли собою блокирующий фактор, который не давал действовать показанному конституциональному лекарству. Он назвал эти блоки миазмами и

* Острая болезнь в гомеопатии – это такое нарушение здоровья, которое отличается внезапностью (как правило), интенсивностью и относительной скоротечностью. – *Примеч. ред.*

разработал емкую теорию, которая охватывала причины и следствия и открывала путь устранения миазмов. Его наработки позволили профессиональным гомеопатам оценивать вероятную конституциональную силу пациента путем изучения его истории (как личной, так и наследственной) и во многих случаях предугадывать, какого рода блоки могут встретиться в течение конституционального лечения.

Ганеман определил три основных миазма, которые он считал причинами хронических болезней. Каждый из них предрасполагает человека к определенному спектру проблем со здоровьем, которые он также подробно расписал.

Три этих миазма таковы. *Psora* – псора, которую он связывал с подавленной чесоткой или проказой, пусть даже не у самого пациента, а у кого-то из его предков. *Sycosis* – сикоз, связанный с подавленной гонореей, и разрушитель *Syphilis*, связанный с подавленным сифилисом.

С тех пор гомеопаты немного дополнили этот перечень. Считается, например, что есть раковый миазм, являющийся собой сочетание нескольких миазмов.

Когда сталкиваешься с «миазматическим блоком» у пациента и показанное лекарство не действует, такой блок необходимо снять – по определенной методике. Но это нужно доверить профессиональному гомеопату-классику.

Законы излечения

Законы излечения сформулировал Константин Геринг. На основе многолетнего наблюдения процессов, происходящих, когда больной человек выздоравливает, он сумел прийти к следующим заключениям.

1. В процессе выздоровления симптомы перемещаются из жизненно важных, критически важных внутренних органов тела к менее важным, в том числе наружным. Другими словами, излечение идет *изнутри наружу*. Например, у человека с болезнью сердца (серьезной, угрожающей жизни) в процессе излечения могут появиться проблемы с желудком или кишечником.
2. Излечение также происходит *сверху вниз*, симптомы словно «стекают» с тела, начиная с головы и исчезая к низу, последними могут поражаться стопы и ладони (например, на них появляются кожные высыпания).
3. Часто в процессе излечения начинают наблюдаться симптомы, которые подавлялись в прошлом, причем обычно они появляются *в порядке, обратном изначальному*. Если пациента с болезнью сердца до появления этой болезни лечили от язвы желудка

обычными лекарствами, то появление желудочных симптомов (менее выраженных, чем при исходной жалобе) будет хорошим знаком, а сами эти подавленные симптомы вычистятся.

Поэтому, если от хорошо подобранного лекарства проявляется старый симптом, следует подождать, пока он не пройдет сам по себе. Если так и будет, значит, лекарство всё еще работает... и нужно ждать.

Эти законы касаются лечения хронических случаев, однако иногда относятся и к подбору лекарств при случаях острых.

Подавление болезни обычно приводит к тому, что на поверхность выходит более глубоко сидящее заболевание. Например, многие дети, которых «успешно» лечили от экземы стероидными гормонами, впоследствии могут страдать от астмы. В парадигме общепринятой медицины – это случайное совпадение, а гомеопаты знают, что в таком случае астму вызвало подавление экземы. При успешном гомеопатическом лечении астмы на каком-то этапе происходит возвращение экземы (которую тоже можно излечить гомеопатически).

Подавление может быть и при неумелом применении гомеопатических лекарств: когда лечат один симптом, не учитывая симптоматику человека в целом.

Законы, сформулированные Герингом, подсказывают гомеопату, в верном ли направлении идет лечение. Ну а непрофессионалам, использующим гомеопатию в острых случаях, нужно знать, что иногда очень хорошо подобранное лекарство может выдавить на поверхность старые симптомы, о которых уже забыли. Эти симптомы пройдут сами по себе. При этом важно не назначать аллопатическое лекарство, чтобы болезнь снова не ушла «внутрь».

Здоровье

Здоровье – это не просто отсутствие болезни. Здоровье дает нам ощущение благополучия, равновесия, личной свободы. И способность противостоять стрессам.

Когда мы физически здоровы, у нас есть сила и гибкость и есть запас энергии, которую мы при необходимости можем черпать. Эмоциональное здоровье означает, что мы можем адекватно ситуации испытывать те или иные чувства и выражать их, а также поддерживать хорошие отношения с окружающими людьми. Умственное здоровье позволяет нам ясно мыслить, формулировать идеи, оптимально решать проблемы.

Болезнь ограничивает эту личную свободу. Например, сломанная нога ограничивает физическую свободу. Депрессия может ограничить

А
Абсцессы: *Calc-c., Hep-s., Merc-s., Sil.*
 корней зубов: *Hep-s., Merc-s., Sil.*
 миндалин: *Calc-s., Hep-s., Merc-s., Sil.*
 с болями см. **Боли**
 с гнойными выделениями: *Calc-s.*
Анемия: *Calc-c., Calc-p., Chin., Ferr., Kali-c., Kali-p., Merc-s., Nat-m., Nit-ac., Phos., Puls., Staph., Sulph., Sul-ac.*
 губы бледные: *Ferr.*
 после острой болезни: *Calc-p.*
 с изнеможением: *Calc-p., Ferr.*
 Причины:
 беременность: *Ferr.*
 потеря крови (кровотечение, тяжелые месячные и т. п.): *Chin., Ferr.*
Аппетит:
 отсутствует: *Chin., Ferr.*
 то есть, то нет: *Ferr.*
Артрит см. **Боль в суставах**
Б
Беспокойный: *Apis, Arg-n., Ars., Bapt., Bell., Calc-p., Caust., Cimic., Cina, Coloc., Cupr., Ferr., Lyc., Mag-m., Merc-s., Rhus-t., Sil., Sulph.*
 в постели: *Ars., Cupr., Ferr., Mag-m., Rhus-t.*
 вечером: *Caust.*
 с тревогой: *Ars.*
 сон: *Cina.*
 тело подрагивает/конечности дергаются/скрипит зубами: *Cina.*
Бессонница: *Acon., Ars., Bell., Bell-p., Calc-c., Calc-p., Cham., Cocc., Coff., Con., Kali-c., Kali-p., Mag-c., Mag-m., Nat-c., Nat-m., Nit-ac., Nux-v., Op., Ph-ac., Phos., Puls., Rhus-t., Sep., Sil., Sulph.*
 не может спать:
 до полуночи: *Con., Kali-c.*
 после 2 часов ночи: *Nit-ac.*
 после 3 часов ночи: *Bell-p., Mag-c., Nux-v.*
 после полуночи: *Ph-ac., Rhus-t., Sil.*
 после пробуждения: *Sil.*
 пробуждение:
 затрудненное: *Calc-p.*
 около 3 часов ночи: *Nux-v., Sep.*
 от холода: *Puls.*
 позднее: *Calc-p., Nux-v., Sulph.*
 раннее: *Nat-c., Nux-v.*
 частое: *Ph-ac., Puls., Sulph.*
 с:
 ощущением пустоты
 под ложечкой: *Kali-p.*
 скрежетанием зубами: *Bell.*
 сонливостью: *Bell., Cham., Op., Phos., Puls., Sep.*
 сны:
 кошмары (ночные кошмары): *Ars., Cocc., Con., Kali-c., Sil., Sulph.*
 правдоподобные (человеку кажется, что это происходит на самом деле): *Sil., Sulph.*
 тревожные: *Acon., Ars., Calc-c., Cocc., Kali-c., Nat-c., Nat-m., Nit-ac., Phos., Puls.*
 сон:
 беспокойный: *Acon., Ars., Bell., Cocc., Puls., Rhus-t., Sil., Sulph.*
 нарушенный: *Sulph.*
 не освежает: *Mag-c., Mag-m., Nit-ac., Ph-ac., Sulph.*
 Лучше:
 если ненадолго прилечь поспать днем: *Sulph.*
 Хуже:
 до полуночи: *Calc-c., Calc-p., Kali-c., Puls.*
 около 1–2 часов ночи: *Kali-c.*
 после 2 часов ночи: *Nit-ac.*
 после 3 часов ночи: *Bell-p., Sep.*
 после 3, 4 или 5 часов ночи: *Sulph.*
 после полуночи: *Ars., Sil.*
 Причины:
 возбуждение: *Kali-p., Nux-v.*
 горе: *Nat-m.*

кофе: *Nux-v.*
 навязчивые мысли: *Puls.*
 нервное истощение: *Kali-p.*
 перевозбуждение: *Coff.*
 переживания: *Calc-c.*
 слишком активный/
 гиперактивный ум: *Ars., Calc-c., Coff., Nux-v., Puls.*
 слишком долгая работа,
 переутомление: *Nux-v.*
 спиртное: *Nux-v.*
 тревога: *Ars., Cocc., Kali-p.*
 умственное перенапряжение:
Kali-p., Nux-v.
 шок: *Ars.*
Боли:
 блуждающие: *Kali-bi., Kali-s., Led., Puls.*
 быстро перемещаются: *Nit-ac.*
 в костях: *Eup-per., Merc-s., Nit-ac., Ph-ac., Ruta.*
 в одной точке: *Kali-bi.*
 в частях тела, на которых человек лежит: *Puls., Pyrog., Ruta.*
 давящие: *Canth., Merc-s., Rhus-t., Sep.*
 жалящие: *Apis, Sil.*
 жгучие: *Apis, Ars., Phos., Rhus-t., Sulph.*
 невыносимые: *Acon., Cham.*
 ноющие, как от ушиба: *Arn., Bry., Chin., Cimic., Eup-per., Ham., Pyrog., Rhus-t., Ruta.*
 отсутствуют: *Op.*
 появляются внезапно: *Bell.*
 появляются внезапно и исчезают внезапно: *Bell., Kali-bi., Nit-ac.*
 пронизывающие: *Bry., Kali-c.*
 пульсирующие: *Bell.*
 с криком: *Acon.*
 сводящие: *Calc-c., Cupr., Mag-p., Nux-v.*
 стреляющие: *Bell., Hyp., Rhus-t.*
 вверх: *Phyt.*
Боль в горле: *Acon., All-c., Apis, Arg-n., Ars., Bapt., Bar-c., Bell., Bry., Calc-c., Caust., Dulc., Hep-s., Ign., Kali-m., Lach., Lyc., Merc-c., Merc-s., Nat-m., Nit-ac., Nux-v., Phos., Phyt., Puls., Rhus-t., Rumex, Sil., Spong., Sulph.*
 боли:
 давящие: *Nit-ac.*
 жгучие: *Acon., Apis, Ars., Bar-c., Caust., Merc-c., Nat-m., Nit-ac., Spong., Sulph.*
 как от занозы: *Arg-n., Hep-s., Lach., Nit-ac.*
 как от ободранности: *Caust., Hep-s., Lyc., Merc-c., Nit-ac., Nux-v., Phos., Puls., Sulph.*
 ноющие: *Lyc., Merc-s., Phos., Rumex, Spong., Sulph.*
 отдают в уши: *Hep-s., Lach., Merc-s., Nit-ac., Nux-v.*
 отдают в шею: *Merc-s.*
 пронизывающие: *Acon., Bell., Bry., Ign., Merc-s., Nit-ac., Nux-v., Puls., Sil., Sulph.*
 с сухостью: *Caust.*
 сильные: *Bell.*
 скребущие: *Puls.*
 голос:
 пропал: *Arg-n., Rumex.*
 хриплый: *Arg-n., Bry., Dros., Nat-m., Phos., Rhus-t., Spong., Sulph.*
 горло:
 воспаленное: *Bar-c.*
 ноющее, болезненное: *Rumex.*
 раздраженное: *Arg-n., Bell., Rumex.*
 суженное: *Bell.*
 сухое: *Calc-c., Lyc., Nat-m., Puls., Rhus-t., Sil., Spong., Sulph.*
 темно-красное: *Bapt., Phyt.*
 чувствительное, словно ободранное: *Arg-n., Bar-c., Bell., Rumex, Sulph.*
 гортань:
 воспаленная: *Dros.*
 с першением: *Dros., Puls., Rhus-t.*
 раздраженная: *Puls.*
 десны:
 кровоточат: *Merc-c.*

Болезни, которые можно лечить с помощью этой книги

Если вы хотели бы применить гомеопатию – для себя или кого-то другого, – внимательнейшим образом изучите этот раздел, чтобы узнать, попадает ли та или иная жалоба в спектр болезней, которые можно лечить самостоятельно. Это нужно сделать ДО ТОГО, как вы попытаетесь изучить случай и подобрать лекарство.

Важно полностью понимать разницу между острой и хронической болезнью – чтобы знать, какие болезни можно безопасно и подobaюще лечить самим, а с какими следует обратиться к врачу-гомеопату. Разница между ними объясняется на стр. 43.

Когда у жалобы есть очевидная причина из разряда стрессовых, важно убрать источник стресса (например, если ваша головная боль началась от спиртного, по меньшей мере на несколько дней откажитесь от спиртных напитков). Убедившись, что жалоба попадает в охват этой книги, подберите лекарство с помощью глав 4 и 5.

При вашей жалобе может помочь либо наружное, либо внутреннее лекарство, либо и то и другое. В каждом случае, чтобы это выяснить, поищите свои симптомы в соответствующих реперториях (стр. 82 и стр. 298–352).

Когда картина очень ясная или когда вы по прошлому опыту знаете, что это состояние вашего пациента является преходящим, можно дать лекарство и ждать улучшения. Если по прошествии короткого времени признаки улучшения не появятся, обращайтесь за помощью.

Я также настоятельно рекомендую пройти специальные курсы по технике оказания первой помощи.

Гомеопатию упрекают в том, что она подстрекает людей самостоятельно лечить серьезные болезни в домашних условиях. Никогда не лечите серьезные травмы и жалобы самостоятельно. При малейших сомнениях обратитесь к врачу.

Ниже перечислены основные тревожные симптомы, которые могут указывать на серьезные проблемы, являются симптомами-угрозами и говорят о необходимости немедленной профессиональной

помощи (а специфические тревожные симптомы при тех или иных жалобах приводятся в описаниях этих жалоб).

Если вас сильно тревожит общее состояние пациента, я советую *немедленно* обратиться за медицинской помощью, а *после этого* дать показанное, на ваш взгляд, гомеопатическое лекарство.

Симптомы-угрозы

Боли в груди, сильные.

Бред (делирий).

Головная боль, сильная – особенно если она сопровождается хотя бы еще одним симптомом из данного перечня.

Дыхание поверхностное или затрудненное.

Дыхание учащенное – более 50 вдохов в минуту в состоянии покоя у детей младше двух лет, более 40 у детей от двух до десяти лет, более 30 у взрослых старше тридцати лет.

Кровотечение из любой части тела, по непонятной причине.

Лихорадка сильная с редким пульсом (нормальный пульс у взрослого – 60–90 ударов в минуту, у ребенка – около 120).

Лихорадка с температурой выше 40 °С.

Лихорадка упорная – продолжается более 24 часов – у младенца.

Моча темная и скудная/с кровью (но: и нормальная моча может изменить цвет от употребления в большом количестве некоторых продуктов. Например, от свеклы моча становится красной; это не причина для беспокойства).

Мочиспускание обильное, сопровождается сильной жаждой.

Пожелтение кожи и белков глаз.

Рвота, неожиданная, повторяющаяся – при вирусной инфекции (например, при какой-то из детских болезней).

Слабость, крайняя.

Сознание спутанное (если это нехарактерно для пациента).

Сопение и хрипы, сильные.

Стул бледный – серый или почти белый.

Судороги, конвульсии.

Скованность шейной мускулатуры (сильная, не характерная для пациента).

Если человек выглядит очень больным, хотя у него и не просматриваются никакие четкие симптомы, доверяйте своему чутью и обращайтесь за помощью.

Всегда обращайтесь за профессиональной помощью, если симптомы не проходят или не ослабевают.

Таблица реперторизации

Имя:

Дата:

Симптомы:

1.	Ip.	
2.	Agar.	
3.	All-c.	
4.	Ant-c.	
5.	Ant-t.	
6.	Ant-p.	
7.	Kali-p.	
8.	Kali-m.	
9.	Kali-c.	
10.	Kali-bi.	
11.	Kali-s.	
12.	Lach.	
1.	Led.	
2.	Lyc.	
3.	Mag-c.	
4.	Mag-m.	
5.	Mag-p.	
6.	Merc-c.	
7.	Merc-s.	
8.	Nat-c.	
9.	Nat-m.	
10.	Nat-p.	
11.	Nat-s.	
12.	Nit-ac.	
1.	Nux-v.	
2.	Op.	
3.	Petr.	
4.	Ph-ac.	
5.	Phos.	
6.	Phyt.	
7.	Pod.	
8.	Puls.	
9.	Pyrog.	
10.	Rheum.	
11.	Rhod.	
12.	Rhus-t.	
1.	Rumex.	
2.	Ruta.	
3.	Sars.	
4.	Sep.	
5.	Sil.	
6.	Spong.	
7.	Staph.	
8.	Sulph.	
9.	Sul-ac.	
10.	Symph.	
11.	Tab.	
12.	Thu.	
1.	Urt-u.	
2.	Verat.	
3.	Zinc.	

Сделайте запас ксерокопий этой таблицы, чтобы она при необходимости всегда была у вас под рукой.

Примеры случаев*

Двенадцать случаев, приведенных здесь, помогут вам живо представить и понять процесс подбора лекарства.

Идите последовательно по 5 этапам.

- 1. Проверьте, есть ли эта жалоба среди тех, за которые можно братья самостоятельно** (см. стр. 362–412).
- 2. Изучите случай**, выберите симптомы и впишите их в таблицу реперторизации (см. соседнюю страницу).
- 3. Дифференцируйте:** если показано более одного лекарства, изучите картины лекарств в «Материи медике».
- 4. Подберите и назначьте лекарство** (см. главу 5).
- 5. Вернитесь к «Конкретным жалобам...», которые рассматриваются в этой книге** (стр. 362–412): вы найдете дополнительные рекомендации и полезные меры.

Случай 1 Несчастный случай/травма головы

Ваша семилетняя дочь перелетела через руль велосипеда, и в результате у нее серьезная ссадина на голове, сотрясение мозга. В руке она держала бутылку с лимонадом, которая разбилась, и осколки порезали ей руку. Она очнулась со спутанным сознанием, пыталась встать и пойти домой и говорила, что с ней всё в порядке. Ее привел домой равнодушный прохожий, который и рассказал вам о том, что случилось.

Сначала нужно назначить лекарство от **Шока, Травмы головы и Ушиба**. Изучив реперторий, вы выясните, что единственное лекарство для всех трех симптомов сразу – это *Arnica*. Кроме того, *Arnica* – это лекарство при отсроченном шоке, когда пострадавший утверждает,

* Тем, кто более-менее знаком с гомеопатией, можно рекомендовать по этой теме книгу нашего современника Робина Мерфи «Разбор случаев и техника назначения». В отличие от Миранды Кастро, автор уделяет основное внимание случаям хроническим и не предлагает малосведущему человеку подражать профессионалам, но интересен сам процесс подбора лекарств и поэтапного ведения случая. – *Примеч. ред.*

что всё в порядке, а на самом деле это не так. Назначьте дочери *Arnica*, учитывая неотложность ситуации (см. таблицу дозировок, стр. 64).

Затем нужно обработать раны. Обратитесь к “наружному” реперторию (стр. 82), чтобы выяснить, каким раствором следует промыть порезы. Очень важно полностью извлечь из ладони осколки стекла.

Чтобы уточнить, какие еще меры следует предпринять, загляните в список жалоб на стр. 362–412. Возможно, вам придется поехать в больницу, чтобы сделать рентгеновский снимок головы или удалить стекло, если оно застряло слишком глубоко.

Если в порезанной руке уже после *Arnica* началась сильная боль, особенно если боль стреляет вверх по руке, с помощью “внутреннего” репертория выясните, какие лекарства помогают при **травмах нервов с болями стреляющими**.

Если участок вокруг пореза воспалился (покраснел) и у вас есть подозрение, что в ране могли остаться частицы грязи и стекла, найдите во “внутреннем” репертории «Травмы, раны/порезы, воспаленные» и «Занозы» и прочитайте, какие лекарства там приведены.

Занимайтесь отдельными проблемами по очереди: одновременно давайте только одно лекарство. Например, если после двух доз *Arnica* шишка на голове прошла, но рука очень сильно болит, подберите лекарство для руки (скорее всего потребуется *Hypericum* – см. реперторий), даже если с момента последней дозы *Arnica* прошло только несколько часов. Повторяйте это лекарство до тех пор, пока боль не утихнет. После этого вам снова может понадобиться *Arnica*, если место ушиба снова начнет опухать. При необходимости можно чередовать лекарства.

Случай 2

Несчастный случай / растяжение

Ваша пожилая тетя споткнулась на неровном тротуаре и растянула лодыжку. Ей помогли дойти до дома, врач предписал покой и туго забинтовал лодыжку. К моменту, когда вы ее увидели, она бодря и уже шутит о том, как упала.

Хотя с виду она не мучается, вы начинаете подозревать, что она страдает от отсроченного шока и отмечаете это как потенциально полезный симптом. После этого вы находите «Растяжения, первая стадия, с отеком» в репертории и видите, что приводится *Arnica*. Посмотрите таблицу дозировок на стр. 64: в этом случае лекарство нужно давать каждые два часа, потому что травма достаточно серьезная. *Arnica* снимет отек и поможет при шоке.

Теперь откройте “наружный” реперторий и “наружную” «Материю медуку» и найдите лекарство, которое нужно нанести на лодыжку. Вы

увидите, что при ушибах без повреждения кожного покрова показана опять-таки *Arnica*. Поскольку врач туго забинтовал лодыжку и велел не двигать ею, сделайте крепкий раствор настойки *Arnica*, смочите повязку снаружи и скажите домочадцам, что нужно увлажнять ее ещё как минимум 24 часа. *Arnica*, нанесенная наружно и принятая внутрь, минимизирует кровоподтеки и быстро снимет отек.

Далее нужно будет давать лекарства от самого растяжения, как наружные, так и внутренние, столько, сколько будет необходимо, потому что у пожилого человека растяжения могут заживать несколько недель.

Если бы ваша тетя *сломала* лодыжку, всё равно в первую очередь потребовалась бы *Arnica*. Пожилым людям обычно требуется еще и лекарство для того, чтобы перелом сросся (это *Calcarea carbonica*, *Calcarea phosphorica*, *Symphytum* и *Silica*; их можно назначать в низких потенциях, 6X или 6C, курсами продолжительностью до недели, чтобы поддержать и ускорить процесс заживления, иначе он бывает очень долгим).

Ну а далее уже не обойтись без таблицы реперторизации.

Случай 3

Нервы перед экзаменами

Вашему шестнадцатилетнему сыну через две недели предстоит сдавать экзамены. Весь год он усердно трудился, но теперь ужасно нервничает и паникует. Говорит, что чем больше учит, тем меньше знает. Информация в голове не держится, он уже переутомился. Начался понос, отчасти, возможно, из-за того, что он постоянно ест много сладкого (в том числе просто сахар ложкой из сахарницы). После еды бывает несварение (он проглатывает еду, как волк), которое облегчается от отрыжки. Он ходит туда-сюда по комнате, а окна у него открыты настежь, несмотря на холодную погоду. Жалуется, что в школе на полную катушку работает отопление: «При такой жаре вообще ничего не воображаешь!» В прошлом году у него была похожая паника, когда он участвовал в постановке школьного спектакля и ему пришлось учить наизусть много реплик.

Вы выбираете следующие симптомы:

1. Нервы перед экзаменами (эмоциональный/психический)
2. Тревога от ожидания (эмоциональный/психический)
3. Паника (эмоциональный/психический)
4. Торопливый (эмоциональный/психический)
5. Забывчивый (эмоциональный/психический)
6. Изнеможение (физическая жалоба)